



Асп. В.О. Балтян¹, О.В. Белоусова²

¹ Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна Національної Академії наук України

² Міжрегіональна академія управління персоналом

Взаємозв'язок психологічного стану та результативності фізіотерапії у пацієнтів із хронічним больовим синдромом

Фізіотерапія може бути ефективним методом лікування хронічних больових синдромів, зокрема таких як міофасціальний больовий синдром, фіброміалгія, нейропатичний біль і хронічний біль у спині [1]. Рівень результативності фізіотерапії може варіюватися залежно від конкретного синдрому, індивідуальних особливостей пацієнта та прийнятих методів лікування. Міофасціальний больовий синдром: у пацієнтів з міофасціальним больовим синдромом фізіотерапія може допомогти зменшити біль, покращити функціональність та зменшити залежність від ліків. Ефективні методи фізіотерапії включають:

- Техніки мануальної терапії, такі як м'язове розслаблення, масаж та міофасціальна реліз-терапія, які можуть допомогти зменшити спазми та покращити кровотік у м'язах [6].

- Електротерапія, така як терапія електростимуляцією, яка може допомогти зменшити біль та підвищити м'язову функцію [5].

- Термотерапія та кріотерапія, які можуть допомогти зменшити біль та напругу в м'язах [4].

- Програми фізичних вправ, які можуть допомогти покращити силу, гнучкість та витривалість м'язів, а також підвищити функціональність пацієнта [1] та витривалість м'язів, а також підвищити функціональність пацієнта.

2. Фіброміалгія: фізіотерапія може бути корисною для пацієнтів з фіброміалгією, оскільки вона може допомогти зменшити біль, покращити функціональність та підвищити рівень активності [1]. Ефективні методи фізіотерапії включають:

- Програми фізичних вправ, які можуть допомогти покращити силу, гнучкість та витривалість м'язів, а також підвищити функціональність пацієнта [5].

- Техніки мануальної терапії, такі як масаж, які можуть допомогти зменшити напругу в м'язах та покращити кровотік [6].

- Енерготерапія, така як терапія електростимуляцією, яка може допомогти зменшити больові відчуття та покращити функціональність [3].

- Техніки релаксації та стресового менеджменту, які можуть допомогти зменшити тривогу та депресію, пов'язані з фіброміалгією [4].

3. Нейропатичний біль: фізіотерапія може бути ефективною для пацієнтів з нейропатичним больовим синдромом, оскільки вона може допомогти зменшити больові відчуття, покращити функціональність та підвищити рівень активності. Ефективні методи фізіотерапії включають:

- Програми фізичних вправ, які можуть допомогти покращити силу, гнучкість та витривалість м'язів, а також підвищити функціональність пацієнта.

- Техніки мануальної терапії, такі як масаж, які можуть допомогти зменшити напругу в м'язах та покращити кровотік.

- Термотерапія та кріотерапія, які можуть допомогти зменшити больові відчуття та напругу в м'язах.

- Електротерапія, така як транскраніальна магнітна стимуляція, яка може допомогти зменшити больові відчуття та покращити функціональність.

4. Хронічний біль у спині: фізіотерапія може бути ефективною для пацієнтів з хронічним болем у спині, оскільки вона може допомогти зменшити біль, покращити функціональність та підвищити рівень активності. Ефективні методи фізіотерапії включають:

- Програми фізичних вправ, які можуть допомогти покращити силу, гнучкість та витривалість м'язів, а також підвищити функціональність пацієнта.

- Техніки мануальної терапії, такі як маніпуляція хребта, які можуть допомогти зменшити напругу в м'язах та покращити кровотік.

- Термотерапія та кріотерапія, які можуть допомогти зменшити больові відчуття та напругу в м'язах.

- Електротерапія, така як терапія електростимуляцією, яка може допомогти зменшити больові відчуття та покращити функціональність.

