

Заключение. Положительный опыт применения описанного метода обучения показывает вовлечённость студентов в процесс активной познавательной деятельности на занятии. Студенты применяют теоретические знания к решению практических задач практического здравоохранения, самостоятельно анализируют реальные ситуации, совершенствуют навыки командной работы. Применение метода обеспечивает более эффективное усвоение материала за счет высокой эмоциональной вовлеченности и активного участия студентов. Технология способствует формированию необходимых компетенций у студентов, умения анализировать данные, выделять существенную и несущественную информацию, развивает умение принимать самостоятельные решения, вести дискуссию, защищать собственную точку зрения.

Список литературы

1. Чечет, В. В. Активные методы обучения в педагогическом образовании : учеб.-метод. пособие / В. В. Чечет, С. Н. Захарова. – Минск : БГУ, 2015. – 127 с.
2. Суринов, В. В. Активные формы и методы обучения в процессе формирования компетенций обучающихся / В. В. Суринов, Г. В. Шиборин // Международный научный журнал «Вестник науки». – 2020. – № 11. – С. 21–27.

САНАТОРНО-КУРОРТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА В САНАТОРИИ «ЖЕМЧУЖИНА» (ГРОДНО)

Ушкевич Л. П., Хильмончик Н. Е.

¹Санаторий Жемчужина,

²Гродненский государственный медицинский университет,
г. Гродно, Республика Беларусь

Аннотация. Санаторий «Жемчужина», расположенный в живописном уголке Гродненской области, является одним из ведущих центров восстановительного лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата (ОДА). Здесь сочетаются современные медицинские технологии, природные лечебные факторы и высококвалифицированный персонал, что делает его идеальным местом для реабилитации и профилактики болезней суставов, позвоночника и мышц.

Ключевые слова: санаторий «Жемчужина». болезни костно- мышечной системы, отдыхающие пациенты, комплексное лечение.

SANATORIUM AND RESORT TREATMENT OF THE MUSCULOSKELETAL SYSTEM IN THE SANATORIUM ZHEMCHUZHINA (GRODNO)

Ushkevich L. P., Hilmonchik N. E.

¹Sanatorium Zhemchuzhina,
²Grodno State Medical University,
Grodno, Republic of Belarus

Abstract. The Zhemchuzhina Sanatorium, located in a picturesque corner of the Grodno region, is one of the leading centers for the rehabilitation of diseases of the musculoskeletal system (MSS). It combines modern medical technologies, natural healing factors, and highly qualified personnel, making it an ideal place for the rehabilitation and prevention of joint, spinal, and muscle diseases.

Keywords: Zhemchuzhina Sanatorium. diseases of the musculoskeletal system, vacationing patients, comprehensive treatment.

Актуальность. Болезни костно-мышечной системы являются одной из распространенных причин инвалидности во всем мире, занимают 3 место среди причин инвалидности лиц трудоспособного возраста в Республике Беларусь. По данным экспертов ВОЗ, боли в области спины в настоящее время широко распространены, распространение достигает размеров эпидемии. Острые боли в спине различной интенсивности отмечали у себя 80-100% населения. Рецидивирующие боли в спине отмечаются у 20% взрослого населения.

Цель работы. Оценить клиническую эффективность комплексной санаторно-курортной программы у пациентов с хроническими заболеваниями костно-мышечной системы и соединительной ткани по сравнению со стандартной медикаментозной терапией в амбулаторных условиях.

Материалы и методы. Проспективное открытое сравнительное рандомизированное исследование. Исследование проводилось на базе «Санатория Жемчужина» в период с января 2024 по декабрь 2024 года.

Пациенты обоего пола в возрасте от 40 до 70 лет. Установленный диагноз: остеоартроз коленных и/или тазобедренных суставов I-III стадии. Стадия обострения с умеренным болевым синдромом.

Информированное добровольное согласие пациента на участие в исследовании. Критерии исключения: беременность и период лактации; противопоказания к проведению физиотерапевтических процедур или бальнеолечения.

Результаты и их обсуждение. Анализ жалоб отдыхающих в санатории «Жемчужина» СУП «АзотСервис» показал, что около 78% пациентов отмечали скелетно-мышечную боль, дискогенную боль и боль, связанную с дисфункцией дугоотростчатых суставов. Компрессионная радикулопатия

поясничных и крестцовых корешков отмечается в 6% случаев. Очевидно, что боль в спине является неспецифическим симптомом.

