

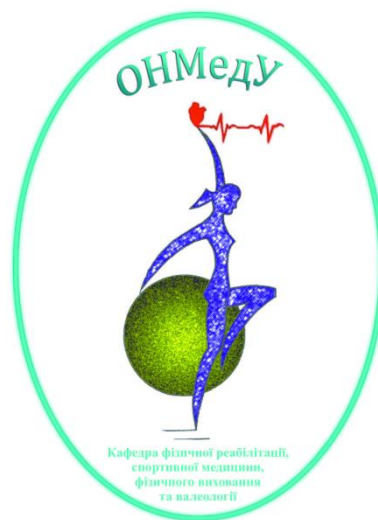
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

# СУЧАСНІ ДОСЯГНЕННЯ СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ, ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ВАЛЕОЛОГІЇ – 2022

*XXI ЮВІЛЕЙНА МІЖНАРОДНА  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ,  
ПРИСВЯЧЕНА 90-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації,  
спортивної медицини, фізичного виховання та валеології ОНМеду*

*6-7 жовтня 2022 року*

## Матеріали конференції



Одеса 2022

**УДК 613.4 (043.3) + 61:796 (043.2)**

Головний редактор: завідувачка кафедрою фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і валеології д.мед.н., проф. Ольга ЮШКОВСЬКА

Секретаріат: д.мед. н., доцент Олександр ПЛАКІДА  
к.мед.н., асистент Олена ФІЛОНЕНКО  
Вікторія РАДАЄВА

**С 91** Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології – 2022 / XXI Ювілейна міжнародна науково-практична конференція, присвячена 90-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання та валеології ОНМедУ. Одеса, 6-7 жовтня 2022 року / Матеріали конференції. – Одеса: ПОЛІГРАФ, 2022 – 112 с.  
**ISBN 978-966-2326-72-**

У збірці містяться матеріали XXI Ювілейної міжнародної науково-практичної конференції, присвяченої 90-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання та валеології ОНМедУ «Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології – 2022».

Висвітлюються питання наукових досліджень провідних фахівців у галузі спортивної медицини, фізичної реабілітації, валеології, фізичного виховання і практичної охорони здоров'я. Наведено результати використання нових діагностичних та лікувальних технологій у повсякденній роботі, а також досягнення фундаментальних досліджень. Всі тези друкуються в авторський редакції.

Підписано до друку: 05.10.2022 р. Формат 60x90/8. Папір офсетний.  
Гарнітура Times New Roman. Умовн.-друк. арк. 14,0. Наклад 300 прим.

Видавництво «ПОЛІГРАФ»  
Свідоцтво: серія ДК № 6977 від 14.11.2019 р.  
вул. Польська, 9/13, Одеса, 65014

**ISBN 978-966-2326-72-**

© Одеський національний медичний університет, 2022

Мета роботи – обґрунтувати можливість використання курсового застосування електромагнітних хвиль міліметрового діапазону та преформованого лікувального засобу «Магнієва олія» для підвищення ефективності функціональних можливостей м'язів нижніх кінцівок волейболістів.

Матеріалом роботи послужили дані, отримані під час обстеження 23 спортсменів-волейболістів різної ігрової спеціалізації. Вік обстежених становив 22 - 27 років, ігровий стаж усіх обстежених був понад 12 років.

Відповідно до завдань роботи, спортсмени були поділені на 2 групи. 1 група – 12 спортсменів, яким під час тренувань (5 тренувань) здійснювали вплив електромагнітних хвиль (ЕМВ) як синусоїдальних сигналів частотою 4000-4100 кГц. Тривалість циклу складала 10 хвилин. Вплив проводили на квадрицепс стегна та сідничні м'язи. 2 група – 11 спортсменів, які крім вищеприписаного ЕМВ впливу приймали внутрішньо по 150 мл преформованого бальнеологічного засобу «Магнієва олія» у розведенні 5 г/л щодня. «Магнієва олія» характеризується високим вмістом магнію та бромиду (не менше 1,20 г/л магнію, та бромиду 0,040 г/л).

