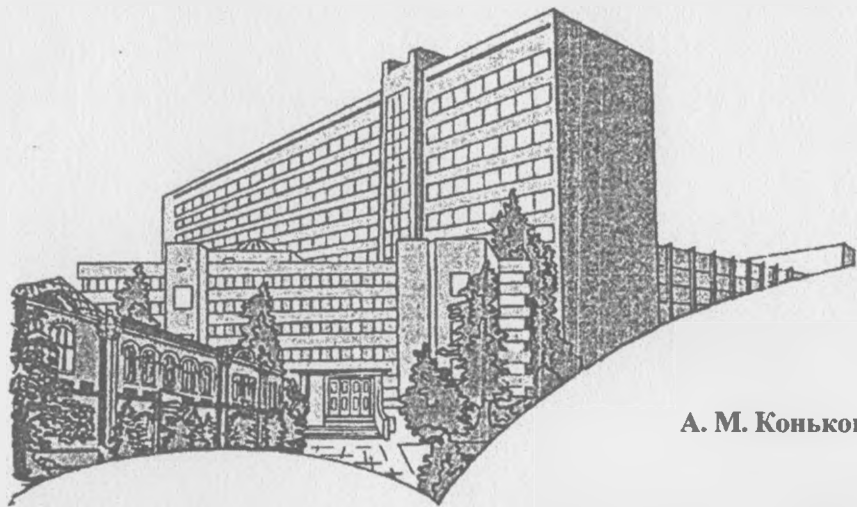


**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**



А. М. Коньков

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ В АКУШЕРСТВІ ТА ГІНЕКОЛОГІЇ

методичні рекомендації до практичних занять

для студентів спеціальностей

I рік підготовки: 227 Фізіотерапія, ерготерапія

**II рік підготовки: 227 Фізична реабілітація
денної та заочної форм навчання вищих навчальних закладів**

**Херсон
2017**

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Затверджено
Вченою радою ХДУ
Протокол № 3
від 30.10.2017

А.М. Коньков

**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ
В АКУШЕРСТВІ ТА ГІНЕКОЛОГІЇ**

*Методичні рекомендації до практичних занять для студентів
спеціальностей*

I рік підготовки: 227 Фізіотерапія, ерготерапія

*II рік підготовки: 227 Фізична реабілітація
денної та заочної форм навчання вищих навчальних закладів*

К-65

Фізична реабілітація в акушерстві та гінекології: Методичні рекомендації до практичних занять для студентів спеціальностей I рік підготовки: 227 Фізична терапія, ерготерапія, II рік підготовки: 227 Фізична реабілітація

Укладач: **А.М. Коньков** – кандидат медичних наук, доцент;

Рецензенти: **Ю.О. Ромаскевич** – доктор медичних наук, професор;

С.С. Возний – кандидат наук фізичного виховання і спорту,
доцент.

Рекомендовано до друку Вченою радою ХДУ

Протокол №3 від 30.10.2017

Схвалено науково-методичною радою ХДУ

Протокол №1 від 18.10.2017

Розглянуто на засіданні науково-методичної ради факультету природознавства, здоров'я людини і туризму

Протокол №1 від 18.09.2017

Обговорено на засіданні кафедри фізичної терапії та здоров'я людини

Протокол №2 від 04.09.2017

Пояснювальна записка

Мета навчальної дисципліни:

- 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;
- сформувані у студентів компетентні сну орієнтацію на властивість до використання знань та вмінь, що були отримані та, нарешті, проявляти особистісні якості для успішної професійної діяльності.

Завдання навчальної дисципліни:

Теоретичні:

- знання теоретичних основ фізичної реабілітації;
- засвоєння принципів застосування фізичної реабілітації в терапії, педіатрії, неврології, хірургії, акушерстві і гінекології, травматології.

Практичні – 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.

Перелік знань та умінь студентів

Студенти повинні 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;
- застосування засобів фізичної реабілітації при найбільш розповсюджених патологічних станах в терапії, неврології, хірургії, травматології, ортопедії, педіатрії;
- значення природних фізичних факторів у системі лікувально-профілактичних і реабілітаційних заходів;
- вплив природних фізичних факторів на патологічні процеси та функції різних органів і систем організму;
- медичну кліматологію та кліматотерапію, бальнеотерапію;
- основні принципи комбінованого застосування природних фізичних факторів і засобів лікувальної фізкультури;
- методику функціональних проб;

- реакції організму людини на фізичне навантаження як метод ранньої діагностики і прогнозування перебігу захворювання, а також термінів застосування нових вправ ЛФК;

Студенти повинні вміти:

- правильно обстежити здорову та хвору людину (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 пацієнта, скласти медичний висновок і розподілити пацієнтів на медичні групи 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 (зробити запис у історії хвороби та заповнити процедурну карту);
- провести функціональні проби та оцінити отримані результати;
- дати конкретні рекомендації з практичного застосування при призначенні різних засобів та методів фізичної реабілітації;

Студенти повинні володіти:

- здатністю самостійно працювати з навчальною, науковою та довідковою літературою: вести пошук необхідної інформації та робити узагальнюючі висновки;
- здатністю до складання комплексів фізіотерапевтичних процедур для вагітних та жінок, які страждають на гінекологічну патологію;
- здатністю до оцінювання ефективності застосування різних фізіотерапевтичних методик.