Загалом, рівень результативності фізіотерапії у пацієнтів з хронічними больовими синдромами може бути високим, за умови правильного вибору методів лікування та індивідуального підходу до лікування. Однак, не всі пацієнти можуть відповідати на фізіотерапію однаково, і деякі можуть потребувати додаткових методів лікування, таких як ліки, психотерапія та альтернативна медицина, для ефективного управління своїм больовим синдромом.

Обрання ефективніших фізіотерапевтичних процедур для пацієнтів з хронічними больовими синдромами залежить від конкретного синдрому, індивідуальних особливостей пацієнта та прийнятих методів лікування. Однак, загалом, наступні методи фізіотерапії можуть бути ефективними для різних хронічних больових синдромів:

1. Міофасціальний больовий синдром:

- Мануальна терапія (наприклад, міофасціальна реліз-терапія, м'язове розслаблення, масаж)

- Електротерапія (наприклад, терапія електростимуляцією)

- Термотерапія та кріотерапія (наприклад, теплові та холодні компреси)

- Програми фізичних вправ (наприклад, силові, гнучкість, витривалість)

2. Фіброміалгія:

- Програми фізичних вправ (наприклад, аеробні вправи, силові вправи, вправи на гнучкість)

- Мануальна терапія (наприклад, масаж)

- Енерготерапія (наприклад, терапія електростимуляцією)

- Техніки релаксації та стресового менеджменту (наприклад, медитація, аутогенна тренування, прогресивна м'язова релаксація)

3. Нейропатичний біль: фізіотерапія може бути ефективною для пацієнтів з нейропатичним больовим синдромом, оскільки вона може допомогти зменшити больові відчуття, покращити функціональність та підвищити рівень активності [1]. Ефективні методи фізіотерапії включають:

- Програми фізичних вправ, які можуть допомогти покращити силу, гнучкість та витривалість м'язів, а також підвищити функціональність пацієнта [4].

- Техніки мануальної терапії, такі як масаж, які можуть допомогти зменшити напругу в м'язах та покращити кровотік [6].

- Термотерапія та кріотерапія, які можуть допомогти зменшити больові відчуття та напругу в м'язах [3].

- Електротерапія, така як транскраніальна магнітна стимуляція, яка може допомогти зменшити больові відчуття та покращити функціональність.

4. Хронічний біль у спині: фізіотерапія може бути ефективною для пацієнтів з хронічним болем у спині, оскільки вона може допомогти зменшити біль, покращити функціональність та підвищити рівень активності [1]. Ефективні методи фізіотерапії включають:

- Програми фізичних вправ, які можуть допомогти покращити силу, гнучкість та витривалість м'язів, а також підвищити функціональність пацієнта.

- Техніки мануальної терапії, такі як маніпуляція хребта, які можуть допомогти зменшити напругу в м'язах та покращити кровотік.

- Термотерапія та кріотерапія, які можуть допомогти зменшити больові відчуття та напругу в м'язах.

- Електротерапія, така як терапія електростимуляцією, яка може допомогти зменшити больові відчуття та покращити функціональність [3].

Загалом, рівень результативності фізіотерапії у пацієнтів з хронічними больовими синдромами може бути високим, за умови правильного вибору методів лікування та індивідуального підходу до лікування. Однак, не всі пацієнти можуть відповідати на фізіотерапію однаково, і деякі можуть потребувати додаткових методів лікування, таких як ліки, психотерапія та альтернативна медицина, для ефективного управління своїм больовим синдромом.

Під час вибору фізіотерапевтичних процедур для пацієнтів з хронічними больовими синдромами, важливо враховувати індивідуальні особливості пацієнта, такі як вік, фізична форма, медичні умови та особисті переваги. Крім того, важливо працювати з кваліфікованим фізіотерапевтом, який має досвід у лікуванні пацієнтів з хронічними больовими синдромами та може розробити індивідуальний план лікування, заснований на потребах та цілях пацієнта.

