МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

МОЛОДА СПОРТИВНА НАУКА УКРАЇНИ

Збірник наукових праць

Заснований 1996 року

Випуск 29

ЛЬВІВ
ЛДУФК ім. Івана Боберського
2025

ISSN 1996-1448
YOUNG SPORT SCIENCE OF UKRAINE. 2025. V.3. P. 217-217.
МОЛОДА СПОРТИВНА НАУКА УКРАЇНИ. 2025. Т.3. С. 217-217.
УДК 615.825:617.853:796.332

ВИКОРИСТАННЯ АПАРАТУ INDIBA ELITE У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ФУТБОЛІСТІВ ПІСЛЯ ТРАВМ ЗВ'ЯЗОК КОЛІНА

Ігор БІЛОНІЖКО

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів, Україна

Вступ. Відновлення після травм зв'язок коліна є критично важливим для професійних футболістів, оскільки ефективність реабілітації визначає швидкість повернення до гри й мінімізує ризик повторного ушкодження. Використання технології Proionic System в апараті Indiba Elite сприяє прискоренню відновлення тканин і зменшенню больового синдрому. Цю методику широко застосовують у спортивній медицині й довела свою ефективність у зменшенні запалення, поліпшенні кровообігу та прискоренні регенерації тканин.

Мета — оцінити ефективність застосування апарату Indiba Elite у фізичній терапії футболістів після травм зв'язок коліна та визначити його вплив на терміни відновлення.

Методи: аналіз наукових публікацій у базах даних (PubMed, Scopus, PEDro), вивчення клінічних досліджень, а також практичного досвіду спортивних реабілітаційних центрів; досліджували результати застосування технології Indiba Elite та порівнювали з традиційними методами реабілітації.

Результати й обговорення. Методика реабілітації з використанням Indiba Elite базується на поєднанні електромагнітної стимуляції та мануальної терапії:

Протизапальний ефект. Завдяки активізації кровообігу прискорюється виведення метаболітів і зменшується набряк у травмованій ділянці, що сприяє швидшому зменшенню запальних процесів [2].

Прискорення регенерації тканин. Підвищується клітинний метаболізм, що сприяє відновленню колагенових волокон у зв'язках. Дослідження показують, що використання Indiba Elite дає змогу скоротити період реабілітації на 20–30% порівнянно зі стандартними методами [1].

Покращення м'язового тонусу. Запобігає атрофії м'язів у період іммобілізації та пришвидшує повернення функціональності колінному суглобу. Важливим аспектом є те, що технологія Indiba Elite допомагає підтримувати активність м'язових волокон навіть у період зниженого навантаження [3].

Зменшення больового синдрому. Глибоке прогрівання тканин стимулює механізми природного знеболення, що зменшує потребу у використанні фармакологічних засобів [1].

Покращення еластичності тканин. Використання технології сприяє поліпшенню гнучкості м'язів і зв'язок, що важливо для запобігання повторним травмам [2].

Висновок. Використання апарату Indiba Elite у фізичній терапії футболістів після травм зв'язок коліна сприяє швидшому відновленню функціональності суглоба, зменшенню больового синдрому, скороченню періоду реабілітації та профілактиці рецидивів. Інтеграція цієї методики в комплексну реабілітацію дає змогу спортсменам швидше повернутися до повноцінного тренувального процесу та знижує ризик ускладнень. Подальші дослідження потрібні для уточнення оптимальних параметрів використання апарату в різних стадіях реабілітації.

Список використаних джерел

1. García, M., & López, C. (2022). The effects of TECAR therapy on ligament injuries. *Journal of Sports Rehabilitation, 18* (2), 75–85.

2. Rossi, F., & Bianchi, G. (2021). Radiofrequency therapy in sports rehabilitation. *Medicine & Science in Sports & Exercise, 53* (4), 610–618.

3. Müller, M., & Schmidt, P. (2023). Electrotherapy and connective tissue healing. *Journal of Orthopaedic and Sports Medicine, 12* (3), 198–209.

© Білоніжко І., 2025.