Міждисциплінарні зв'язки: викладання даної дисципліни пов'язано з вивченням студентами дисциплін: анатомія і фізіологія людини, вікова анатомія та фізіологія, гігієна, біологія, педагогіка і психологія, біохімія, фітнес програми, загальна теорія здоров'я, патологічна анатомія, лікувальна фізкультура в акушерстві та гінекології.

**Практичний модуль для денної форми навчання
ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ №1: «Фізична реабілітація в акушерстві»**

Практичне заняття №1 (2 години)

Тема: Фізична реабілітація (ЛФК) та її застосування в різні терміни вагітності

Учбові питання:

1. Особливості проведення занять ЛФК в першому триместрі вагітності.
2. Особливості проведення занять ЛФК в другому триместрі вагітності.
3. Особливості проведення занять ЛФК в третьому триместрі вагітності.
4. Комплекси фізичних вправ для вагітних в різні триместри вагітності.

Література:

1. Боголюбов В.М., Пономаренко Г.Н. Общая физиотерапия: учебник
2. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №2 (2 години)

Тема: Фізична реабілітація (масаж) та його застосування в різні триместри вагітності

Учбові питання:

1. Особливості проведення масажу в першому триместрі вагітності.
2. Особливості проведення масажу в другому триместрі вагітності.
3. Особливості проведення масажу в третьому триместрі вагітності.
4. Прийоми масажу, що застосовуються в різні триместри вагітності.

Література:

1. Боголюбов В.М. Медицинская реабилитация или восстановительная медицина. – Физиотерапия, бальнеология и реабилитация, 2006, 1, с. 3-12.
2. Большая энциклопедия массажа. – М.: ООО "Издательство Астрель", 2002.
3. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
4. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
5. www.beremennost-po-nedeliam.com/obraz-izni/uprazhneniya-3-trimestr.html

Практичне заняття №3 (2 години)

Тема: Фізичні фактори та їх застосування в акушерстві

Учбові питання:

1. Особливості застосування електро- і магнітотерапії в акушерстві.
2. Застосування ультразвуку в акушерстві.
3. Фототерапія та її застосування в акушерстві.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Пичуев В.П. "Чтобы быть здоровой", М., "Знание", 1985.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №4 (2 години)

Тема: Фізична реабілітація після кесарева розтину

Учбові питання:

1. Умови використання ЛФК після кесарева розтину.
2. Використання лікувальної ходьби в умовах палатного режиму.
3. Використання ЛФК в умовах вільного режиму.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Персианинова Л.С. "Справочник по акушерству и гинекологии" / Л.С. Персианинова, И.В. Ильина // М., "Медицина", 1980.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №5 (2 години)

Тема: Застосування природних факторів реабілітації при невиношуваності вагітності

Учбові питання:

1. Маточні фактори невиношуваності вагітності.
2. Природні фактори (водо- грязелікування) в боротьбі з невиношуваністю вагітності.
3. Допоміжні репродуктивні технології – програми екстракорпорального запліднення.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Елифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
3. Персианинова Л.С. "Справочник по акушерству и гинекологии" / Л.С. Персианинова, И.В. Ильина // М., "Медицина", 1980.

Практичне заняття №6 (2 години)

Тема: Види рухової активності в період вагітності

Учбові питання:

1. Особливості занять джогінгом під час вагітності.
2. Заняття аеробікою під час вагітності.
3. Катання на велосипеді (особливості занять) в різні триместри вагітності.
4. Особливості занять плавання в різні триместри вагітності.
5. Види фізичної активності, якими можна займатися протягом всієї вагітності.

Література:

1. Карандашев В.И., Петухов Е.Б., Зродников В.С. Физиотерапия. Руководство для врачей «Под редакцией В.Р. Палеева». – М, 2001г.
2. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Елифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
4. www.womenhealthnet.ru/fitness/8222.html

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ №2: «Фізична реабілітація в гінекології»

Практичне заняття №1(7) (2 години)

Тема: Фізіотерапія та її застосування в гінекології

Учбові питання:

1. Фізіотерапія та її вплив на перебіг вагітності.
2. Фізіологічна перебудова організму жінки під час вагітності.
3. Токсикоз першої та другої половини вагітності.
4. Вплив засобів фізичної реабілітації на стан організму вагітної жінки.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Елифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.

2. Персианинова Л.С. "Справочник по акушерству и гинекологии" / Л.С. Персианинова, И.В. Ильина // М., "Медицина", 1980.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №2(8) (2 години)

Тема: Електро- і магнітотерапія та їх застосування в гінекології

Учбові питання:

1. Діючі фактори електромагнітного поля.
2. Види токів, що застосовуються у фізіотерапії.
3. Клінічні ситуації в гінекології, коли застосовуються лікувальні фактори електромагнітного поля.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
3. Сосин И.Н., Буявых А.Г. Физиотерапия в гинекологии и венерических болезнях. – Симферополь, 2001 г.

Практичне заняття №3(9) (2 години)

Тема: Ультразвук і бальнеотерапія та їх застосування в гінекології

Учбові питання:

1. Ультразвук та його застосування в гінекології.
2. Світло та його застосування в гінекології.
3. Методи лікування, профілактики та відновлення порушення функції організму за допомогою мінеральних вод.
4. Використання бальнеотерапії у процесі відновлювального лікування в гінекології.