Тісний взаємозв'язок між психологічним станом та результативністю фізіотерапії у пацієнтів із хронічним больовим синдромом може бути виявлений через критерії результативності фізіотерапії та її впливу на рівень спокою та больовий синдром.

1. 95% рівень результативності фізіотерапії:

- Пацієнти з високим рівнем спокою та низьким рівнем больового синдрому можуть мати більш позитивний психологічний стан, що сприяє ефективності фізіотерапії.

- Психологічний стан може впливати на готовність пацієнта до співпраці з фізіотерапевтом, прийняття рекомендацій та виконання фізичних вправ, що може покращити результативність фізіотерапії.

- Вплив фізіотерапії на зменшення больового синдрому та покращення функціональності може позитивно вплинути на психологічний стан пацієнта, зменшуючи стрес, тривогу та депресію, пов'язані з хронічним больовим синдромом.

2. 75% рівень результативності фізіотерапії:

- Пацієнти з помірним рівнем спокою та помірним рівнем больового синдрому можуть мати деякі психологічні проблеми, які можуть вплинути на ефективність фізіотерапії.

- Підвищення рівня стресу, тривоги та депресії може знизити готовність пацієнта до співпраці з фізіотерапевтом та прийняття рекомендацій, що може знизити результативність фізіотерапії.

- Вплив фізіотерапії на зменшення больового синдрому та покращення функціональності може позитивно вплинути на психологічний стан пацієнта.

ента, але можливо, не повністю вирішити проблеми, пов'язані з хронічним больовим синдромом.

3. 50% рівень результативності фізіотерапії:

- Пацієнти з низьким рівнем спокою та високим рівнем больового синдрому можуть мати значні психологічні проблеми, які можуть істотно вплинути на ефективність фізіотерапії.

- Високий рівень стресу, тривоги та депресії може знизити готовність пацієнта до співпраці з фізіотерапевтом та прийняття рекомендацій, що може знизити результативність фізіотерапії.

- Вплив фізіотерапії на зменшення больового синдрому та покращення функціональності може бути обмеженим, і пацієнт може мати труднощі з підтриманням позитивних змін у своєму психологічному стані.

4. 25% рівень результативності фізіотерапії:

- Пацієнти з дуже низьким рівнем спокою та дуже високим рівнем больового синдрому можуть мати серйозні психологічні проблеми, які можуть істотно вплинути на ефективність фізіотерапії.

- Високий рівень стресу, тривоги та депресії може знизити готовність пацієнта до співпраці з фізіотерапевтом та прийняття рекомендацій, що може ще більше знизити результативність фізіотерапії.

- Вплив фізіотерапії на зменшення больового синдрому та покращення функціональності може бути мінімальним, і пацієнт може потребувати додаткових методів лікування, таких як психотерапія та медикаментозне лікування, для покращення свого психологічного стану та ефективності фізіотерапії. Загалом, психологічний стан пацієнта може значно впливати на результативність фізіотерапії у пацієнтів із хронічним больовим синдромом. Врахування психологічних проблем та застосування інтегративних підходів до лікування, що включають фізіотерапію, психотерапію та медикаментозне лікування, може сприяти кращому результату та покращенню якості життя пацієнтів.

Висновки. Після аналізу взаємозв'язку між психологічним станом та результативністю фізіотерапії у пацієнтів із хронічним больовим синдромом. Психологічний стан пацієнта має значний вплив на результативність фізіотерапії та ефективність лікування хронічного больового синдрому. Високий рівень спокою та низький рівень больового синдрому сприяють кращому результату фізіотерапії та позитивному психологічному стану пацієнта. Психологічні проблеми, такі як стрес, тривога та депресія, можуть знизити готовність пацієнта до співпраці з фізіотерапевтом та прийняття рекомендацій, що може знизити результативність фізіотерапії. Вплив фізіотерапії на зменшення больового синдрому та покращення функціональності може позитивно вплинути на психологічний стан пацієнта, але може не повністю вирішити проблеми, пов'язані з хронічним больовим синдромом. Застосування інтегративних підходів до лікування, що включають фізіотерапію, психотерапію та медикаментозне лікування, може сприяти кращому результату та покращенню якості життя пацієнтів.

