

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА**

Факультет Фізичного виховання і спорту
Кафедра терапії, реабілітації та морфології

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**«ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ В АКУШЕРСТВІ ТА
ГІНЕКОЛОГІЇ»**

Рівень вищої освіти - третій (освітньо-науковий)

Освітня програма «Фізична терапія, ерготерапія»

Спеціальність 227 Терапія та реабілітація

Галузь знань 22 Охорона здоров'я

Затверджено на засіданні кафедри
терапії, реабілітації та морфології
Протокол № 01 від “4” вересня 2023 р.

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Фізична терапія, ерготерапія в акушерстві та гінекології
Викладач	Проф. Шеремета Лідія Миколаївна
Контактний телефон викладача	0505797464
E-mail викладача	Lidiiia.sheremeta@pnu.edu.ua
Освітня програма	Фізична терапія, ерготерапія
Формат дисципліни	Очний
Обсяг дисципліни	90 год.
Спеціальність	227 Терапія та реабілітація
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://www.d-learn-pnu.edu.ua
Консультація, відпрацювання н/б та негативних оцінок	Середа 15.00 - 16.30

2. Анотація до навчальної дисципліни

Вагітність і пологи є значним фізичним навантаженням на організм кожної жінки. Виношування плода та пологова діяльність вимагають від вагітної посиленого функціонування всіх органів і систем організму. Низький рівень здоров'я вагітних значно підвищує ризик материнської й дитячої патології, а також є причиною високої частоти ускладнених пологів, що, зі свого боку, призводить до репродуктивних утрат. На фоні незадовільного стану здоров'я вагітних жінок очікування народження здорових дітей є сумнівним. Однак, незважаючи на всі старання спеціалістів і прогрес сучасної медичної науки, ситуація з ускладненнями вагітності й перинатальною патологією залишається однією з найголовніших у нашій країні. Фізичні навантаження під час вагітності не повинні втомлювати. Вони мають бути достатньо рівномірними й не перенапружувати ті чи інші групи м'язів, якщо якісь вправи приносять дискомфорт, від них варто відмовитися, при погіршенні загального стану – припинити заняття на кілька днів.

При малорухомому способі життя вагітної нерідко виникають такі ускладнення, як збільшення плаценти, схильність до артеріальної гіпотензії, первинна та вторинна слабкість родової діяльності, внутрішньоутробна асфіксія плода й ін. Усе це підтверджує потребу спеціальної комплексної підготовки вагітних до пологів, у якій неабияке місце посідають ЛФК і психопрофілактична підготовка. Фізичні вправи, які всебічно й сприятливо впливають на організм, збільшуючи його фізіологічні резерви, зменшуючи кисневу недостатність в організмі вагітної жінки, удосконалюють діяльність усіх фізіологічних систем та органів, а отже, нормалізують перебіг вагітності. Позитивно впливаючи на функціональний стан організму, фізичні вправи створюють сприятливий емоційний фон, забезпечують нормальну реакцію нервової системи на спричинену вагітністю функціональну перебудову організму.

Спеціальні фізичні вправи сприяють укріпленню м'язів, які беруть участь у пологовій діяльності, покращують їхні еластичні властивості (м'язи промежини, тазового дна, черевного преса), більшій рухливості поперекової частини хребта, особливо в місці зчленування останнього поперекового хребця з крижами (завдяки чому під час пологів відбувається розширення тазового кільця). Унаслідок цього жінки спокійно переносять вагітність, психологічно краще підготовлені до пологів. До спеціальних вправ належать вправи для м'язів черевного преса, що виконуються у вихідному положенні лежачи на спині, на боці, у колінно-кистьовому положенні; вправи на розслаблення м'язів і дихальні вправи. Фізичні вправи сприяють скороченню пологового акту, зниженню травматизму, зміцненню м'язів, які беруть участь у пологах. Завдяки застосуванню фізичних вправ під час передпологової підготовки виникає менше ускладнень при пологах та в післяпологовому періоді. Фізичні вправи позитивно впливають не лише на вагітну, але й на стан плода: активізують плацентарний кровообіг, збільшують насичення крові киснем, покращують обмінні процеси, нормалізують тонус і рухову активність плода, деякою мірою запобігаючи неправильному положенню та тазовому передлежанню.