Література:

1. Боголюбов В.М. Медицинская реабилитация или восстановительная медицина. – Физиотерапия, бальнеология и реабилитация, 2006, 1, с. 3-12.
2. Епифанов В.А., Кузбашева Т.Г. Роль и место лечебной физкультуры в медицинской реабилитации. – Физиотерапия, бальнеология и реабилитация, 2004, 6, с. 3-5.
3. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.

4. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №4(10) (2 години)

Тема: Особливості фізичної реабілітації при аменореї

Учбові питання:

1. Визначення поняття «аменорея» та його характеристика.
2. Особливості застосування засобів фізичної реабілітації при первинній аменореї.
3. Особливості застосування засобів фізичної реабілітації при вторинній аменореї

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
3. Карандашев В.И., Петухов Е.Б., Зродников В.С. Физиотерапия. Руководство для врачей «Под редакцией В.Р. Палеева». – М, 2001г.

Практичне заняття №5(11) (2 години)

Тема: Особливості фізичної реабілітації при жіночому клімаксі

Учбові питання:

1. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі пременопаузи клімактеричного синдрому.
2. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі менопаузи клімактеричного синдрому.
3. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі пост менопаузи клімактеричного синдрому.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
3. Персианинова Л.С. "Справочник по акушерству и гинекологии" / Л.С. Персианинова, И.В. Ильина // М., "Медицина", 1980.

Практичне заняття №6(12) (2 години)

Тема: Особливості фізичної реабілітації при безплідді

Учбові питання:

1. Особливості застосування ЛФК при безплідді.
2. Особливості застосування масажу при безплідді.
3. Використання кліматичних факторів у лікуванні жіночого безпліддя.

Література:

1. Епифанов В.А., Кузбашева Т.Г. Роль и место лечебной физкультуры в медицинской реабилитации. – Физиотерапия, бальнеология и реабилитация, 2004, 6, с. 3-5.
2. Епифанова В.А. "Лечебная физическая культура. Справочник", М., "Медицина", 1998.
3. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
4. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №7(13) (2 години)

Тема: Особливості фізичної реабілітації при неправильному положенні статевих органів жінки

Учбові питання:

1. Причини виникнення неправильного положення статевих органів жінки.
2. Особливості застосування ЛФК при неправильному положенні статевих органів жінки.
3. Прийоми застосування гінекологічного масажу при неправильному положенні статевих органів жінки.
4. Прогулянки (у лісі, сквері, парку), їзда на велосипеді, плавання, грєбля, сауна (баня) як лікувальні фактори при неправильному положенні статевих органів жінки.

Література:

1. Айламазян Э. К. Акушерство: национальное руководство. / Э.К. Айламазяна, В.И. Кулакова, В.Е. Радзинского, Г.М. Савельевой // М. - "ГЕОТАР-Медиа". – 2009.
2. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

**Навчальна дисципліна «Фізична реабілітація
в акушерстві та гінекології»
Модуль самостійної роботи
(денна форма навчання)**

Тема 1: «Лікувальна фізкультура та її застосування в акушерстві»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Завдання ЛФК при нормальній вагітності: завдання ЛФК, особливості проведення занять в залежності від терміну вагітності.
2. Комплекси фізичних вправ, рекомендованих до виконання в першому триместрі нормальної вагітності.
3. Особливості проведення занять з ЛФК у другому триместрі нормальної вагітності.
4. Комплекси фізичних вправ, рекомендованих до виконання в третьому триместрі вагітності.
5. Протипоказання до призначення ЛФК вагітним.

Тема 2: «Масаж та його застосування в акушерстві»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Використання масажу в післяпологовому репі оді – цілі та завдання.
2. Фізіологічний вплив масажу на шкіру та обмін речовин.
3. Правила здійснення післяпологового масажу та протипоказання до нього.
4. Прийоми післяпологового масажу.

Тема 3: «Фізична фактори та їх застосування в акушерстві»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Фізіотерапія як засіб профілактики та лікування акушерської патології.
2. Фізична фактори, що застосовуються для лікування акушерської патології.
3. Фізична реабілітація після кесарева розтину.

Тема 4: «Види рухової активності в період вагітності»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Загальне значення рухової активності в житті вагітної жінки.
2. Дзюгінг і правила його використання вагітною жінкою.
3. Аеробіка і правила її використання вагітною жінкою.
4. Катання на велосипеді та плавання – правила застосування вагітною жінкою.

Тема 1(5): «Фізіотерапія та її застосування в гінекології»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Фізіотерапія як важливий метод лікування гінекологічної патології.
2. Спектр гінекологічної патології, який потребує фізіотерапевтичного втручання.
3. Фактори, які впливають на вибір діючого начала фізіотерапевтичного лікування гінекологічної патології, протипоказання до фізіотерапії в гінекології.

Тема 2(6): «Електро- і магнітотерапія та їх застосування в гінекології»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Діючі фактори електромагнітного поля.
2. Застосування постійного та імпульсного токів у лікуванні гінекологічної патології.
3. Механізм спазмолітичної та знеболювальної дії імпульсних токів при лікуванні гінекологічної патології.