Основной критерий: опросник WOMAC (The Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index) для оценки боли, скованности и функционального состояния суставов. Дополнительные критерии: визуальная аналоговая шкала для субъективной оценки интенсивности боли (0-100 мм). Индекс Лекена для оценки функциональной активности в повседневной жизни. Оценка потребности в НПВП (количество таблеток в неделю). Гониометрия (измерение амплитуды движений в тазобедренном и коленном суставах). Оценка качества жизни по опроснику SF-36. Существует много заболеваний, проявляющихся болью в спине: дегенеративно-дистрофические изменения позвоночника, диффузное поражение соединительной ткани, заболевания внутренних органов, онкология и т.д. Такая патология является мультидисциплинарной проблемой и должна рассматриваться разными специалистами. В большинстве случаев источник боли возможно предположить или точно определить при физикальном обследовании пациента. Обращает на себя внимание изменение осанки, походки, вынужденная поза, конфигурация позвоночного столба, сохранность или изменение в грудном отделе физиологического кифоза, в шейном и поясничном отделах позвоночника- лордоза, наличие сколиоза в положении стоя, сидя и лежа. В качестве ориентиров мы пользуемся оценкой положения углов лопаток, гребней подвздошных костей, оцениваем крестцовый ромб, наличие ассиметрии ягодичных складок, наличие деформации суставов.

В условиях санатория мы стараемся проводить курс реабилитационных мероприятий, направленный на снижение болевого синдрома, восстановление функции позвоночника, улучшение качества жизни пациентов. Реабилитация направлена на уменьшение мышечных спазмов, повышение подвижности позвоночника, укрепление мышечного корсета, улучшение общего состояния пациента.

Программа для основной группы включала следующие методы:

1. Бальнеотерапия: ванны (концентрация 40 нКи/л, температура 36-37°C, продолжительность 12-15 минут, через день, на курс 10 процедур).

2. Грязелечение: аппликации сульфидной иловой грязью на область пораженных суставов (температура 38-40°C, продолжительность 15-20 минут, через день, чередуя с ваннами, на курс 10 процедур).

3. Физиотерапия: магнитотерапия на область суставов (частота 50 Гц, продолжительность 15 минут, ежедневно, на курс 10 процедур). Лазеротерапия (инфракрасный лазер, контактная методика, продолжительность 5-8 минут на поле, ежедневно, на курс 10-12 процедур).

4. Лечебная физкультура (ЛФК): Групповые и индивидуальные занятия, направленные на укрепление мышц, увеличение объема движений в суставах, продолжительность 30-45 минут, ежедневно, кроме выходных.

5. Массаж: Классический массаж поясничной области и нижних конечностей (продолжительность 20 минут, через день, на курс 10 процедур).

6. Диетотерапия: Сбалансированное питание с контролем калорийности, обогащенное витаминами и микроэлементами

Кроме того, лечебная база санатория «Жемчужина» располагает следующими методами воздействия при данной патологии: гальванизация, лекарственный электрофорез, ванны скипидарные и с бишофитом, локальная криотерапия, ЧЭНС, СМВ- и ДМВ- терапия, лечебная физкультура, психотерапия, рефлексотерапия. В санатории разработаны специальные программы физических упражнений, проводится работа на тренажерах. Максимально эффективно физическими упражнениями восстанавливаются движения. Мышечная релаксация под руководством психолога является эффективным способом снижения напряжения и стресса, а также улучшения общего самочувствия. Этот метод предполагает последовательное напряжение и расслабление различных групп мышц, что позволяет лучше осознать и контролировать мышечный тонус, а также снизить уровень тревоги и нервозности. В условиях санатория возможен гидромассаж, аппаратный (ролико-вакуумный, механический).

Физические факторы одновременно выступают средствами как неспецифического, так и специфического действия. Именно благодаря последнему физиотерапевтические воздействия имеют особую ценность, т.к. дифференцированно воздействуют на нарушенные функции организма, отдельные симптомы. Наибольшей популярностью пользуется ЧЭНС, или чрезкожная электронейростимуляция. Благодаря стимуляции нервных волокон острые и хронические болевые ощущения уменьшаются.

В комплексном лечении различных заболеваний рефлексотерапия успешно сочетается с физиотерапевтическими процедурами, психотерапией, медикаментозной терапией. К достоинствам метода следует отнести сравнительную простоту процедуры, экономичность, отсутствие аллергических реакций, серьезных побочных действий и осложнений.

Безопасность и польза скипидарных ванн позволяют их включить в программы для лечения опорно-двигательного аппарата. Раствор бишофита в санатории используют не только для приготовления ванн, но и для лекарственного электрофореза.

Заключение. Проведение курса лечения с применением методик, применяемых в санатории «Жемчужина», позволяют обеспечить максимальную эффективность, безопасность, предотвращение хронизации процесса, снизить количество обострений.

Список литературы

1. Санаторно-курортное лечение : национальное руководство / под ред. А. Н. Разумова, В. И. Стародубова, Г. Н. Пономаренко. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. – 752 с.
2. Курортология / под ред. А. Н. Разумова, Е. А. Туровой. – Москва : Университетская книга, 2016. – 640 с.