Систематичне застосування фізичних вправ сприяє нормалізації вагітності, росту й розвитку плода, полегшенню, прискоренню та знеболюванню пологів, оптимальному перебігу післяпологового періоду. Фізичними вправами повинні займатися всі жінки з нормальною протікаючою вагітністю. Найбільш придатними, дозволеними й корисними видами фізичних навантажень для вагітних є плавання, аквааеробіка, гімнастика, фітнес, фітбол і йога.

Міждисциплінарні зв'язки: «Фізична терапія, ерготерапія в акушерстві та гінекології» як навчальна дисципліна базується на таких дисциплінах: анатомія і фізіологія людини, дієтологія, лікувальна фізкультура, медична реабілітація, гігієна, спортивна медицина, що передбачає інтеграцію викладання з цими дисциплінами та формуванню умінь застосовувати знання з основи медичних знань в процесі подальшого навчання й у професійної діяльності.

Пререквізити. Оскільки предметом вивчення дисципліни є лікувальні та відновні методики та ефекти ряду природних та преформованих фізичних чинників, доктори філософії, як кваліфіковані фахівці, повинні добре знати анатомію та фізіологію, біологію, основні клінічні та фундаментальні дисципліни (анатомію і фізіологію людини, біохімію, гігієну, нутріціологію, психологію).

Постреквізити. Основні положення навчальної дисципліни мають застосовуватися при вивченні фахових дисциплін.

3. Мета та завдання навчальної дисципліни

3.1. Мета: сформувати у аспірантів здатність до розуміння клінічного діагнозу пацієнтки/клієнтки, перебігу захворювання та вагітності, принципів та характеру лікування; обстеження та визначення функціонального стану, рівня фізичного розвитку, рухових та інших порушень жінок, та проведення фізичної терапії жінкам у різні періоди вагітності, у післяпологовому періоді та у післяопераційному періоді, а також при хронічних запальних гінекологічних захворюваннях і безплідді;

розкрити сфери застосування засобів фізичної реабілітації задля подолання впливу негативних факторів, з якими може зіткнутися організм вагітної жінки і які можуть негативно вплинути на організм плоду;

розкрити сфери застосування засобів фізичної реабілітації задля подолання впливу патогенних факторів на організм гінекологічних хворих;

сформувати у студентів компетентнісну орієнтацію на здатність до використання знань та вмінь, що були отримані та проявляти особистісні якості для успішної професійної діяльності.

3.2 Завдання вивчення дисципліни:

- оволодіння теоретичними знаннями та практичними навичками, передбаченими програмою;
- засвоєння принципів застосування фізичної реабілітації в акушерстві та гінекології;
- набуття студентами практичних умінь із застосування засобів фізичної реабілітації на стаціонарному, поліклінічному та санаторному етапах відновлювального періоду реабілітації вагітних та жінок, які страждають на гінекологічну патологію.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен

знати:

- механізм лікувальної дії засобів фізичної реабілітації на організм людини;
- показання та протипоказання до призначення фізичної реабілітації вагітним жінкам, жінкам після пологів та хворим, які страждають на гінекологічну патологію;

вміти:

- правильно обстежити здорову та хвору жінку (оцінити фізичний розвиток, статичний та динамічний стереотипи, функціональний стан органів і систем, зібрати та оцінити анамнез) з метою призначення засобів фізичної реабілітації;
- провести комплексну оцінку фізичного стану пацієнтки, провести необхідні функціональні проби та оцінити отримані результати з метою призначення найбільш ефективних за навантаженням на організм засобів фізичної реабілітації;
- оволодіти загальними принципами тактики дій при призначенні засобів фізичної реабілітації вагітним та жінкам, які страждають на гінекологічну патологію;
- оформити медичну документацію при призначенні процедур фізичної реабілітації

- дати конкретні рекомендації з практичного застосування при призначенні різних засобів та методів фізичної реабілітації;
- діяти у межах посадових обов'язків та професійної компетентності.

3.3. Компетентності та результати навчання, формуванню яких сприяє дисципліна (взаємозв'язок з нормативним змістом підготовки здобувачів вищої освіти, сформульованим у термінах результатів навчання у Стандарті).