Тема 3(7): «Застосування ультразвуку та лікування світлом у гінекології»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Механізм дії ультразвуку при лікуванні гінекологічної патології.
2. Ультрафіолетові, інфрачервоні та видимі промені і їх застосування в лікуванні гінекологічної патології.
3. Застосування лазерного випромінювання в лікуванні гінекологічної патології.

Тема 4(8): «Бальнеотерапія та її застосування в гінекології»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Бальнеотерапія та її роль у лікуванні гінекологічної патології.
2. Мінеральні води, їх склад, засоби використання.
3. Хімічний склад та фізико-хімічні властивості мінеральних вод.
4. Протипоказання до використання мінеральних вод в гінекології.
5. Використання мінеральних вод та грязей для лікування гінекологічної патології.

**Методичні рекомендації до самостійної роботи студентів з навчальної
дисципліни «Фізична реабілітація в акушерстві і гінекології»
(денна форма навчання)**

№ п/п	Назва теми	Зміст завдання	Форма звіту	Термін звіту
1	Лікувальна фізкультура та її застосування в акушерстві	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Вересень
2	Масаж та його застосування в акушерстві	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Вересень
3	Фізична фактори та їх застосування в акушерстві	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Жовтень
4	Види рухової активності в період вагітності	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Жовтень
5	Фізіотерапія та її застосування в гінекології	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Листопад
6	Електро- і магнітотерапія та їх застосування в гінекології	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Листопад
7	Застосування ультразвуку та лікування світлом у гінекології	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Грудень
8	Бальнеотерапія та її застосування в гінекології	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Грудень

Практичний модуль для заочної форми навчання

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ №1: «Фізична реабілітація в акушерстві»

Практичне заняття №1 (2 години)

Тема: Фізична реабілітація (масаж) та його застосування в різні триместри вагітності

Учбові питання:

1. Особливості проведення масажу в першому триместрі вагітності.
2. Особливості проведення масажу в другому триместрі вагітності.
3. Особливості проведення масажу в третьому триместрі вагітності.
4. Прийоми масажу, що застосовуються в різні триместри вагітності.

Література:

1. Боголюбов В.М. Медицинская реабилитация или восстановительная медицина. – Физиотерапия, бальнеология и реабилитация, 2006, 1, с. 3-12.
2. Большая энциклопедия массажа. – М.: ООО "Издательство Астрель", 2002.
3. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
4. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
5. www.beremennost-po-nedeliam.com/obraz-jizni/uprazhneniya-3-trimestr.html

Практичне заняття №2 (2 години)

Тема: Фізичні фактори та їх застосування в акушерстві

Учбові питання:

1. Особливості застосування електро- і магнітотерапії в акушерстві.
2. Застосування ультразвуку в акушерстві.
3. Фототерапія та її застосування в акушерстві.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Пичуев В.П. "Чтобы быть здоровой", М., "Знание", 1985.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №3 (2 години)

Тема: Фізична реабілітація після кесарева розтину

Учбові питання:

1. Умови використання ЛФК після кесарева розтину.
2. Використання лікувальної ходьби в умовах палатного режиму.
3. Використання ЛФК в умовах вільного режиму.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №4 (2 години)

Тема: Застосування природних факторів реабілітації при невиношуваності вагітності

Учбові питання:

1. Маточні фактори невиношуваності вагітності.
2. Природні фактори (водо- грязелікування) в боротьбі з невиношуваністю вагітності.
3. Допоміжні репродуктивні технології – програми екстракорпорального запліднення.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Персианинова Л.С. "Справочник по акушерству и гинекологии" / Л.С. Персианинова, И.В. Ильина // М., "Медицина", 1980.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №5 (2 години)

Тема: Види рухової активності в період вагітності

Учбові питання:

1. Особливості занять джогінгом під час вагітності.
2. Заняття аеробікою під час вагітності.
3. Катання на велосипеді (особливості занять) в різні триместри вагітності.

4. Особливості занять плавання в різні триместри вагітності.
5. Види фізичної активності, якими можна займатися протягом всієї вагітності.

Література:

1. Карандашев В.И., Петухов Е.Б., Зродников В.С. Физиотерапия. Руководство для врачей «Под редакцией В.Р. Палеева». – М, 2001г.
2. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
4. www.womenhealthnet.ru/fitness/8222.html

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ №2: «Фізична реабілітація в гінекології»

Практичне заняття №1(6) (2 години)

Тема: Фізіотерапія та її застосування в гінекології

Учбові питання:

1. Фізіотерапія та її вплив на перебіг вагітності.
2. Фізіологічна перебудова організму жінки під час вагітності.
3. Токсикоз першої та другої половини вагітності.
4. Вплив засобів фізичної реабілітації на стан організму вагітної жінки.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Персианинова Л.С. "Справочник по акушерству и гинекологии" / Л.С. Персианинова, И.В. Ильина // М., "Медицина", 1980.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №2(7) (2 години)

Тема: Електро- і магнітотерапія та їх застосування в гінекології

Учбові питання:

1. Діючі фактори електромагнітного поля.
2. Види токів, що застосовуються у фізіотерапії.
3. Клінічні ситуації в гінекології, коли застосовуються лікувальні фактори електромагнітного поля.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
3. Сосин И.Н., Буявых А.Г. Физиотерапия в гинекологии и венерических болезнях. – Симферополь, 2001 г.

