

# ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини,  
фізичного виховання і валеології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри, д.мед.н., професор



(Юшковська О. Г.)

(підпис)

«16» червня 2022 р.

## МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА СЕМІНАРСЬКОГО ЗАНЯТТЯ

Курс **IV** Факультет **Медичний**

Навчальна дисципліна **Фізична реабілітація та спортивна медицина**

Семінарське заняття №9,10 Тема: «Основи лікувального масажу.»

Семінарське заняття розробив:

асистент \_\_\_\_\_ (Семененко О.В)

Методична розробка обговорено

на методичній нараді кафедри

«16» червня 2022р.

Протокол №1

Одеса 2022

## **Мета:**

- Створити у здобувачів уявлення про важливість застосування фізичної реабілітації та масажу в комплексному лікуванні хворих;
- Виховання у здобувачів сучасного професійного мислення і професійної відповідальності;
- Ознайомити здобувачів із загальними положеннями застосування фізичної реабілітації при травмах та захворюваннях;
- Створити у здобувачів представлення про важливість фізичної реабілітації, як невід'ємної частини комплексного відновлювального лікування хворих.
- Скласти у здобувачів представлення про важливість застосування масажу в комплексному лікуванні хворих;
- Засвоїти теоретичні дані щодо значення масажу та його місця у фізичній реабілітації.
- • Засвоїти теоретичні дані щодо особливостей застосування основних прийомів масажу при різних патологіях .
- Ознайомити студентів із загальними положеннями застосування масажу при різних захворюваннях;
- Надання студентам теоретичних знань та формування практичних умінь щодо застосування класичного лікувального, гігієнічного, сегментарно-рефлекторного та спортивного видів масажу, а також самомасажу.
- скласти в студентів представлення про важливість застосування масажу в комплексному лікуванні хворих;

## **Здобувач повинен знати:**

- Основні поняття теми;
- Показання до призначення фізичної реабілітації у комплексній терапії хворого;
- Протипоказання до призначення лікувального масажу;
- принципи побудови процедури лікувального масажу;
- особливості методики використання фізичних вправ з лікувальною метою;
- спеціальні вправи;
- облік ефективності занять по фізичної реабілітації у клініці.
- Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні знати: основні поняття та терміни масажу
- Поняття про масаж, лікувальний масаж.
- Види масажу;
- Основні відмінності лікувального, гігієнічного, спортивного, косметичного и самомасажу;
- Методи лікувального масажу;

- Різновиди спортивного масажу в залежності від мети;
- Основні масажні прийоми;
- Фізіологічний вплив масажу на організм;
- Чотири вида шкірної чутливості;
- Загальні протипоказання до призначення масажу.

### **Здобувач повинен вміти:**

- Виконати масажні прийоми (прогладжування, розтирання, розминання і вібрацію) у щелепно-лицьовій області;
- По суб'єктивних і об'єктивних ознаках оцінити дія проведеного масажу;
- Переконати хворого у важливості використання фізичних вправ, спонукати його до активного включення в лікувальний процес.
- Опанувати практичні навички виконання різних видів масажу.

### **Обладнання:**

1. Масажна кушетка.
2. Масло для масажу
3. Паперове покривало для столу

### **План**

#### **I. Організаційний момент:**

1. Привітання
2. Перевірка присутніх
3. Повідомлення теми
4. Повідомлення мети заняття
5. Мотивація студентів щодо вивчення теми

#### **II. Контроль опорних знань:**

1. Фронтальне опитування
2. Письмове тестування:
  - 2.1. Вимоги до теоретичної готовності студентів до виконання практичних занять:

### **Основні поняття першої частини теми:**

### **Загальні основи застосування засобів фізичної реабілітації у хворих \**

**Фізична реабілітація** – самостійна медична науково-практична дисципліна, спрямована на відновлення зниженого рівня здоров'я шляхом запобігання прогресуванню наявного захворювання, заміщення втрачених функцій та повернення працездатності засобами фізичної культури з використанням цілющих природних факторів.

**Общеразвиваючі вправи** є штучні поєднання природних людини рухів, розділених на складові елементи. За допомогою загальнорозвиваючих вправ можна вдосконалювати загальну координацію рухів, відновлювати і розвивати силу, швидкість руху і спритність. За активністю виконання загальнорозвиваючі (спеціальні) вправи діляться на **активні, пасивні, послідовні імпульсів до скорочення м'язів, ідеомоторні і рефлексорні**.

