

УДК 615.825:616-001:355.085.5

АКТУАЛЬНІСТЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ЗАПОБІГАННЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ТРАВМ І БОЛЬОВИХ СИНДРОМІВ ВЕРХНІХ КІНЦІВОК У КУРСАНТІВ ВИЩИХ ВІЙСЬКОВИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Остап МУЗИКА, Катерина ТИМРУК-СКОРОПАД

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

Вступ. Фізична підготовка, участь у спортивних і фізичних тренуваннях для реалізації військово-прикладної фізичної підготовки є важливою і невіддільною частиною навчання й виховання курсантів у вищих військових навчальних закладах (ВВНЗ). Великий обсяг фізичних навантажень й прагнення курсантів поліпшити свої результати можуть призводити до травмувань.

Розуміння рівня травмування в курсантів, їх потреби у відновленні актуалізує вивчення причин та сприяючих чинників, які спричиняють виникнення травм, шляхів їх запобігання та реабілітації.

Мета дослідження обґрунтувати необхідність упровадження засобів фізичної терапії для запобігання та реабілітації травм і больових синдромів у курсантів ВВНЗ.

Методологія дослідження. Дослідження проведено на базі Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного. Проаналізовано дані щодо зафіксованих травм у курсантів Академії за 2018–2020 роки та проведено анкетування 256 курсантів 1, 2 та 3 курсів.

Результати. Упродовж 2018–2020 років серед курсантів було зафіксовано 53 випадки травмування, серед яких 43 % припало на переломи, 20 % – ЧМТ, 11% – забої, 6% – опіки, 4% – різано-колоті рани, 4% – контузії, 4% – політравми, 4% – травматична ампутації і по 2% на вивихи, отруєння й розрив зв'язок. Серед травм які фіксувалися, є лише гострі і важкі травми, що вимагали госпіталізації.

В анкетах 256 курсантів вказано, що у 141 (55 %) респондента виникали травми чи больові синдроми під час навчання. Загальна кількість вказаних травм і больових синдромів становила 246 випадків. Перше місце за поширеністю займали травми й біль нижніх кінцівок, друге – біль спини, третє – травми й біль у верхніх кінцівках, далі – травми голови, шиї, живота і грудної клітки. Лише 72 (51 %) респонденти звернулися зі скаргами до лікаря. У 41 (16 % від загальної кількості опитаних) респондента біль у верхніх кінцівках турбував упродовж останнього місяця; 20 осіб (49 %) охарактеризували його як слабкий, 16 (39%) осіб як помірний, 5 (12 %) –сильний.

Висновки. Згідно з документами ВВНЗ за 2018–2020рр. основна увага щодо лікування та забезпечення реабілітацією охоплює лише курсантів із гострими й важкими травмами. Поза увагою залишаються негострі, хронічні травми та больові синдроми, виникнення яких зазначає 55% курсантів 1–3 років навчання.

Отримані результати підтверджують актуальність дослідження чинників ризику виникнення травм верхніх кінцівок у курсантів, розроблення програм профілактики та реабілітації засобами фізичної терапії.

Ключові слова: реабілітація, фізична терапія, курсант, травма.