**Анотація**

**Лікувальна фізкультура людей працездатного віку з переломами стегнової кістки в післягоспітальний період**

**Гренцер Р.Т.**

Травми опорно -рухового апарату займають одне з провідних місць за поширеністю серед населення різних країн, що визначається як постійним навантаженням на нього, так і особливостями будови. Щороку в Україні понад 100 000 людей отримують переломи нижніх кінцівок. Переломи трубчастих кісток нижніх кінцівок є однією з причин тимчасової втрати працездатності, а в деяких випадках причиною інвалідизації пацієнтів. Переломи довгих трубчастих кісток становлять від 48 до 70% усіх травм кісток скелета. Лікування пацієнтів з діафізарними переломами стегнової кістки є однією з найактуальніших проблем сучасної травматології та ортопедії.

**Метою роботи** є теоретичне обґрунтування, вдосконалення та практично перевірка ефективності програми лікувальної фізкультури для пацієнтів після перелому стегнової кістки. Цілі дослідження: 1. Систематизувати та узагальнити сучасну науково -методичну літературу з проблеми реабілітації пацієнтів з переломами стегнової кістки. 2. Скласти програму фізичної реабілітації для пацієнтів з переломами стегнової кістки та оцінити ефективність її впливу на відновлення порушених функцій у пацієнтів з переломами стегнової кістки.

**Методи дослідження:** аналіз науково -методичної літератури, метод тестування, шкала оцінки болю, методика гоніометрії: Згинання стегна в тазостегновому та колінному суглобах. Програма лікувальної фізкультури пацієнтів після перелому стегнової кістки в післягоспітальний період включала такі засоби лікувальної фізкультури: лікувальну гімнастику, реабілітаційний масаж, дихальні вправи за системою йоги, лікувальну ходьбу, дарсонвалізацію стегна.

Аналіз отриманих показників в кінці дослідження свідчить про позитивний вплив запропонованої програми фізичної реабілітації на клініко - функціональні показники пацієнтів після перелому стегнової кістки. Наші дослідження показують, що амплітуда рухів кінцівок у кульшовому суглобі у пацієнтів основної групи, ймовірно, зросла з 84,6º ± 1,4 до 109,8º ± 1,6, тобто на 25,2º (<0,05). зі швидкістю 120 °. У пацієнтів контрольної групи на 15,6º. Таким чином, запропонована нами програма фізичної реабілітації є більш ефективною, ніж традиційні комплекси фізичних засобів для пацієнтів після перелому середньої частини стегна.

**Ключові слова:** перелом стегнової кістки, лікувальна фізкультура, діапазон рухів, фізичні вправи.

**Summary**

**Physical therapy of people of working age with fractures of the femoral shaft in the post-hospital period**

**Grenzer R.T.**

Injuries of the musculoskeletal system occupy one of the leading places in prevalence among the population of different countries, which is determined by both the constant load on it and the peculiarities of the structure. Every year in Ukraine more than 100,000 people get fractures of the lower extremities. Fractures of the tubular bones of the lower extremities are one of the causes of temporary disability, and in some cases the cause of disability of patients. Fractures of long tubular bones account for 48 to 70% of all skeletal bone injuries. Treatment of patients with diaphyseal fractures of the femur is one of the most pressing problems of modern traumatology and orthopedics.

The purpose of the work is to theoretically substantiate, improve and practically test the effectiveness of the program of physical therapy for patients after fracture of the femoral shaft. Objectives of the study: 1. To systematize and generalize modern scientific and methodological literature on the problem of rehabilitation of patients with fractures of the femur. 2. To make the program of physical rehabilitation for patients with fractures of a femur and to estimate efficiency of its influence on restoration of the broken functions at patients with fractures of a femur.

Research methods: analysis of scientific and methodological literature, testing method, pain rating scale, goniometry technique: Flexion of the thigh in the hip and knee joints. The program of physical therapy of patients after fracture of the femoral shaft in the post-hospital period included the following means of physical therapy: therapeutic gymnastics, rehabilitation massage, breathing exercises on the system of yoga, therapeutic walking, darsonvalization of the thigh.

The analysis of the obtained indicators at the end of the study testifies to the positive influence of the proposed physical rehabilitation program on the clinical and functional indicators of patients after fracture of the femoral shaft. Our studies show that the amplitude of limb movements in the hip joint in patients of the main group

probably increased from 84.6º ± 1.4 to 109.8º ± 1.6, ie by 25.2º (<0.05). at a rate of 120º. In patients of the control group by 15.6º. Thus, our proposed physical rehabilitation program is more effective than traditional complexes of physical means for patients after a fracture of the middle thigh.

**Key words:** femoral shaft fracture, physical therapy, range of motion, exercise.