Заняття фізичною реабілітацією із хворими стоматологічного профілю підлягають загальним дидактичним принципам і правилам. Однак приватні методики занять лікувальною гімнастикою і іншими формами фізичної реабілітації мають ряд особливостей, обумовлених клінічними проявами стоматологічних захворювань. У першу чергу це стосується **спеціальних вправ**. Їх обов'язково виконують перед дзеркалом, тому що візуальний контроль необхідний для правильного освоєння.

**Спеціальні вправи** підрозділяються по анатомічній ознаці на вправи для мимічної і жувальної мускулатури.

Найбільш раціональним методом проведення лікувальної фізкультури з хворими стоматологічного профілю є **індивідуальні заняття**.

В основній частині процедури лікувальної гімнастики (далі ЛГ) необхідно чергувати спеціальні вправи з загальнозміцнюючими. У зв'язку з тим, що травми і захворювання щелепно-лицьової області обумовлюють вторинні функціональні розлади діяльності найважливіших систем (дихання, кровообігу й ін.) - кожне заняття ЛГ повинне бути насичене великою кількістю різноманітних фізичних вправ. Використовуються механо-терапевтичні апарати і пристосування для додаткового впливу на органи і тканини щелепно-лицьової області.

## **Основні питання поняття другої частини теми**

1. Історія розвитку масажу.
2. Поняття про масаж, лікувальний масаж.

3. Які види масажу розрізняють.
4. Методи лікувального масажу.
5. Основні масажні прийоми та їх відмінності один від одного.
6. Фізіологічний вплив масажу на організм.
7. Загальні протипоказання до призначення масажу.

### **Еталони відповідей на основні питання:**

#### **Історія розвитку масажу.**

Чи є інший лікувальний засіб, який користувався б у всій медицині такою популярністю, популярністю і таким поширенням, як «МАСАЖ».

Жоден народ не може собі одному приписати честь відкриття та розробки методики масажу. Було б неправильно стверджувати, що масаж винайшли китайці, індуси чи греки. Відомо, що масаж застосовували навіть у первісному суспільстві, у різних племенах Південної Африки.

Походження масажу так само старе, як інстинктивний порив використовувати свої руки для полегшення болю після забитого місця або травми, у вигляді потирання (погладжування, розтирання).

У давнину у первісної людини не було іншої зброї, крім рук, для надання допомоги людині, яка впала, вдарилася, забилася. Руки самі, інстинктивно потяглися до місця забитого місця, щоб його помасажувати, пом'яти і тим самим зменшити біль.

#### **Поняття про масаж, лікувальний масаж.**

**Масаж** – це сукупність спеціальних прийомів механічного дозованого впливу на тіло людини, які проводять руки або спеціальні апарати з лікувальною або профілактичною метою.

**Лікувальний масаж** - найбільш адекватний та фізіологічний метод впливу на організм хворої людини. Особливо істотну роль він відіграє у системі засобів відновного лікування, оскільки призводить до нормалізації патологічно змінених функцій. В даний час масаж є невід'ємним елементом комплексного лікування хворих на терапевтичний, хірургічний, неврологічний та ін. профілю.

**Розрізняють такі види масажу:**

**гігієнічний, лікувальний, спортивний, косметичний, самомасаж.**

**Гігієнічний масаж** є активним засобом зміцнення здоров'я, профілактики захворювань, збереження працездатності. Гігієнічний масаж застосовують найчастіше у формі загального масажу.

При виконанні гігієнічного масажу застосовують різні прийоми ручного масажу, спеціальні апарати використовують самомасаж (у поєднанні з УГГ – ранковою гігієнічною гімнастикою), в сауні, лазні, ванні під душем.

Різновидом гігієнічного масажу є **косметичний масаж**, мета якого – догляд за нормальною і ураженою шкірою, попередження її передчасного старіння, позбавлення різних косметичних недоліків, наприклад, рубцевих змін шкіри.

**Лікувальний масаж** - найбільш адекватний та фізіологічний метод впливу на організм хворої людини. Особливо істотну роль він відіграє у системі засобів відновного лікування, оскільки призводить до нормалізації патологічно змінених функцій. В даний час масаж є невід'ємним елементом комплексного лікування хворих на терапевтичний, хірургічний, неврологічний та ін. профілю.

