

## **ЛІКУВАЛЬНА ФІЗКУЛЬТУРА ПРИ ВИРАЗКОВІЙ ХВОРОБІ ШЛУНКА І ДВАНАДЦЯТИПАЛОЇ КИШКИ**

*Н.В. НЕСТЕРУК, Т.Є. ЯВОРСЬКА*

Хвороби органів травлення займають друге місце в загальній структурі захворюваності серед дорослого населення. Вони характеризуються хронічним перебігом, схильністю до частих рецидивів. Інтерес до проблеми виразкової хвороби шлунка та дванадцятипалої кишки зумовлений не тільки широким поширенням даної патології органів травлення, але й відсутністю достатньо надійних методів лікування, які зводять до мінімуму можливість рецидиву захворювання.

Мета статті: розглянути основні підходи до призначення засобів ЛФК для хворих з виразковою хворобою шлунка та дванадцятипалої кишки.

За даними сучасних літературних джерел виразкова хвороба шлунка і дванадцятипалої кишки є однією із розповсюджених форм гастроентерологічної патології у лікарській практиці. Крім того, виразкова хвороба шлунка і дванадцятипалої кишки – це хронічне захворювання, суть якого полягає в періодичній появі виразки шлунка або виразки дванадцятипалої кишки, як правило, на фоні гастриту, викликаного інфекцією хелікобактер пілорі. З'ясовано, що при регулярному виконанні фізичних вправ поступово зростають енергетичні запаси, збільшується кількість буферних сполук, відбувається збагачення організму ферментними сполуками, вітамінами, іонами калію і кальцію. Це призводить до активізації окисно-відновних процесів і до підвищення стійкості кислотно-лужного балансу, що, в свою чергу, сприятливо позначається на рубцюванні виразкового дефекту. При призначенні засобів ЛФК слід враховувати, що невелике й помірне м'язове навантаження та напруження стимулюють головні функції шлунково-кишкового тракту, тоді як інтенсивні – пригнічують.

Таким чином, обсяг фізичних навантажень, вибір методу лікувальної фізкультури та його ефективність буде залежати від загального стану хворого, стадії захворювання, стану нервової та серцево-судинної системи.