

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ ЯК ОСНОВНИЙ МЕТОД ВІДНОВЛЕННЯ У ПОВОЄННИЙ ПЕРІОД В УКРАЇНІ

Лук'янчук Я. Ю.

студентка,

*Криворізький державний педагогічний університет
м. Кривий Ріг, Україна*

Переверзєва С. В.

*старший викладач кафедри фізичної культури
та методики її викладання,*

*Криворізький державний педагогічний університет
м. Кривий Ріг, Україна*

У XXI столітті наша держава зазнала великого випробування, зазнаючи постійного руйнування та знищення всього довкола. На території України страждають невинні люди, кількість травмованих дітей та дорослих за цей воєнний період значно зросла, слід також зазначити, що мовиться не тільки про фізичне травмування, але й про психічне в цілому, бо під час жорстоких терористичних актів багато українців пережили великі втрати.

За даними ACLED, у 2021 році зафіксовано 3890 випадків вибухів та різних видів дистанційного насилля. У 2022 році таких випадків було вже 23649, що становило 82% від усіх подій пов'язаних з війною в Україні. З них 8% було класифіковано як такі, що спрямовані проти цивільних. У період з 24 лютого 2022 року до 30 червня 2023 року Управління ООН з координації гуманітарних справ (ОСНА) задокументувало загалом 22 784 жертв серед цивільного населення внаслідок застосування вибухової зброї з великим радіусом дії. Ще 10,7 мільйонів українців можуть постраждати від мін або полишених боєприпасів, за інформацією ОСНА [1].

Враховуючи всі вікові категорії людей, ми розуміємо, що безпека людини – це перш за все базова передумова для нормального та повноцінного життя, розвитку як дітей, так і дорослих. Її рівень під час широкомасштабної війни критично знижений [1]. А кількість травмованих з кожним днем тільки зростає, і на жаль, ця статистика буде триматися також у повоєнному періоді, що є великою загрозою життю та здоров'ю цивільному населенню України.

Проводячи детальний аналіз воєнних дій, ми розуміємо, що здорове та повноцінне майбутнє української нації залежить від швидкого відновлення та реабілітації в цілому. Оскільки те, що вже виникло в результаті повномасштабної війни є наслідками терористичних дій країни-агресора. Всі травмування, як фізичні, так і психологічні, потребують довготривалого відновлення та лікування. Для цього нашій країні потрібно обрати ефективні та оптимальні методи, способи розв'язання проблем, які дають можливість повноцінно жити та рухатись. Одним з ефективних та основних методів відновлення є фізична терапія та ерготерапія. Фізична терапія, також фізична реабілітація (англ. Physical therapy) – це застосування з лікувальною і профілактичною метою фізичних вправ і природних факторів у комплексному процесі відновлення здоров'я, фізичного стану та працездатності хворих [3].

Ерготерапія (грец. εργον – праця та грец. θεραπεία – лікування) – комплекс реабілітаційних заходів у особи із порушенням психічних або фізичних функцій організму, спрямованих на відновлення повсякденної діяльності людини із урахуванням наявних фізичних обмежень. В англomовній літературі застосовується термін «occupational therapy» («заняттєва терапія» або «лікування заняттям», від лат. occupatio – «зайнятість»). Сучасне поняття ерготерапії охоплює комплекс заходів, спрямованих як на відновлення виконання хворим повсякденних функцій організму, так і на створення комфортних умов життя, адаптацію середовища для людей з особливими потребами, забезпечення можливості відновлення їх трудових навичок та забезпечення соціальної адаптації пацієнтів з особливими потребами [2].

Отже, разом фізична терапія й ерготерапія становлять ефективний реабілітаційний комплекс, що вкрай необхідний для нашої країни. В Україні ерготерапія як окрема спеціальність з'явилась на початку ХХІ століття, зареєстрована з 2015 року [2]. Ми розуміємо наскільки ці спеціальності важливі й саме тому переймаємо з досвіду наших зарубіжних колег методи, які використовує фізична терапія та ерготерапія, оскільки вони дійсно дієві та ефективні, допомагають реабілітувати хворих із різними фізичними вадами та травмуваннями. Можна твердо сказати, що ерготерапія застосовується як складова лікувального процесу у хворих з обмеженими можливостями та направлена на відновлення та підтримку необхідних для повсякденного життя побутових навичок та дій, сприяє не тільки відновленню рухової активності, але й адаптації людини до нормального життя, що допомагає їй досягти максимальної самостійності у побуті та стати більш соціально адаптованою [2].