Практичне заняття №3(8) (2 години)

Тема: Ультразвук і бальнеотерапія та їх застосування в гінекології

Учебні питання:

1. Ультразвук та його застосування в гінекології.
2. Світло та його застосування в гінекології.
3. Методи лікування, профілактики та відновлення порушення функції організму за допомогою мінеральних вод.
4. Використання бальнеотерапії у процесі відновлювального лікування в гінекології.

Література:

1. Боголюбов В.М. Медицинская реабилитация или восстановительная медицина. – Физиотерапия, бальнеология и реабилитация, 2006, 1, с. 3-12.
2. Епифанов В.А., Кузбашева Т.Г. Роль и место лечебной физкультуры в медицинской реабилитации. – Физиотерапия, бальнеология и реабилитация, 2004, 6, с. 3-5.
3. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
4. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №4(9) (2 години)

Тема: Особливості фізичної реабілітації при аменореї

Учебні питання:

1. Визначення поняття «аменорея» та його характеристика.
2. Особливості застосування засобів фізичної реабілітації при первинній аменореї.
3. Особливості застосування засобів фізичної реабілітації при вторинній аменореї

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
3. Карандашев В.И., Петухов Е.Б., Зродников В.С. Физиотерапия. Руководство для врачей «Под редакцией В.Р. Палеева». – М, 2001г.

Практичне заняття №5(10) (2 години)

Тема: Особливості фізичної реабілітації при жіночому клімаксі

Учбові питання:

1. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі пременопаузи клімактеричного синдрому.
2. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі менопаузи клімактеричного синдрому.
3. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі пост менопаузи клімактеричного синдрому.

Література:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
3. Персианинова Л.С. "Справочник по акушерству и гинекологии" / Л.С. Персианинова, И.В. Ильина // М., "Медицина", 1980.

Практичне заняття №6(11) (2 години)

Тема: Особливості фізичної реабілітації при безплідді

Учбові питання:

1. Особливості застосування ЛФК при безплідді.
2. Особливості застосування масажу при безплідді.
3. Використання кліматичних факторів у лікуванні жіночого безпліддя.

Література:

1. Епифанов В.А., Кузбашева Т.Г. Роль и место лечебной физкультуры в медицинской реабилитации. – Физиотерапия, бальнеология и реабилитация, 2004, 6, с. 3-5.
2. Епифанова В.А. "Лечебная физическая культура. Справочник", М., "Медицина", 1998.

3. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
4. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Практичне заняття №7(12) (2 години)

Тема: Особливості фізичної реабілітації при неправильному положенні статевих органів жінки

Учбові питання:

1. Причини виникнення неправильного положення статевих органів жінки.
2. Особливості застосування ЛФК при неправильному положенні статевих органів жінки.
3. Прийоми застосування гінекологічного масажу при неправильному положенні статевих органів жінки.
4. Прогулянки (у лісі, сквері, парку), їзда на велосипеді, плавання, гребля, сауна (баня) як лікувальні фактори при неправильному положенні статевих органів жінки.

Література:

1. Айламазян Э. К. Акушерство: национальное руководство. / Э.К. Айламазяна, В.И. Кулакова, В.Е. Радзинского, Г.М. Савельевой // М. - "ГЕОТАР-Медиа". – 2009.
2. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

**Навчальна дисципліна «Фізична реабілітація
в акушерстві та гінекології»
Модуль самостійної роботи
(заочна форма навчання)**

Тема 1: «Лікувальна фізкультура та її застосування в акушерстві»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Завдання ЛФК при нормальній вагітності: завдання ЛФК, особливості проведення занять в залежності від терміну вагітності.
2. Комплекси фізичних вправ, рекомендованих до виконання в першому триместрі нормальної вагітності.
3. Особливості проведення занять з ЛФК у другому триместрі нормальної вагітності.
4. Комплекси фізичних вправ, рекомендованих до виконання в третьому триместрі вагітності.
5. Протипоказання до призначення ЛФК вагітним.

Тема 2: «Масаж та його застосування в акушерстві»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Використання масажу в післяпологовому репі оді – цілі та завдання.
2. Фізіологічний вплив масажу на шкіру та обмін речовин.
3. Правила здійснення післяпологового масажу та протипоказання до нього.
4. Прийоми післяпологового масажу.

Тема 3: «Фізична фактори та їх застосування в акушерстві»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Фізіотерапія як засіб профілактики та лікування акушерської патології.
2. Фізична фактори, що застосовуються для лікування акушерської патології.
3. Фізична реабілітація після кесарева розтину.

Тема 4: «Види рухової активності в період вагітності»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Загальне значення рухової активності в житті вагітної жінки.
2. Джогінг і правила його використання вагітною жінкою.
3. Аеробіка і правила її використання вагітною жінкою.
4. Катання на велосипеді та плавання – правила застосування вагітною жінкою.

Тема 1(5): «Фізіотерапія та її застосування в гінекології»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Фізіотерапія як важливий метод лікування гінекологічної патології.
2. Спектр гінекологічної патології, який потребує фізіотерапевтичного втручання.
3. Фактори, які впливають на вибір діючого начала фізіотерапевтичного лікування гінекологічної патології, протипоказання до фізіотерапії в гінекології.

