

АНОТАЦІЯ

Леньо Е.Ю. Комплексна фізична терапія артритів колінних суглобів в умовах санаторію Синяк.

Мета: удосконалення заходів фізичної терапії для людей з артритом колінних суглобів. **Методи:** аналіз спеціальної науково-методичної літератури; медико-біологічні: огляд, контент-аналіз історій хвороби, збір анамнезу; методи антропометрії (об'єм колінних суглобів); візуально-аналогова шкала (ВАШ); функціональний тест (ходьба по прямій на 30 м). **Результати:** У більшості хворих (87%) відзначалося обмеження обсягу рухів, більшою мірою згинання, в уражених колінних суглобах. Виразність больового синдрому при русі по ВАШ коливалася від 40 до 100 мм ($73,8 \pm 2,48$ мм і $70,9 \pm 2,23$ мм відповідно в ОГ та КГ). Статистично значну різницю ми бачимо в обох досліджуваних групах, де в основній групі вже 1-го тижня після запропонованої їм програми реабілітації відзначалося зниження інтенсивності болю на $1,2 \pm 0,04$ бала, протягом 2 тижня – на $0,37 \pm 0,08$ бала, а на 3 тиждень – на $0,21 \pm 0,04$ бала порівняно з контрольною групою, де зменшення інтенсивності больового синдрому протягом 1-го тижня бачимо лише на $1,26 \pm 0,07$ бала, на 2-ий тиждень – на $0,85 \pm 0,09$ бала, на 3 тиждень – на $0,25 \pm 0,07$ бала відповідно ($p < 0,01$). Функціональний тест (ходьба по прямій на 30 м) для ОГ та КГ до лікування не мав достовірної різниці $73,64 \pm 1,83$ с. та $71,16 \pm 1,76$ с. відповідно. Однак в ОГ покращення виконання тесту відбулося вже на 1-му тижні, і покращувався до кінця реабілітації. Тоді як в КГ суттєве покращення виконання тесту відбулося тільки на 2-му тижні. **Висновки:** Оцінка показників обсягу колінних суглобів; рухового тесту «ходьба на 30 м»; показники вираженості болю за візуально-аналоговою шкалою після проведення реабілітаційних заходів у пацієнтів основної групи значно покращилися ніж в контрольній групі, що в свою чергу свідчить про ефективність розробленої програми реабілітації.

Ключові слова: фізична терапія при артритах, колінний суглоб, больовий синдром.

ABSTRACT

Lenyo E. Y. Complex physical therapy of the knee joint arthritis in “Sinyak” sanatorium.

Objective: to improve physical therapy measures for people with arthritis of the knee joints. **Methods:** analysis of special scientific and methodical literature; medical and biological: examination, content analysis of case histories, history taking; methods of anthropometry (volume of knee joints); visual-analog scale (VAS); functional test (walking in a straight line for 30 m). **Results:** In most patients (87%) there was a restriction of range of motion, more flexion, in the affected knee joints. The severity of pain when moving on VAS ranged from 40 to 100 mm (73.8 ± 2.48 mm and 70.9 ± 2.23 mm, respectively, in the exhaust and CG). at. We see a statistically significant difference in both study groups, where in the main group already in the 1st week after the proposed rehabilitation program there was a decrease in pain intensity by 1.2 ± 0.04 points, within 2 weeks - by 0.37 ± 0.08 points, and at 3 weeks - by 0.21 ± 0.04 points compared with the control group, where the decrease in the intensity of pain during the 1st week is seen only by 1.26 ± 0.07 points, by the 2nd week - by 0.85 ± 0.09 points, for 3 weeks - by 0.25 ± 0.07 points, respectively ($p < 0.01$). The functional test (walking in a straight line for 30 m) for CO and CG before treatment had no significant difference of 73.64 ± 1.83 s. and 71.16 ± 1.76 s. However, in the CO, the test performance improved as early as week 1, and improved by the end of rehabilitation. Whereas in the CG, a significant improvement in test performance occurred only in the 2nd week. **Conclusions:** Evaluation of the volume of the knee joints; motor test "walking 30 m"; indicators of pain on a visual-analog scale after rehabilitation in patients of the main group

significantly improved than in the control group, which in turn indicates the effectiveness of the developed rehabilitation program.

Key words: physical therapy for arthritis, knee joint, pain syndrome.