Основним завданням ерготерапевта є не досягнення повного одужання хворих (хоч це й бажано), а розв'язання тих проблем, які

хвилюють пацієнтів, заважають їх одужанню, їх повсякденній активності та поверненню до нормального життя, попри ці обмеження, які накладає на них хвороба [2].

А самі ерготерапевти переважно працюють у команді фахівців, які займаються реабілітацією хворих і до цієї команди входять лікарі, психологи, фізичні терапевти, логопеди та фахівці з інших спеціальностей. Також ерготерапевтів часто плутають із фізичними терапевтами, хоча напрямок їх діяльності дещо відрізняється. У західному світі фізичний терапевт працює над фізичними функціями загалом, а ерготерапевт – над прикладними завданнями: а) розвитком гігієнічних і побутових навичок; б) підтримкою щоденної діяльності; в) інтеграцією в освітні заклади та адаптацією середовища; г) допрофесійною і професійною підготовкою; д) змістовним дозвіллям та спортом [2].

Для ерготерапії також характерний індивідуальний підхід до кожного пацієнта. Ерготерапевт спочатку після знайомства з пацієнтом проводить оцінку порушень життєдіяльності людини, на основі якої він створює індивідуальну програму реабілітації пацієнта [2].

Сама реабілітація – це процес, який має на меті забезпечити неповносправним досягнення і підтримку їх оптимальних фізичного, чуттєвого, інтелектуального, психічного, а також соціального рівнів діяльності, які б сприяли досягненню вищого рівня самостійності. Реабілітація може включати заходи для підтримання і відновлення функцій, або ж компенсації втрати або відсутності функцій чи функціонального обмеження [3]. Отже, реабілітація – це основний метод, який допомагає одужанню та повноцінному відновленню, як фізично, так і психологічно.

На нашу думку, фізична терапія та ерготерапія повинні стати в нашій країні першочерговою галуззю, особливо в повоєнний період. Ми повинні поглиблено перейняти досвід наших зарубіжних колег та розширити свої масштаби саме в цій сфері реабілітаційних заходів. Це дасть Україні добре підготовлених фахівців за різними освітніми програмами. Розуміючи реальне становище нашої держави, ми дійсно цього потребуємо, адже в повоєнний час ми повинні заново «піднятися на ноги та відродитись». Саме тому ми повинні діяти разом, оскільки наша єдність – це перша сходинка до Перемоги.

Як говорив доктор Стівен Скот: «Військові борються за нашу незалежність, а ми маємо боротися за їхню у повсякденному житті. Зокрема, ерготерапевти роблять це, допомагаючи відновлювати самостійність захисників та повертаючи їх до звичного, повноцінного життя» [4].

Саме тому фізична терапія та ерготерапія є основним методом відновлення у повоєнний період в Україні. І ми сподіваємося, що в

майбутньому саме ця галузь буде впроваджена не тільки у вищих медичних закладах, але й у закладах вищої освіти, де є спеціалізація «Фізична культура та спорт» за спеціальністю «Фізична реабілітація» або «Фізкультурно-спортивна реабілітація», оскільки саме від них залежить повноцінне життя та майбутнє наступних поколінь, нашої держави в цілому.

Література

1. Як війна змінила українських дітей? Разючі інсайти з дослідження «Індекс майбутнього»: веб-сайт. URL: <http://surl.li/skbzz> (15.04.2024 р.).
2. Веб-сайт. URL: <http://surl.li/avdyo>
3. Веб-сайт. URL: <http://surl.li/rsjj>
4. Що таке ерготерапія та чим вона корисна в реабілітації українських військових: веб-сайт. URL: <http://surl.li/skcau> (06.03.2024 р.).