Тема 2(6): «Електро- і магнітотерапія та їх застосування в гінекології»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Діючі фактори електромагнітного поля.
2. Застосування постійного та імпульсного токів у лікуванні гінекологічної патології.
3. Механізм спазмолітичної та знеболювальної дії імпульсних токів при лікуванні гінекологічної патології.

Тема 3(7): «Застосування ультразвуку та лікування світлом у гінекології»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Механізм дії ультразвуку при лікуванні гінекологічної патології.
2. Ультрафіолетові, інфрачервоні та видимі промені і їх застосування в лікуванні гінекологічної патології.
3. Застосування лазерного випромінювання в лікуванні гінекологічної патології.

Тема 4(8): «Бальнеотерапія та її застосування в гінекології»

Питання для самопідготовки та контролю:

1. Бальнеотерапія та її роль у лікуванні гінекологічної патології.
2. Мінеральні води, їх склад, засоби використання.
3. Хімічний склад та фізико-хімічні властивості мінеральних вод.
4. Протипоказання до використання мінеральних вод в гінекології.
5. Використання мінеральних вод та грязей для лікування гінекологічної патології.

Методичні рекомендації до самостійної роботи студентів з навчальної дисципліни «Фізична реабілітація в акушерстві і гінекології» (заочна форма навчання)

№ п/п	Назва теми	Зміст завдання	Форма звіту	Термін звіту
1	Лікувальна фізкультура та її застосування в акушерстві	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Вересень
2	Масаж та його застосування в акушерстві	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Вересень
3	Фізична фактори та їх застосування в акушерстві	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Жовтень
4	Види рухової активності в період вагітності	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Жовтень
5	Фізіотерапія та її застосування в гінекології	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Листопад
6	Електро- і магнітотерапія та їх застосування в гінекології	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Листопад
7	Застосування ультразвуку та лікування світлом у гінекології	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Грудень
8	Бальнеотерапія та її застосування в гінекології	Підготувати реферат згідно з учбовими питаннями модуля самостійної роботи	Роздрукувати матеріали	Грудень

Підсумкова тека до I модулю

1. Цілі, завдання та значення занять ЛФК в період вагітності.
2. Цілі та завдання ЛФК в першому, другому та третьому триместрах вагітності.
3. Цілі та завдання ЛФК у післяпологовому періоді.
4. Використання масажу в післяпологовому періоді – цілі та завдання.
5. Фізіологічний вплив масажу на шкіру та обмін речовин.
6. Правила здійснення післяпологового масажу та протипоказання до нього.
7. Прийоми післяпологового масажу.
8. Фізична терапія як засіб профілактики та лікування акушерської патології.
9. Фізичні фактори, що застосовуються для лікування акушерської патології.
10. Фізична реабілітація після кесарева розтину.
11. Загальне значення рухової активності в житті вагітної жінки.
12. Джогінг і правила його використання вагітною жінкою.
13. Аеробіка і правила її використання вагітною жінкою.
14. Особливості проведення занять ЛФК в першому триместрі вагітності.
15. Особливості проведення занять ЛФК в другому триместрі вагітності.
16. Особливості проведення занять ЛФК в третьому триместрі вагітності.
17. Комплекси фізичних вправ для вагітних в різні триместри вагітності.
18. Особливості проведення масажу в першому триместрі вагітності.
19. Особливості проведення масажу в другому триместрі вагітності.
20. Особливості проведення масажу в третьому триместрі вагітності.
21. Прийоми масажу, що застосовуються в різні триместри вагітності.
22. Особливості застосування електро- і магнітотерапії в акушерстві.
23. Застосування ультразвуку в акушерстві.
24. Фототерапія та її застосування в акушерстві.
25. Умови використання ЛФК після кесарева розтину.
26. Використання лікувальної ходьби в умовах палатного режиму.
27. Використання ЛФК в умовах вільного режиму.
28. Маточні фактори невиношуваності вагітності.
29. Природні фактори (водо- грязелікування) в боротьбі з невиношуваністю вагітності.
30. Допоміжні репродуктивні технології – програми екстракорпорального запліднення.
31. Особливості занять джогінгом під час вагітності.
32. Заняття аеробікою під час вагітності.
33. Катання на велосипеді (особливості занять) в різні триместри вагітності.
34. Особливості занять плавання в різні триместри вагітності.
35. Види фізичної активності, якими можна займатися протягом всієї вагітності.

