ISSN 1996-1456

МОЛОДА СПОРТИВНА НАУКА УКРАЇНИ

YOUNG SPORTS SCIENCE OF UKRAINE

Збірник наукових праць

Collection of scientific papers

Випуск 30

Issue 30



ISSN 1996-1456
YOUNG SPORT SCIENCE OF UKRAINE. 2026. V.3. P. 217-218.
МОЛОДА СПОРТИВНА НАУКА УКРАЇНИ. 2026. Т.3. С. 217-218.

УДК 615.8

ЗАСТОСУВАННЯ ТЕЛЕРЕАБІЛІТАЦІЇ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ОСІБ ПІСЛЯ ПЕРЕЛОМУ ПРОКСИМАЛЬНОГО ВІДДІЛУ ПЛЕЧОВОЇ КІСТКИ

Богдан СЕРЕДА, Оксана ТИРАВСЬКА

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

Вступ. Переломи проксимального відділу плечової кістки належать до поширених травм верхньої кінцівки та становлять до 5–6 % усіх переломів у дорослого населення з переважанням серед осіб старшого віку. За частотою вони посідають третє місце серед переломів в осіб віком понад 65 років, поступаючись лише переломам стегнової та променевої кістки [1]. За даними досліджень, до 70 % переломів проксимального відділу плечової кістки трапляються в пацієнтів похилого віку, особливо жінок, що пов'язано із остеопорозом і підвищеним ризиком падінь [2]. Водночас очна реабілітація не завжди є доступною через транспортні, фінансові й інші бар'єри, що зумовлює інтерес до телереабілітації.

Мета дослідження — проаналізувати сучасні наукові джерела щодо ефективності телереабілітації у фізичній терапії осіб після перелому проксимального відділу плечової кістки.

Методи дослідження. Аналіз, порівняння, узагальнення й систематизація даних наукових публікацій, індексованих у PubMed, Scopus, Web of Science і Google Scholar за останні 10 років.

Результати й обговорення. За даними сучасних наукових джерел, підхід до фізичної терапії, що передбачає поєднання очних занять і телереабілітації, вважають одним із перспективних напрямів фізичної терапії в разі порушенн діяльності опорно-рухового апарату. Оглядові дослідження вказують на потенційні системні переваги використання телереабілітації, зокрема зменшення навантаження на реабілітаційні служби, зниження фінансового навантаження на пацієнтів та оптимізацію використання ресурсів системи охорони здоров'я [3].

Переваги телереабілітації також передбачають її здатність до персоналізації терапії, що дає змогу фізичним терапевтам розробляти втручання на основі конкретних потреб пацієнта й функціональних цілей. Телереабілітація також може поліпшити дотримання режиму відновлення, завдяки чому пацієнти відчувають себе більш залученими й мотивованими завдяки введенню технологій у процес реабілітації, що підвищує шанси на довгострокові позитивні результати [3]. Дослідження показали, що телереабілітація після переломів проксимального відділу плечової кістки є ефективною, її добре сприймають пацієнти, вона забезпечує функціональні результати, як порівняти з традиційною очною фізичною терапією [4, 5].

Висновок. Телереабілітацію розглядають як перспективним інструментом реабілітаційного процесу й моніторингу виконання терапевтичних вправ, однак її ефективність також залежить від структури програм і регулярності зворотного зв'язку з фахівцем. Комбіновані моделі фізичної терапії, що поєднують очну фізичну терапію та телереабілітацію, демонструють потенціал, проте наявна доказова база щодо їх застосування після хірургічного лікування переломів проксимального відділу плечової кістки залишається обмеженою.

Список використаних джерел

1. Launonen, A. P., Lepola, V., Saranko, A., Flinkkilä, T., Laitinen, M., & Mattila, V. M. (2015). Epidemiology of proximal humerus fractures. *Archives of Osteoporosis, 10*(1), Article 2. https://doi.org/10.1007/s11657-015-0209-4

2. Østergaard, H.K., Launonen, A.P., Toft, M., Fjalestad, T., Sumrein, B.O., Døssing, K.V., Axelsen, M.H., Noe, S.S., Wagle, T., Engebretsen, K.B., Laitinen, M.K., Mattila, V.M., & Mechlenburg, I. (2024). Physiotherapist-supervised exercises versus unsupervised home-based exercises after nonsurgically treated

© Середа Б., Тиравська О., 2026

proximal humerus fracture: A multicenter randomized controlled trial. *Journal of Shoulder and Elbow Surgery, 33*(5), 994–1003. https://doi.org/10.1016/j.jse.2023.12.002

3. Rocha, D. S., da Silva, E. A., de Souza, J. T., & Naves, E. L. M. (2025). Effectiveness of telerehabilitation in the treatment of shoulder injuries: A systematic review of randomized controlled trials. *Archives of Rehabilitation Research and Clinical Translation*. Advance online publication. https://doi.org/10.1016/j.arrct.2025.100553

4. Tousignant, M., Cabana, F., Langlois-Michaud, S., Brière, S., & Pagé, C. (2020). In-home telerehabilitation for proximal humerus fractures compared to conventional rehabilitation: A randomized trial. *Acta Scientific Medical Sciences, 4*(2), 65–70. https://doi.org/10.31080/ASMS.2020.04.0521

5. Tousignant, M., Giguère, A.-M., Morin, M., Pelletier, J., Sheehy, A., & Cabana, F. (2015). In-home telerehabilitation for proximal humerus fractures: A pilot study. *International Journal of Telerehabilitation, 6*(2), 31–38. https://doi.org/10.5195/ijt.2014.6158