Результати оцінювали за суб'єктивною оцінкою стану м'язів, висотою стрибка, характером приземлення та енергетичними показниками стрибка.

Проведені дослідження показали, що обох групах досліджених після завершення курсу впливів висота стрибка збільшилася на 7.0 % -7.8 %, енергія стрибка зросла на 8.9 % - 9.5 %. Частота приземлення високої сили також зросла на 14.8%.

У другій групі обстежених усі 100% спортсменів відзначали зникнення ранкової скутості колінного суглоба та дискомфорту м'язів нижніх кінцівок, тоді як у першій групі у 17% ці скарги зберігалися.

На наш погляд, позитивний вплив ЕМВ пов'язаний з покращенням передачі регулюючих імпульсів у нервово-м'язових синапсах, що сприяє синхронізації та збільшенню сили скорочення м'язових пучків.

Позитивний вплив іонів магнію пов'язаний, швидше за все, з поліпшенням інтенсивності обмінних процесів та відновлення балансу процесів збудження-гальмування у структурах мозку.

## **ВПЛИВ ОЗДОРОВЧОЇ ХОДЬБИ ЗА МЕТОДИКОЮ К. КУПЕРА СЕРЦЕВО-СУДИННУ СИСТЕМУ СТУДЕНТІВ**

Нігрецкул В. В., Афанасьєв С. І., Філоненко О. В.

*Одеський національний медичний університет*

Актуальність теми: на долю хвороб серця припадає 16 % усіх смертей у світі за даними МООЗ, при чому у 2019 році кількість померлих на 2 мільйони осіб більше, ніж у 2000 році. До того ж за останні десятиліття погіршилися показники ССС серед молоді, збільшились захворюваність на хвороби серцево-судинної системи та смертність.

Мета: оцінити вплив оздоровчої ходьби на студентів 1 курсу ОНМедУ, які займаються в основній, підготовчій і спеціальній медичних групах.

В дослідженні взяли участь студенти 1 курсу ОНМедУ віком від 17 до 23 років (4 дівчини і 4 юнаки). Перед початком дослідження проводилося анкетування для визначення протипоказань до занять фізичною культурою, а також щодо характеру і ступеню порушень стану здоров'я студентів. Далі було проведено розминку та розпочато тестування (тест 1: біг підтюпцем Купера), за яким було відібрано людей у поганій фізичній формі. Далі надавався відпочинок до повної стабілізації пульсу у стані спокою. Після цього проводилася проба Руф'є (тест 2), надалі — знову відпочинок до повної стабілізації пульсу у стані спокою, після котрого застосовувалась проба Робінсона (тест 3). За даними дослідження були отримані наступні дані: тест 1 —  $(1973,75 \pm 165,66)$  м, тест 2 —  $(8,0625 \pm 1,0100)$  м, тест 3 —  $(90,6525 \pm 3,7300)$  м.

За результатами тестів студенти отримували оцінки, взявши до уваги останні, а також характер і ступінь хвороб студентів було побудовано програму занять оздоровчої ходьби для студентів за методикою К. Купера. Студенти виконували комплекс спеціальних вправ самостійно в домашніх умовах 3-5 разів на тиждень упродовж 1 місяця.

Заняття склалися з 4 фаз: розминка, оздоровча ходьба (аеробна фаза), остигання і силове навантаження. Після 1 місяця тренувань проведено повторно всі тести, отримано результати середніх значень: тест 1 —  $(2265,625 \pm 195,510)$  м, тест 2 —  $(4,55 \pm 1,18)$  м, тест 3 —  $(83,9225 \pm 2,9500)$  м.

Висновки: результати тесту 3 зменшилися на 6,73 в середньому, а результати тесту 2 поліпшилися на 3,5125. Результати тесту 1 збільшилися у середньому на 261,25 м, 6 учнів із досліджуваної групи стали мати добру фізичну форму, 2 — задовільну. Це свідчить про високу ефективність фізичних тренувань у вигляді оздоровчої ходьби у поліпшенні фізичної форми та показників ССС.