Розрізняють такі **методи лікувального масажу**:

**класичний** (ручний, апаратний),

**сегментарно-рефлекторний**,

**сполучнотканинний**,

**періостальний**,

**точковий**.

**Спортивний масаж** в залежності від мети

ділиться на такі різновиди:

1. **гігієнічний**

2. **тренувальний**

### 3. попередній

- а) розминальний
- б) масаж у передстартових станах  
(тонізуючий, заспокійливий),
- в) зігріваючий,
- г) мобілізуючий

### 4. відновлювальний

Виділяють такі **види спортивного масажу**:

1. **підготовчий варіант** методики виконується перед виступами чи тренуваннями. Вид методики підрозділяється варіант для розминки, перед стартом, для зігрівання;
2. вид методики **для тренування** дозволяє виключити перевтому м'язової тканини, що у період підвищених навантажень. Сеанс зазвичай проводиться через певний проміжок часу після тренувальних занять;
3. **Відновний вид процедури** спрямовано повне відновлення функцій організму після змагань.

**Самомасаж** – один із засобів догляду за тілом при комплексному лікуванні деяких захворювань та травм опорно-рухового застосовується в рамках спортивного, гігієнічного, косметичного та лікувального масажу. Він проводиться самим хворим чи спортсменом і може бути як загальним, і локальним. При самомасажі можна використовувати різні масажери, щітки, вібраційні апарати та ін.

#### **Основні масажні прийоми:**

1. **Погладжування** - один з найстаріших і найпоширеніших прийомів, які застосовуються як з лікувальною метою, так і в спортивному, косметичному масажі, у вигляді ковзання пальців руки або кисті по шкірі без її зміщення. Цим прийомом рекомендується розпочинати та закінчувати будь-яку процедуру масажу, а також при переході від одного прийому масажу до іншого.
2. **Розтирання** має на організм більш енергійний вплив, ніж погладжування. Воно полягає в зміщенні або розтягуванні шкіри разом з тканинами, що підлягають, в різних напрямках. При розтиранні, на відміну погладжування, зсувається як шкіра, а й підшкірно-жирова клітковина. При розтиранні застосовується більша сила тиску, ніж при погладжуванні, рука не ковзає по шкірі, а зсуває її під час руху.
3. **Розминання** – це прийом масажу, у виконанні якого, на відміну

погладжування і розтирання, відбувається вплив на м'язи.

#### **4. Вібрація** буває двох видів: переривчаста та безперервна.

**Безперервну вібрацію** можна проводити не лише за допомогою рук, а також за допомогою вібромасажера.

При **переривчастій вібрації** використовуються ударні прийоми: постукування, поколачування, «рубання», «пальцевий душ».

#### **Фізіологічний вплив масажу на організм.**

Масаж є найбільш адекватним та фізіологічним для організму людини оздоровчим засобом. Масаж надає різнобічний вплив на нервову систему, викликаючи зниження або посилення загальної нервової збудливості, посилення рефлексорних зв'язків кори головного мозку з м'язами, судинами та внутрішніми органами, поліпшення трофіки тканин та функціонального стану провідних шляхів, поліпшення нервової провідності, зниження вазомоторних та трофічних розладів процесів регенерації, ослаблення чи припинення болю.

Масаж впливає на всі чотири види **шкірної чутливості**:

- 1. теплову, 2. холодovu, 3. больову та 4. тактильну.**

Масаж, діючи рефлексорно, зумовлює генералізовані реакції у відповідь з боку ЦНС, які сприяють нормалізації регулюючої та координуючої її функції, стимуляції регенеративних процесів, підвищенню реактивності організму та мобілізації захисно-приспосувальних механізмів.

Масаж сприятливо впливає на серцево-судинну та лімфатичну систему.

Вплив масажу на систему кровообігу насамперед проявляється у розширенні та збільшенні кількості функціонуючих капілярів у шкірі та м'язах.

Завдяки масажу судини шкіри розширюються, у них покращується кровообіг.

У шкірі дуже розвинена судинна мережа, яка може розширення може вмістити понад одну третину всієї маси крові організму.