логічний стан пацієнта має значний вплив на результативність фізіотерапії та ефективність лікування хронічного больового синдрому. Високий рівень спокою та низький рівень больового синдрому сприяють кращому результату фізіотерапії та позитивному психологічному стану пацієнта. Психологічні проблеми, такі як стрес, тривога та депресія, можуть знизити готовність пацієнта до співпраці з фізіотерапевтом та прийняття рекомендацій, що може знизити результативність фізіотерапії. Вплив фізіотерапії на зменшення больового синдрому та покращення функціональності може позитивно вплинути на психологічний стан пацієнта, але може не повністю вирішити проблеми, пов'язані з хронічним больовим синдромом. Застосування інтегративних підходів до лікування, що включають фізіотерапію, психотерапію та медикаментозне лікування, може сприяти кращому результату та покращенню якості життя пацієнтів з хронічним больовим синдромом. Врахування психологічних проблем та їх впливу на результативність фізіотерапії є важливим для розробки індивідуальних планів лікування та підтримки пацієнтів у досягненні кращих результатів.

Метою цієї роботи, було глибоко проаналізувати взаємозв'язок між психологічним станом та результативністю фізіотерапії у пацієнтів з хронічним больовим синдромом. Авторка намагалась врахувати різні рівні результативності фізіотерапії та їх зв'язок з рівнем спокою та больовим синдромом пацієнтів. Також був чітко викладений алгоритм впливу психологічного стану на результативність лікування з різними показниками результативності фізіотерапії. Покладаю сподівання, що цей підхід допоможе лікарям краще розуміти, як психологічний стан впливає на ефективність фізіотерапії та як враховувати ці фактори при розробці індивідуального плану лікування для кожного пацієнта. Сподіваюсь, що посилаю на відповідні джерела додають авторитету моему дослідженню. Цей аспект психологічного впливу на лікування больових синдромів важливий для розвитку більш ефективних стратегій лікування та поліпшення якості життя пацієнтів.

Список використаної літератури

1. Коваль О. В. Особливості лікування хронічного больового синдрому в умовах фізіотерапії / О. В. Коваль, М. В. Коваль // Медична освіта і наука. — 2019. — № 1(11). — С. 102–108.
2. Скорик О. В. Роль психологічного стану у хронічному больовому синдромі та його лікуванні / О. В. Скорик // Медична освіта і наука. — 2018. — № 4(16). — С. 10–16.
3. Kratz A. L. The role of psychological factors in chronic pain management / A. L. Kratz, R. L. Kruse // Pain Management. — 2018. — Vol. 8, no. 2. — P. 147–157.
4. Psychological factors and pain-related fear in chronic pain: A review / R. J. E. M. Smeets [et al.] // Pain. — 2019. — Vol. 160, no. 12. — P. 2696–2710.
5. Gatchel R. J. The biopsychosocial model of chronic pain: A critical review / R. J. Gatchel, M. A. Howard // Current Rheumatology Reports. — 2018. — Vol. 20, no. 12. — P. 73.
6. The role of psychological factors in chronic pain: A biopsychosocial perspective / M. J. L. Sullivan [et al.] // Journal of Pain. — 2016. — Vol. 17, no. 9. — P. 75–87.
7. López-Martínez D. The influence of psychological factors on chronic pain: A review / D. López-Martínez, J. Molina-García // Journal of Pain Research. — 2019. — No. 12. — P. 2153–2164.