Підсумкова тека до II модулю

1. Фізіотерапія як важливий метод лікування гінекологічної патології.
2. Спектр гінекологічної патології, який потребує фізіотерапевтичного втручання.
3. Фактори, які впливають на вибір діючого начала фізіотерапевтичного лікування гінекологічної патології; протипоказання до фізіотерапії в гінекології.
4. Діючі фактори електромагнітного поля.
5. Застосування постійного та імпульсного токів у лікуванні гінекологічної патології.
6. Механізм спазмолітичної та знеболюючої дії імпульсних токів при лікуванні гінекологічної патології.
7. Бальнеотерапія та її роль у лікуванні гінекологічної патології.
8. Мінеральні води, їх склад, засоби використання.
9. Хімічний склад та фізико-хімічні властивості мінеральних вод.
10. Протипоказання до використання мінеральних вод в гінекології.
11. Використання мінеральних вод та грязей для лікування гінекологічної патології.
12. Фізіотерапія та її вплив на перебіг вагітності.
13. Фізіологічна перебудова організму жінки під час вагітності.
14. Токсикоз першої та другої половини вагітності.
15. Вплив засобів фізичної реабілітації на стан організму вагітної жінки.
16. Діючі фактори електромагнітного поля.
17. Види токів, що застосовуються у фізіотерапії.
18. Клінічні ситуації в гінекології, коли застосовуються лікувальні фактори електромагнітного поля.
19. Ультразвук та його застосування в гінекології.
20. Світло та його застосування в гінекології.
21. Методи лікування, профілактики та відновлення порушення функції організму за допомогою мінеральних вод.
22. Використання бальнеотерапії у процесі відновлювального лікування в гінекології.
23. Визначення поняття «аменорея» та його характеристика.
24. Особливості застосування засобів фізичної реабілітації при первинній аменореї.
25. Особливості застосування засобів фізичної реабілітації при вторинній аменореї.
26. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі пременопаузи клімактеричного синдрому.
27. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі менопаузи клімактеричного синдрому.
28. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі пост менопаузи клімактеричного синдрому.
29. Особливості застосування ЛФК при безплідді.
30. Особливості застосування масажу при безплідді.
31. Використання кліматичних факторів у лікуванні жіночого безпліддя.
32. Причини виникнення неправильного положення статевих органів жінки.
33. Особливості застосування ЛФК при неправильному положенні статевих органів жінки.
34. Прийоми застосування гінекологічного масажу при неправильному положенні статевих органів жінки.
35. Прогулянки (у лісі, сквері, парку), їзда на велосипеді, плавання, гребля, сауна (баня) як лікувальні фактори при неправильному положенні статевих органів жінки.

Питання до диференційованого заліку

1. Цілі, завдання та значення занять ЛФК в період вагітності.
2. Цілі та завдання ЛФК в першому, другому та третьому триместрах вагітності.
3. Цілі та завдання ЛФК у післяпологовому періоді.
4. Використання масажу в післяпологовому періоді – цілі та завдання.
5. Фізіологічний вплив масажу на шкіру та обмін речовин.
6. Правила здійснення післяпологового масажу та протипоказання до нього.
7. Прийоми післяпологового масажу.
8. Фізична терапія як засіб профілактики та лікування акушерської патології.
9. Фізичні фактори, що застосовуються для лікування акушерської патології.
10. Фізична реабілітація після кесарева розтину.
11. Загальне значення рухової активності в житті вагітної жінки.
12. Джогінг і правила його використання вагітною жінкою.
13. Аеробіка і правила її використання вагітною жінкою.
14. Особливості проведення занять ЛФК в першому триместрі вагітності.
15. Особливості проведення занять ЛФК в другому триместрі вагітності.
16. Особливості проведення занять ЛФК в третьому триместрі вагітності.
17. Комплекси фізичних вправ для вагітних в різні триместри вагітності.
18. Особливості проведення масажу в першому триместрі вагітності.
19. Особливості проведення масажу в другому триместрі вагітності.
20. Особливості проведення масажу в третьому триместрі вагітності.
21. Прийоми масажу, що застосовуються в різні триместри вагітності.
22. Особливості застосування електро- і магнітотерапії в акушерстві.
23. Застосування ультразвуку в акушерстві.
24. Фототерапія та її застосування в акушерстві.
25. Умови використання ЛФК після кесарева розтину.
26. Використання лікувальної ходьби в умовах палатного режиму.
27. Використання ЛФК в умовах вільного режиму.
28. Маточні фактори невиношуваності вагітності.
29. Природні фактори (водо- грязелікування) в боротьбі з невиношуваністю вагітності.
30. Допоміжні репродуктивні технології – програми екстракорпорального запліднення.
31. Особливості занять джогінгом під час вагітності.
32. Заняття аеробікою під час вагітності.
33. Катання на велосипеді (особливості занять) в різні триместри вагітності.
34. Особливості занять плавання в різні триместри вагітності.
35. Види фізичної активності, якими можна займатися протягом всієї вагітності.
36. Фізіотерапія як важливий метод лікування гінекологічної патології.
37. Спектр гінекологічної патології, який потребує фізіотерапевтичного втручання.
38. Фактори, які впливають на вибір діючого начала фізіотерапевтичного лікування гінекологічної патології; протипоказання до фізіотерапії в гінекології.
39. Діючі фактори електромагнітного поля.