Завдяки масажу кров відволікається від внутрішніх органів до поверхні шкіри і до м'язових пластів, настає помірне розширення периферичних судин, полегшується робота лівого передсердя та правого шлуночка, підвищується нагнітальна здатність серця, покращується кровопостачання та скорочувальна



здатність серцевого м'яза, усуваються застійні явища кровообігу, покращується газообмін між кров'ю та тканинами (внутрішнє дихання), підвищується поглинання тканинами кисню.

Масаж стимулює вплив на кровотворну функцію, сприяючи підвищенню вмісту в крові гемоглобіну та еритроцитів.

Під дією масажу зі шкіри у вигляді лусочок видаляються клітини її зовнішнього шару - епідермісу. Це сприяє поліпшенню шкірного дихання, посилення видільної функції сальних та потових залоз, що беруть участь у регуляції тепловіддачі. Жир, що виділяється, оберігає епідерміс від розкладання у воді (особливо важливо для людей, робота яких пов'язана з впливом води та пари), а також від пересихання (при роботі на вітрі, у спекотних цехах).

Масаж прискорює рух лімфи в шкірних судинах. Видавлювання під час масажу лімфи зі сполучнотканинних проміжків, а венозної крові з капілярів сприяє спорожненню не тільки тих судин, на які при масажі впливають безпосередньо, але і тих, які розташовані вище і нижче ділянки, що масажується. Таке спорожнення судин спричиняє загальне посилення циркуляції крові та лімфи, завдяки чому, з одного боку, відбувається більш активна доставка до тканин ділянки поживних речовин, що масажується, а з іншого – видалення продуктів розпаду. В результаті поліпшення живлення шкіри, посилення процесів обміну в ній підвищується шкірно-м'язовий тонус, покращується скорочувальна функція м'язів шкіри, що сприяє еластичності та пружності шкіри. Поліпшення шкірного дихання, збільшення секрету залоз, закладених у шкірі, сприяють видаленню з організму продуктів обміну речовин. Під впливом масажу шкіри посилюється виділення гістаміну, ацетилхоліну, що створює сприятливі умови для м'язової діяльності, збільшуючи швидкість переходу нервового порушення з одних елементів на інші.

За допомогою масажних прийомів, особливо вібрацій, можна активізувати нерви, що регулюють секреторну діяльність залізистих клітин. Так, вібрація у ділянці шлунка посилює виділення шлункового соку, у ділянці печінки – відділення жовчі тощо.

Ударні прийоми на грудній клітці, над областю серця, уповільнюють та заспокоюють серцеву діяльність, що пояснюється рефлекторним впливом на блукаючий нерв.

Масаж надає різнобічний вплив на нервову систему, викликаючи зниження або посилення загальної нервової збудливості, посилення рефлекторних зв'язків кори головного мозку з м'язами, судинами та внутрішніми органами, поліпшення трофіки тканин та функціонального стану провідних шляхів,

поліпшення нервової провідності, зниження вазомоторних та трофічних розладів процесів регенерації, ослаблення чи припинення болю.

### **Загальні протипоказання до призначення масажу є:**

- висока температура тіла,
- гострі гарячкові стани,
- кровотечі та схильність до них, гемофілія,
- гострі запальні процеси,
- хвороби крові,
- гнійні процеси будь-якої локалізації,
- тромбоз,
- значне розширення вен із трофічними порушеннями,
- запалення лімфатичних вузлів,
- захворювання ВНС у період загострення (гангліоніти, діенцифальних криз),
- алергія з геморагічними та іншими висипаннями,
- геморагічний діатез,
- психічні захворювання із надмірним збудженням,
- декомпенсація кровообігу у хворих на атеросклеротичні оклюзії,
- гострі респіраторні захворювання.
- активна фаза туберкульозу,
- хронічний остеомієліт,
- недостатність кровообігу III ступеня,
- гострий період гіпертонічного або гіпотонічного кризу,
- набряк Квінке,
- бронхоектатична хвороба,
- гостра ішемія міокарда,
- доброякісні та злоякісні пухлини різної локалізації, новоутворення.