Згідно з вимогами стандарту дисципліна забезпечує набуття здобувачами компетентностей:

- інтегральна;
- загальні;
- спеціальні (фахові, предметні).

Також вивчення даної дисципліни формує у здобувачів третього рівня освіти соціальних навичок (soft skills): комунікативність (реалізується через: метод роботи в парах та групах, мозковий штурм, метод самопрезентації), робота в команді (реалізується через: метод проєктів, ажурна пилка), конфлікт-менеджмент (реалізується через: метод драматизації, ігрові методи), тайм-менеджмент (реалізується через: метод проєктів, робота в групах, тренінги), лідерські навички (реалізується через: робота в групах, метод проєктів, метод самопрезентації).

4. Організація навчального курсу

Обсяг курсу 90 год.			
Вид заняття		Загальна кількість годин	
Семінарські заняття, /практика, Лабораторні Лекції		10	
		20	
Самостійна робота		60	
Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр 3	Спеціальність Терапія та реабілітація	Курс навчання 2	Вибіркова
Тематика навчальної дисципліни			
Тема	Лекції (години)	Семінарські заняття (години)	Самостійна робота (години)
Тема 1. Анатомія і фізіологія жіночих статевих органів. Поняття триместрів та періодів вагітності. Фізіологічні зміни, що виникають в організмі жінки під час вагітності.	2	2	10
Тема 2. Принципи застосування засобів фізичної терапії під час вагітності. Організаційна структура та зміст етапів фізичної реабілітації при вагітності.	4	2	10
Тема 3. Фізична терапія при фізіологічному перебігу вагітності. Особливості застосування лікувальної фізкультури та масажу при вагітності. Загальні протипоказання та обмеження щодо виконання фізичних вправ при вагітності.	4	2	10
Тема 4. Фізична терапія при неправильних положеннях і тазових передлежаннях плода.	2	1	10

Тема 5. Фізична терапія вагітних з екстрагенітальною патологією.	4	1	10
Тема 6. Фізична терапія при хронічних запальних захворюваннях жіночих статевих органів. Фізична терапія при розладах оваріально-менструального циклу. Фізична терапія при жіночому безплідді.	4	2	10

5. Система оцінювання навчальної дисципліни

Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів			
	РЕЙТИНГОВИЙ ПОКАЗНИК	Оцінка ECTS	Оцінка в національній шкалі	
Екзамен, диф. залік, курсова робота, практика			Залік	
Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	90-100	A (відмінно)	відмінно	
	82-89	B (відмінно)	добре	
	75-81	C (відмінно)		
	64-74	D (задовільно)	задовільно	
	60-63	E (задовільно)		
	35-59	FX (незадовільно) з можливістю п'ятого складання	незадовільно	
	1-34	F (незадовільно) з обов'язком повторним навчанням	незадовільно	

Вимоги до письмових робіт

Письмові роботи пропонуються у формі тестових завдань, розміщених у системі Blackboard, та проектних робіт. Терміни написання: денна форма - на парі, заочна форма за 10 днів до сесії.

Семінарські заняття - 50 балів

Умови допуску до підсумкового контролю. Умовами допуску до підсумкового контролю є рейтинг 25 балів впродовж семінарських занять (письмові роботи, усні відповіді)

Підсумковий контроль

Форма контролю:

екзамен

Форма здачі: тестовий контроль (50 балів)

6. Політика навчальної дисципліни

Письмові роботи. Порядок та організація контролю знань студентів визначаються

Положенням про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора №309 від 19.05.2023 р.) content uploads/sites/118/2023/05/otzinnuvannja-uspishnosti.pdf.

Академічна доброчесність

Очікується, що студенти будуть дотримуватися принципів академічної доброчесності, усвідомлюючи наслідки її порушення, що визначається Положенням про запобігання та виявлення плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника [https // pnu.edu.ua/положення про запобігання плагіату/](https://pnu.edu.ua/положення_про_запобігання_плагіату/)

Відвідування занять є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідують лекції і практичні заняття курсу. Організація освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті визначається Положенням про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.) [https//pnu. ua/wp-content/uploads/sites/118/2023/08/polozgenia- pro-osp 7-redaktsia.pdf](https://pnu.ua/wp-content/uploads/sites/118/2023/08/polozgenia-pro-osp-7-redaktsia.pdf).