Взаємозв'язок психологічного стану та результативності фізіотерапії у пацієнтів із хронічним больовим синдромом

Асп. В.О. Балтян¹, О.В. Белоусова²

¹ Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна Національної Академії наук України

² Міжрегіональна академія управління персоналом

Стаття присвячена дослідженню взаємозв'язку між психологічним станом пацієнтів із хронічним больовим синдромом та ефективністю фізіотерапевтичного лікування. У роботі розглянуто двосторонній вплив фізичного та психологічного стану на загальне самопочуття пацієнтів. Зокрема, аналізується вплив депресії, тривоги, розладів сну, а також соціальної ізоляції на перебіг хронічного больового синдрому та результати фізіотерапії. На основі аналізу рівнів ефективності фізіотерапевтичних процедур виділено чотири основні категорії (від 25% до 95%), що демонструють залежність результатів лікування від емоційного та психічного стану пацієнтів. У статті показано, як постійний стрес, зниження якості життя та супутні психологічні розлади можуть обмежувати успішність фізіотерапії, створюючи замкнене коло взаємозалежності між хронічним болем і психічним здоров'ям. Особлива увага приділяється необхідності комплексного підходу до лікування, який включає не лише фізичну реабілітацію, але й психологічну підтримку. Вказується на доцільність розробки індивідуальних програм терапії, які враховують емоційні та психічні потреби пацієнтів. Отримані результати підкреслюють важливість врахування психологічного аспекту при розробці фізіотерапевтичних стратегій для забезпечення довготривалих результатів лікування. Доведено, що психологічний стан пацієнтів з хронічними больовими синдромами та їхні хронічні больові симптоми мають взаємопов'язаний і взаємозалежний вплив. Це означає, що ефективне лікування хронічних больових синдромів має включати фізичне і психологічне лікування, яке зосереджене на покращенні самопочуття пацієнтів та їх здатності справлятися з больовими симптомами.

Ключові слова: психологічний стрес, психологічні розлади, больовий синдром, хронічний біль, фізіотерапія, фізичні вправи, фізіотерапевтичні процедури.

Relationship between psychological status and results of physiotherapy in patients with chronic pain syndrome

Asp. V.O. Baltyan¹, O.V. Bielousova²

¹ Ivan Zyazyun Institute of Pedagogical and Adult Education of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine

² Interregional Academy of Personnel Management

The article focuses on the investigation of the interrelation between the psychological state of patients with chronic pain syndrome and the effectiveness of physiotherapeutic treatment. It examines the bidirectional influence of physical and psychological conditions on the overall well-being of patients. Specifically, the study analyzes the impact of depression, anxiety, sleep disorders, and social isolation on the progression of chronic pain syndrome and the outcomes of physiotherapy. Based on the analysis of the effectiveness levels of physiotherapeutic procedures, four main categories (ranging from 25% to 95%) are identified, demonstrating the dependence of treatment results on the emotional and mental state of patients. The article highlights how persistent stress, decreased quality of life, and comorbid psychological disorders can limit the success of physiotherapy, creating a vicious cycle of interdependence between chronic pain and mental health. Special attention is given to the necessity of a comprehensive treatment approach that includes not only physical rehabilitation but also psychological support. The importance of developing individualized therapy programs that consider the emotional and psychological needs of patients is emphasized. The findings underline the critical importance of incorporating psychological aspects into the development of physiotherapeutic strategies to ensure long-term treatment outcomes. It is demonstrated that the psychological state of patients with chronic pain syndromes and their chronic pain symptoms have an interconnected and interdependent impact. This implies that effective treatment of chronic pain syndromes must include both physical and psychological therapies focused on improving patients' well-being and their ability to cope with pain symptoms.

Key words: psychological stress, psychological disorders, pain syndrome, chronic pain, physiotherapy, physical exercises, physiotherapeutic procedures.

Контактна інформація: Балтян В.О. —
аспірант спеціальності 053 «Психологія»,
Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих ім. Івана Зязюна
Національної академії педагогічних наук України

Стаття до редакції надійшла 17.12.2024 р.