**Питання для перевірки базових знань за темою семінару:**

**I. Загальні основи застосування засобів фізичної реабілітації у хворих стоматологічного профілю.**

1. До загальнорозвивальних вправ відносяться всі перераховані, крім:

+ А. Прикладні

В. Активні

С. Пасивні

Д. Рефлекторні

Е. Думково-виконані

2. До прикладних вправ належать:

А. Тренуючі м'язи вдиху та видиху

В. З опором

+ С. Різновиди стрибків

Д. У рівновазі

Є. Рефлекторні

3. Для покращення вентиляції верхівок легені необхідно застосовувати:

А. Дихальні вправи із утрудненим вдихом

В. Дихальні вправи із утрудненим видихом

С. Статичні дренажні вправи

Д. Рефлекторні вправи

+ Є. Статичні дихальні вправи у вихідному положенні руки на талії

4. Для покращення вентиляції в нижній апертурі грудної клітки рекомендуються:

- A. Дихальні вправи із утрудненим вдихом
- B. Дихальні вправи із утрудненим видихом
- + C. Дихальні вправи статичного характеру зі становищем рук на рівні голови
- D. Статичні дихальні вправи з вихідним становищем рук на талії
- Є. Статичні дренажні вправи

5. До активних полегшених вправ належать:

- A. Вправи у воді, що виконуються у швидкому темпі
- + B. Вправи у воді, що виконуються у повільному темпі
- C. Вправи у дрібних суглобах з повною амплітудою
- D. Вправи у дрібних та середніх суглобах з неповною амплітудою
- Є. Вправи у розслабленні

6. Для зручнішого практичного використання всі фізичні вправи з класифікації, прийнятої ЛФК, поділені на:

- A. Дихальні, загальнорозвивальні та прикладні
- + B. Гімнастичні, прикладні та ігри
- C. Активні, пасивні та прикладні
- D. Гімнастичні, рефлексорні та подумки виконувані
- Є. Гімнастичні, загальнорозвиваючі, прикладні та ігри

7. До спеціальних дихальних вправ відносяться всі перераховані, за винятком:

- A. Вентилуючі окремі частки легені
- B. Статичні дренажні вправи

- + С. Ізометричні вправи
- Д. Динамічні дренажні вправи
- Є. Тренуючі м'язи вдиху чи видиху

8. Рефлекторні вправи у класифікації фізичних вправ, прийнятої ЛФК, відносяться до:

- А. Гімнастичним
- В. Дихальним
- С. Іграм
- Д. Прикладним
- + Є. Загальнорозвиваючим

**Запитання для перевірки базових знань з другої частини теми семінару:  
II. Основи лікувального масажу в стоматології.**

1. При погладжуванні масажист впливає на:

- А. Підшкірну жирову клітковину
- + В. Шкіру
- С. М'язи
- Д. Сухожильно-зв'язувальні структури
- Е. Шкіру та підшкірну жирову клітковину

2. При розтиранні масажист впливає на:

- А. Підшкірну жирову клітковину
- В. Кожу
- С. М'язи
- Д. Сухожильно-зв'язувальні структури
- + Є. Шкіру та підшкірну жирову клітковину

3. При розминанні масажист впливає на:

- A. Підшкірну жирову клітковину
- B. Кожу
- C. М'язи
- D. Сухожильно-зв'язувальні структури
- Є. Шкіру та підшкірну жирову клітковину

4. Масаж поділяється на всі перелічені нижче види, крім:

- A. Лікувальний
- B. Гігієнічний
- + C. Тонізуючий
- D. Косметичний
- Є. Спортивний

5. До протипоказань до призначення масажу є все перераховане, крім:

- A. Гнійничкові захворювання шкіри
- B. Підвищення температури вище 380C
- C. Загроза кровотечі
- + D. Сколіоз III ступеня
- Є. Наявність злоякісного новоутворення

6. До показань до призначення масажу відноситься все перераховане, за винятком:

- A. Бронхіти
- B. Порушення постави, сколіоз
- C. Остеохондроз

+ D. Психічні захворювання

Є. Ішіас (невралгія сідничного нерва)

7. До видів масажу відноситься все перераховане, за винятком:

A. Лікувальний

B. Косметичний

C. Гігієнічний

+ D. Загальнозміцнюючий

Є. Спортивний

8. Спортивний масаж в залежності від мети ділиться на такі різновиди, за винятком:

A. Гігієнічний

B. Тренувальний

+ C. Розслаблюючий

D. Відновлювальний

Є. Попередній

9. Попередній спортивний масаж ділиться на такі різновиди, за винятком:

A. Розминочний

B. Масаж у передстартових станах

C. Зігрівальний

+ D. Відновлювальний

Є. Мобілізуєчий

10. Спеціальний, лікувальний варіант масажу призначається дітям за наступних патологій, за винятком:

- А. Підвищений м'язовий тонус;
- В. Кривошия вродженого характеру;
- + С. Гостра пневмонія
- Д. Грижа в ділянці пупка;
- Є. Клишоногість;

11. Спеціальний, лікувальний варіант масажу призначається дітям за наступних патологій, за винятком:

- А. Плоскостопість
- В. Вальгусна або варусна деформація колінних суглобів
- + С. Гострі респіраторні захворювання
- Д. Бронхіальна астма
- Е. Сколіоз

#### Основна

1. Біла книга з фізичної та реабілітаційної медицині в Європі. Український журнал фізичної та реабілітаційної медицини. 2018; 2(02):5-206
2. Юшковська О.Г., Кухар Н.Н., Плакіда О.Л. Фізична реабілітація: методичні рекомендації до практичних занять для студентів 4 курсу медичного факультета). Одеса: «Полиграф», 2016. 160 с.
3. Абрамов В.В., Клапчук В.В., Неханевич О.Б. та ін. Фізична реабілітація, спортивна медицина: підручник для студентів вищих мед. навч. закладів. Дніпропетровськ: Журфонд, 2014. 456 с.
4. Роздільська ОМ, Зінченко ОК. Фізичні фактори у відновному лікуванні пацієнтів із захворюваннями серцево-судинної системи на різних етапах медичної реабілітації. Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. 2017; 3: 9 – 14.
5. Шумаков ВО, Маліновська ІЕ, Бабій ЛМ, Терещенко НМ. Реабілітація пацієнтів із серцево-судинними захворюваннями: історичні віхи, сучасні підходи, місце в клінічній практиці та виклики. Український кардіологічний журнал. 2019;26(4):44-5.
6. **WHITE BOOK ON PHYSICAL AND REHABILITATION MEDICINE IN EUROPE.** European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine 2018 April;54(2):125-55
7. Cheng D, Wang B, Li Q, Guo Y, Wang L. Research on function and mechanism of tai chi on cardiac rehabilitation. Chinese Journal of Integrative Medicine. 2020;26(5):393-400.



8. Kristensen MB, Dieperink KB, Rossau HK, Egholm CL, Viggers L, Bertelsen BM, et al. Dietary interventions in cardiac rehabilitation - The gap between guidelines and clinical practice. *Clinical Nutrition Espen*. 2018;27:120-6.
9. Laursen UB, Johansen MN, Joensen AM, Overvad K, Larsen ML. Is cardiac rehabilitation equally effective in improving dietary intake in all patients with ischemic heart disease? *Journal of the American College of Nutrition*. 2021;40(1):33-40.
10. Long LD, Anderson L, Dewhirst AM, He JZ, Bridges C, Gandhi M, et al. Exercise-based cardiac rehabilitation for adults with stable angina. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2018;(2).
11. Moriarty TA, Bourbeau K, Mermier C, Kravitz L, Gibson A, Beltz N, et al. Exercise-based cardiac rehabilitation improves cognitive function among patients with cardiovascular disease. *Journal of cardiopulmonary rehabilitation and prevention*. 2020;40(6):407-13.
12. Papathanasiou JV, Petrov I, Tokmakova MP, Dimitrova DD, Spasov L, Dzhafer NS, et al. Group-based cardiac rehabilitation interventions. A challenge for physical and rehabilitation medicine physicians: a randomized controlled trial. *European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine*. 2020;56(4):479-88.
13. European Physical and Rehabilitation Medicine Bodies Alliance. White Book on Physical and Rehabilitation Medicine in Europe. *Eur J Phys Rehabil Med* 2018. - Vol.54(2). – P.125-321.
14. World Health Organization. Rehabilitation 2030: a call for action: Meeting report [Internet]. WHO; 2017. Available from: <http://www.who.int/disabilities/care/rehab-2030/en/>
15. WHO WHO global disability action plan 2014-2021 [Internet]. WHO. [cited 2014 Oct 21]. Available from: <http://www.who.int/disabilities/actionplan/en/>
16. Gutenbrunner C., Tederko P., Grabljevec K., Nugraha B., Responding to the World Health Organization Global Disability Action Plan in Ukraine: developing a National Disability, Health and Rehabilitation Plan *J Rehabil Med*. – 2018 (50). – P.338–341

