

# **КЛІНІЧНА ЕФЕКТИВНІСТЬ АЕРОБНИХ ТРЕНУВАНЬ В КАРДІОРЕАБІЛІТАЦІЇ**

Долинна О.В., Колісник П.Ф., Колісник С.П.

Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова

Кафедра медичної реабілітації та медико-соціальної медицини

**Актуальність:** Ефективність та безпечність програм кардіореабілітації (КР) підтверджена численними дослідженнями. Показами включення пацієнта до відповідних програм є серцева недостатність, стабільна стенокардія, захворювання периферичних артерій, інфаркт міокарда, аорто-коронарне шунтування, операції на клапанах та трансплантація серця. Продовжується вивчення впливу методів та засобів медичної реабілітації на пацієнтів з іншими серцево-судинними захворюваннями (ССЗ). Основу КР складають аеробні дозовані фізичні тренування. Вид терапевтичних вправ та програма тренування призначається в залежності від особливостей захворювання, толерантності до фізичних навантажень та супутньої патології.

**Мета:** Провести огляд публікацій присвячених вивченню клінічних ефектів аеробних тренувань (АрТр) у пацієнтів з ССЗ.

**Матеріали та методи:** Проаналізовані публікації розміщені в наукометричній базі даних MEDLINE за допомогою електронної пошукової системи PubMed. В результаті пошуку знайдено 5131 публікація за обраною темою, 1649 за останні п'ять років, з них 663 рандомізовані клінічні дослідження (РКД).

**Висновки:** АрТр позитивно впливають на ментальний, функціональний стан та прогноз пацієнта, підвищують якість життя, знижують смертність, підвищують толерантність до фізичних навантажень, нормалізують ліпідний спектр крові та маркери системного запалення, збільшують фракцію викиду лівого шлуночка та максимальний об'єм поглинання кисню. Зважаючи на переконливі результати досліджень та позитивну динаміку публікаційної активності в даному напрямку з піком в 2017 році, можна зробити висновок про ефективність використання АрТр в кардіореабілітації та перспективність вивчення можливостей розширення показів до їх застосування.