## **МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ НА СТАЦІОНАРНОМУ ЕТАПІ БІЙЦЯ З МІННО-ВИБУХОВОЮ ТРАВМОЮ: ВАЖКОЮ ВІДКРИТОЮ ЧЕРЕПНО-МОЗКОВОЮ ТРАВМОЮ**

*Овдій М.О., Волянський О.М., Криштоп М.Є.  
Університетська клініка НМУ ім. О.О. Богомольця*

В умовах війни реабілітація військовослужбовців має важливе значення, є ключовою складовою ефективності системи охорони здоров'я та обороноздатності країни. Успішне відновлення пораненого бійця на 80% залежить саме від вчасного та ефективного реабілітаційного процесу. За літературними даними основними ураженнями нервової системи внаслідок поранень, травм, отриманих на полі бою є черепно-мозкова травма – 69,5% (переважно – закрита), травматичне ураження периферійних нервів – 20%, травматичне ураження спинного мозку – 10,5%. Основними клінічними ураженнями нервової системи примінно-вибухова травма в гострому періоді травматичної хвороби є: порушення функції черепно-мозкових нервів,

ДІАГНОСТИКА ПРОФЕСІЙНОГО ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ Кернас А. В., Слишинська І. В.	52
ВПЛИВ ФІЗІОТЕРАПЕВТИЧНИХ ВПРАВ ТА ЛІКУВАЛЬНОГО МАСАЖУ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗІ ПОПЕРЕКОВО-КРИЖОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА. Кирилюк В.В.	56
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ІНТЕНСИВНОСТІ ЗАНЯТТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ І ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ ОНМедУ Коростильова Г.Ю.	58
АНАЛІЗ СТРУКТУРИ ВРОДЖЕНИХ ВАД СЕРЦЯ У СПОРТСМЕНІВ ВІКОМ ДО 18 РОКІВ С.В.Кравець	61
ТЕРМІЧНІ ТРАВМИ, ОПІКОВА ХВОРОБА. ЕТІОПАТОГЕНЕЗ Магльований А. В., Кунинець О. Б., Марусяк С. В.	62
ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНИХ МЕТОДІВ РЕАБІЛІТАЦІЇ У ВЕТЕРАНІВ ІЗ ХРОНІЧНИМ БОЛЕМ У ПОПЕРЕКОВОМУ ВІДДІЛІ ХРЕБТА Мальченко Д.О., Юшковська О.Г.	63
«НЕСКІНЧЕННИЙ ТОН» У СПОРТИВНІЙ МЕДИЦИНІ Михалюк Є.Л., Гороховський Е.Ю., Босенко А.І.	64
РОЗВИТОК РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ШЛЯХОМ ВПРОВАДЖЕННЯ ФІТБОЛ-ГІМНАСТИКИ У ПРАКТИЦІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ Нагорна А.А., Жиденко А.О.	66
ПОРІВНЯЛЬНА ОЦІНКА ВПЛИВУ ЕЛЕКТРОМАГНІТНИХ ХВИЛЬ ТА ІОНІВ МАГНІЮ НА СТАН М'ЯЗІВ НИЖНІХ КІНЦІВОК У СПОРТСМЕНІВ-ВОЛЕЙБОЛІСТІВ Насібуллін Б.А., Гуща С.Г., Плакіда О.Л.	68
ВПЛИВ ОЗДОРОВЧОЇ ХОДЬБИ ЗА МЕТОДИКОЮ К. КУПЕРА НА СЕРЦЕВО-СУДИННУ СИСТЕМУ СТУДЕНТІВ Нігрецкул В. В., Афанасьєв С. І., Філоненко О. В.	69
МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ НА СТАЦІОНАРНОМУ ЕТАПІ БІЙЦЯ З МІННО-ВИБУХОВОЮ ТРАВМОЮ: ВАЖКОЮ ВІДКРИТОЮ ЧЕРЕПНО-МОЗКОВОЮ ТРАВМОЮ Овдій М.О., Волянський О.М., Криштоп М.Є.	70
ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПСОРАТИЧНИХ АРТРОПАТІЙ НА ФОНІ КОМОРБІДНОЇ ПАТОЛОГІЇ Півняк О.А., Неханевич О.Б.	73