Пропуски семінарських (практичних, лабораторних) занять відпрацьовуються в обов'язковому порядку. Студент зобов'язаний відпрацювати пропущене заняття відповідно до Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора №309 від 19.05.2023 р.) [https@pnu. ua/wp- content/uploads/sites/118/2023/05/otzinnuvannja- uspishnosti.pdf](https://pnu.ua/wp-content/uploads/sites/118/2023/05/otzinnuvannja-uspishnosti.pdf)

Неформальна освіта зараховується згідно Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 673 від 24.11. 2022 р.) [http://nmv.pnu.edu.ua/wp- content/uploads/sites/118/2022/11/neformalna-osvita.pdf](http://nmv.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/118/2022/11/neformalna-osvita.pdf).

Рекомендована література

Базова

1. Богдановська Н. В. Фізична реабілітація засобами фізіотерапії : підруч. для здобувачів ступеня вищ. освіти магістра спец. "Фізична терапія, ерготерапія" / Н. В. Богдановська, І. В. Кальонова. - Суми : Унів. кн., 2020. - 328 с.
2. Лянной Ю. О. Основи фізичної реабілітації: навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. / Ю. О. Лянной ; ред. Ю. О. Лянной. - Суми : Вид-во Сум. ДПУ ім. А. С. Макаренка, 2020. - 368 с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії : підруч. для студентів I рівня вищ. освіти: галузь знань 22 "Охорона здоров'я", спец. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" / за заг. ред.: Л. О. Вакуленко, В. В. Клапчука. - Тернопіль : ТДМУ "Укрмедкнига", 2020. - 372 с.
4. Швесткова О, Сладкова П та ін. Фізична терапія: підручник для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» напряму підготовки «Фізична терапія» на 1-му медичному факультеті Карлового університету Київ; Чеський центр у Києві, 2019 272.
5. Григус І. , Човпило М., Ортенбургер Д. Роль фізичної активності в процесі фізичної реабілітації вагітних. Лікувальна фізична культура, спортивна медицина й фізична реабілітація. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-02-102-110>
6. Лук'яненко Т.С. Фізична реабілітація під час вагітності та в ранній після пологовий період віком 30-40 років. Магістер.дисерт. Київ, 2019. 97с.
7. Фізична терапія та ерготерапія в акушерстві та гінекології: метод. вказ. до проведення практичного заняття магістрів 2-го курсу IV мед. ф-ту / упоряд. А. Г. Істомін, А. С. Сушецька, О. В. Резуненко та ін. – Харків : ХНМУ, 2020. – 36 с.
8. А.М. Коньков. Фізична реабілітація в акушерстві та гінекології: метод. Реком. до практичних занять для студентів спеціальностей: 227 Фізіотерапія, ерготерапія та 227

Фізична реабілітація. Херсон. ХДУ, 2017. 29 с.
<http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/9079/%D0%A4%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D1%80%D0%B5%D0%B0%D0%B1%D1%96%D0%BB%D1%96%D1%82%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Додаткова

1. . Петров В.Г., Полковник-Маркова В.С., Сачко А.В. Комплексна фізична реабілітація в період вагітності. Фізична реабілітація та оздоровчо-рекреаційні технології. 2016. 2. 54-56.
2. Дугіна Л.В., Лисенко К.О. Особливості застосування засобів лікувальної фізичної культури під час вагітності. Фізична реабілітація та оздоровчо-рекреаційні технології. 2016, 2. 14-16.
3. Фізична реабілітація в гінекології: метод. посібник / О.А. Владимиров, А.Б. Гончарова, І.А. Жабченко, В.М. Манжуловський, О.К. Марченко. – К.: «ГОРТЕНЕВО», 2010. – 80 с.

Інформаційні ресурси в мережі Інтернет

1. <https://www.apteka24.ua/uk/blog/zdorove-semi/zaryadka-dlya-beremennykh-zachem-ehto-nuzhno-i-uprazhneniya-dlya-kazhdogo-trimestra/>

2. https://new.meduniv.lviv.ua/uploads/repository/kaf/kaf_sportmed/0.2._Navhalno_metodyhna_liter_metod_rec_PhR_SM/01.0%20Metod_vkasivky_FR_and_CM_222_Medicine/Tema_11_FR_CM.pdf