40. Застосування постійного та імпульсного токів у лікуванні гінекологічної патології.
41. Механізм спазмалітичної та знеболюючої дії імпульсних токів при лікуванні гінекологічної патології.
42. Бальнеотерапія та її роль у лікуванні гінекологічної патології.
43. Мінеральні води, їх склад, засоби використання.
44. Хімічний склад та фізико-хімічні властивості мінеральних вод.
45. Протипоказання до використання мінеральних вод в гінекології.
46. Використання мінеральних вод та грязей для лікування гінекологічної патології.
47. Фізіотерапія та її вплив на перебіг вагітності.
48. Фізіологічна перебудова організму жінки під час вагітності.
49. Токсикоз першої та другої половини вагітності.
50. Вплив засобів фізичної реабілітації на стан організму вагітної жінки.
51. Діючі фактори електромагнітного поля.
52. Види токів, що застосовуються у фізіотерапії.
53. Клінічні ситуації в гінекології, коли застосовуються лікувальні фактори електромагнітного поля.
54. Ультразвук та його застосування в гінекології.
55. Світло та його застосування в гінекології.
56. Методи лікування, профілактики та відновлення порушення функції організму за допомогою мінеральних вод.
57. Використання бальнеотерапії у процесі відновлювального лікування в гінекології.
58. Визначення поняття «аменорея» та його характеристика.
59. Особливості застосування засобів фізичної реабілітації при первинній аменореї.
60. Особливості застосування засобів фізичної реабілітації при вторинній аменореї.
61. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі пременопаузи клімактеричного синдрому.
62. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі менопаузи клімактеричного синдрому.
63. Застосування засобів фізичної реабілітації у фазі пост менопаузи клімактеричного синдрому.
64. Особливості застосування ЛФК при безплідді.
65. Особливості застосування масажу при безплідді.
66. Використання кліматичних факторів у лікуванні жіночого безпліддя.
67. Причини виникнення неправильного положення статевих органів жінки.
68. Особливості застосування ЛФК при неправильному положенні статевих органів жінки.
69. Прийоми застосування гінекологічного масажу при неправильному положенні статевих органів жінки.
70. Прогулянки (у лісі, сквері, парку), їзда на велосипеді, плавання, гребля, сауна (баня) як лікувальні фактори при неправильному положенні статевих органів жінки.

Основна література

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина. 1990. – 368 с.
2. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

Додаткова

1. Айламазян Э. К. Акушерство: национальное руководство. / Э.К. Айламазяна, В.И. Кулакова, В.Е. Радзинского, Г.М. Савельевой // М. - "ГЕОТАР-Медиа". – 2009.
2. Боголюбов В.М. Медицинская реабилитация или восстановительная медицина. – Физиотерапия, бальнеология и реабилитация, 2006, 1, с. 3-12.
3. Боголюбов В.М., Пономаренко Г.Н. Общая физиотерапия: учебник
4. Большая энциклопедия массажа. – М.: ООО "Издательство Астрель", 2002.
5. Дубровский, В.И. Лечебная физическая культура / В.И. Дубровский. – М.: ВЛАДОС, 1999.
6. Епифанов В.А., Кузбашева Т.Г. Роль и место лечебной физкультуры в медицинской реабилитации. – Физиотерапия, бальнеология и реабилитация, 2004, 6, с. 3-5.
7. Епифанова В.А. "Лечебная физическая культура. Справочник", М., "Медицина", 1998.
8. Епифанова, В.А. Лечебная физкультура и врачебный контроль/ В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко // Учебник. - М.: "Медицина", 1990.
9. Карандашев В.И., Петухов Е.Б., Зродников В.С. Физиотерапия. Руководство для врачей «Под редакцией В.Р. Палеева». – М, 2001г.
10. Персианинова Л.С. "Справочник по акушерству и гинекологии" / Л.С. Персианинова, И.В. Ильина // М., "Медицина", 1980.
11. Пичуев В.П. "Чтобы быть здоровой", М., "Знание", 1985.
12. Под общей ред. проф. С.Н. Попова. Издание 2-ое – Ростов-на-Дону: издательство «Феникс», 2004 г.
13. Сосин И.Н., Буявых А.Г. Физиотерапия в гинекологии и венерических болезнях. – Симферополь, 2001 г.

Интернет – ресурс

1. www.womenhealthnet.ru/fitness/8222.html
2. <http://youtube.com/watch?v=p2hMyq6uvke>
3. <http://youtube.com/watch?v=k2angturuvu>
4. www.beremennost-po-nedeliam.com/obraz-jizni/uprazhneniya-3-trimestr.html
5. forum.cardiomir.ru/546/13480/ЛФК для беременных с ВПЧ
6. www.eurolab.ua/restorative-medicine/3353/3361/28242
7. bmsi.ru/doc/of64cb58-377e-4124-b53a-11a8b16f8f72
8. netmiome.ru/drugie/uprazhneniya-kegela-posle-udaleniya-matki

МЕТОДИЧНЕ ВИДАННЯ

А.М. Коньков

**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ
В АКУШЕРСТВІ ТА ГІНЕКОЛОГІЇ**

*Методичні рекомендації до практичних занять для студентів
спеціальностей*

I рік підготовки: 227 Фізіотерапія, ерготерапія

*II рік підготовки: 227 Фізична реабілітація
денної та заочної форм навчання вищих навчальних закладів*

Підписано до друку 10.11.2017 р. Формат 60×84/16.

Папір офсетний. Наклад 100 прим.

Гарнітура Times New Roman. Друк різнографія.

Ум. друк. арк. 1,3. Обл.-вид. арк. 1,39.

Замовлення № 703-4.

Книжкове видавництво ПП Вишемирський В. С.

Свідоцтво про внесення до Державного реєстру
суб'єктів видавничої справи: серія ХС № 48 від 14.04.2005 р.

видано Управлінням у справах преси та інформації.

Адреса: 73000, Україна, м. Херсон, вул. Соборна, 2,
тел. (050) 133–10–13, e-mail: printvvs@gmail.com, vish_sveta@rambler