#### **Додаткова**

1. Юшковська О.Г. Фізична реабілітація хворих на ішемічну хворобу серця. /Одес. держ. мед. ун-т. Одеса, 2010. 224 с.
2. Золотарева ТА, Бабов КД. Медична реабілітація. К.: КІМ; 2012. 496 с.
3. Мухіна В.М. Фізична реабілітація: підручник. 3-тє вид., переробл. та доповн. К.: Олімп. Л-ра, 2009. 488 с.:
4. Марченко О. К. Фізична реабілітація хворих із травмами й захворюваннями нервової системи: Навч. посібник. К.:Олімпійська література, 2006. 196 с.
5. Сокрут ВМ, Казаков ВМ. Фізичні чинники в медичній реабілітації. Донецьк:ДОНМУ; 2008. 576 с.
6. Юшковська ОГ, Шульга РМ. Відновлення фізичної працездатності хворих на ішемічну хворобу серця на санаторно-курортному етапі як напрямок медичної реабілітації. *Медична реабілітація, курортологія, фізіотерапія*. 2006; 2:3-6

7. Юшковська ОГ. Взаємозв'язок особливостей особистості і показників якості життя хворих на ішемічну хворобу серця на санаторно-курортному етапі реабілітації. Медична реабілітація, курортологія, фізіотерапія. 2006;1:8-12
8. Бобров ВА, Следзевская ИК, Лобода МВ, Колесник ЭА, Фисенко МИ, Бабов КД, Михно ЛЕ, Шумаков ВА. Санаторний етап реабілітації хворих на ішемічну хворобу серця. Київ: Здоров'я; 1995. 112 с.
9. Марченко О.К. Основи фізичної реабілітації: підручник для студентів ВНЗ К.: Олімп. літ., 2012. 528 с.
10. M., Christodoulou N. A position paper on physical & rehabilitation medicine programmes in post-acute settings. J Rehabil Med. 2012; (44): 289–298.
11. R.L. Braddom. Physical Medicine and Rehabilitation. England: Elsevier Science, 2011. 1536 с.
12. WHO World Report on Disability [Internet]. WHO. [cited 2014 Nov 8]. Available from: [http://www.who.int/disabilities/world\\_report/2011/en/](http://www.who.int/disabilities/world_report/2011/en/)
13. Ward A., Gutenbrunner C., Damjan H., Giustini A., Delarque A. European Union of Medical Specialists (UEMS) Section of Physical & Rehabilitation Medicine: A position paper on physical and rehabilitation medicine in acute settings. J Rehabil Med; 2010 (42): 417–424.
14. DeLisa's. Physical Medicine and Rehabilitation. Lippincott Williams & Wilkins; Fifth, North Am, 2010. 2432 p.

#### **14. Інформаційні ресурси**

- <http://www.moz.gov.ua> – Офіційний сайт Міністерства охорони здоров'я України.
- <http://www.president.gov.ua/documents/6782015-19605> - Указ Президента України «Про активізацію роботи щодо забезпечення прав людей з інвалідністю»
- <https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/pro-zatverdzhennya-planu-zahodiv-iz-vprovadzhennya-v-ukrayini-mizhnarodnoyi-klasifikaciyi-funkcionuvannya-obmezhen-zhittvediyalnosti-ta-zdorovya-ta-mizhnarodnoyi-klasifikaciyi-funkcionuvannya-obmezhen-zhittvediyalnosti-ta-zdorovya-ditej-i-pidlitkiv> - Розпорядження Кабінету Міністрів України від 27.12.2017 №1008-р «Про затвердження плану заходів із впровадження в Україні Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я та Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я дітей і підлітків»
- <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2801-12>- Закон України «Основи законодавства України про охорону здоров'я»
- <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2961-15> - Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні»
- <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>- Закон України «Про фізичну культуру і спорт».
- <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1060-12> - Закон України «Про освіту».
- <http://www.nbuv.gov.ua/> – Національна бібліотека України імені В.І.Вернадського.
- <http://library.gov.ua/> – Національна наукова медична бібліотека України.
- <http://osvita.ua/vnz/> – Вища освіта в Україні.
- <http://metodportal.com/taxonomy/term/35>–Методичний портал «Фізичне виховання».
- <http://www.tmfv.com.ua/> – журнал «Теорія та методика фізичного виховання».