

ЛІКУВАЛЬНЕ ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ: ІСТОРІЯ ТА СЬОГОДЕННЯ

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка (м. Полтава)

Лікувальна фізкультура застосовується в медицині з лікувальною та профілактичною метою. Розвинувся цей метод із двох джерел: першим джерелом був фізкультурний рух, а другим – досвід лікувальної гімнастики, накопичений за всі попередні роки її застосування [4]. Ці два джерела були основними у процесі накопичення знань і фактичного матеріалу в ЛФК. Не зважаючи на те, що ЛФК є відносно молодим методом, але має свої корні в далекому минулому.

Фізичні вправи як засіб лікування різних захворювань і з профілактичною метою використовувались уже на ранніх стадіях існування людства. Про це свідчать пам'ятники матеріальної культури стародавніх народів, епос, розвиток народної медицини. Найдавніші рукописи, в яких викладені питання, пов'язані з лікувальною дією рухів, знайдені в Китаї (3000 – 2000 років до нашої ери). В них ішла мова про використання дихальних вправ, пасивних рухів, вправ з опором, масажу. Уявляючи хвороби як результат забруднення соків організму, китайські лікарі розглядали дихальні вправи як засіб очищення соків організму. Фізичні вправи (переважно дихальні) застосовувались також з метою підтримання рівноваги дихання, оскільки останнє є регулятором кровообігу [4]. Таким чином, слід підкреслити, що в історії розвитку лікувальної гімнастики дихальні вправи мають найбільшу давність застосування. У Стародавньому Китаї також були лікарсько-гімнастичні школи, де фізичні вправи використовувались для лікування захворювань органів дихання, кровообігу, хірургічних захворювань (вивихів, переломів, викривлень хребта) [2].

В Індії зародилась одна з найстародавніших систем, яка має пряме відношення до сучасної фізичної культури – хатха-йога – система статичних вправ (поз або асан), яка включає особливі способи дихання і особливий спосіб мислення і має на меті зробити людину «господарем свого світу» [2]. У письмових знахідках Індії – священних книгах Веди (1800 років до н. е.) були виявлені згадки про значення пасивних, активних і дихальних вправ, а також масажу у лікуванні різних захворювань. Індуси приділяли величезне значення застосуванню дихальної гімнастики при різних захворюваннях. Індуські йоги створили систему дихальної гімнастики, яка заснована на затримці дихання на висоті вдиху. Вони були переконані, що затримка повітря сприяє очищенню

соків і відновлює гармонію між диханням, жовчу та кров'ю. Дихальна гімнастика доповнювалась пасивними вправами, розтиранням тіла, купанням у священних водах Гангу і була пов'язана з виконанням релігійних обрядів. Слід зазначити, що з позицій сучасної фізіології затримка дихання на висоті вдиху не може бути виправдана [4], але індуси у вказаний період володіли, без сумніву, великими практичними знаннями, про що свідчить той факт, що багато дихальних вправ з гімнастики йогів застосовуються і у наш час.

Одним з етапів розвитку лікувальної гімнастики є період розвитку грецької культури. У Стародавній Греції активно розвивалось природознавство, медицина, використовувалась лікувальна гімнастика. Слід згадати, що у країні існував культ красивого, сильного тіла, адже саме тут були зароджені Олімпійські ігри. Дуже великого значення надавали у Греції фізичному вихованню дітей. Зазначимо, наприклад, «штатний розклад» одного навчального закладу у місті Теосі (III ст. до н. е.): три учителя словесності, два учителя гімнастики, один учитель музики, один учитель фехтування і один учитель стрільби з лука і метання списа. Тобто вчителі фізичного виховання складали половину штату [2]. Навіть слово «гімназія» походить від грецького «гімназо» – «займаюсь вправами», «треную». Була у Стародавній Греції й медична гімнастика, засновником якої вважається Геродик (V ст. до н. е.), який використовував для лікування піші прогулянки, біг, гімнастику. Однак він призначав біг, ходьбу на декілька десятків кілометрів, боротьбу та інші вправи навіть тяжким хворим. Це грубе застосування фізичних вправ було змінене вченням Гіппократа (460-377 рр. до н. е.), знаменита формула якого «Primum non nocere» (не нашкодь) поставила лікувальну гімнастику на шлях дозованого застосування [4]. Знаменитий грецький лікар увів поняття дози фізичних вправ для хворої людини; фізичні вправи поєднувались з дієтою, масажем та водними процедурами. У працях Гіппократа приводяться методики застосування лікувальної гімнастики при захворюваннях серця, легень, шлунково-кишкового тракту [2].

У Стародавньому Римі досвід застосування фізичних вправ для лікування хворих продовжили Корнелій Цельс (I ст. до н. е.) і Гален (130 – 200 рр. н. е.). Цельс написав трактат «Про медицину», де надавав великого значення фізичним вправам у лікуванні і

профілактиці захворювань. При паралічах рекомендував масаж і спочатку пасивні, а потім активні рухи у ліжку; для відновлення сил під час видужання – прогулянки і масаж [2]. Інший відомий римський лікар Гален також широко використовував фізичні вправи і працетерапію для лікування хворих.

В епоху Середньовіччя (кін. V – поч. XVII ст.) в Європі розвиток наук, в тому числі й медицини призупинився, лікувальна гімнастика відійшла на задній план [4].

На Сході геніальний лікар і вчений Авіцена (980 – 1037 рр.) поглибив і розширив досвід застосування лікувального і профілактичного застосування рухів. Знаменитий лікар вважав фізичні вправи найголовнішим фактором збереження здоров'я [2; 5; 6]. У своїй знаменитій праці «Канон лікарської науки» він теоретично обґрунтував прийом сонячних та повітряних ванн, значення режиму харчування і використання фізичних вправ людьми різного віку; склав своєрідну класифікацію гімнастичних вправ, засновану на силі та швидкості їх виконання; докладно описав ряд гімнастичних та прикладних вправ, підкреслюючи значення гімнастики, пішохідних прогулянок, верхової їзди та ін.; рекомендував застосовувати фізичні вправи для лікування травм та багатьох захворювань; надавав великого значення загально-розвиваючій дії фізичних вправ. Праці Авіцени були перекладені на багато мов світу, а з XII по XVII століття використовувались як керівництво з медицини у європейських університетах [6].

Епоха Відродження характерна розвитком біологічних наук, описової та порівняльної анатомії, фізіології, хірургії. Це сприяло розвитку лікувальної гімнастики. Серед численних робіт того часу відзначається трактат італійського вченого Меркуріаліса «Мистецтво гімнастики» (1556 рік), у якому він розглядав фізичні вправи як частину медицини і поділяв гімнастику на три види: істинну (лікувальну), військову і неправдиву (атлетичну) [5].

У XVIII столітті почали більше уваги приділяти лікуванню рухами, виникла лікарська гімнастика. Було видано вагомі роботи Фуллера «Медична гімнастика» (1750 рік), Ф. Гофмана «Трактат з ортопедії» (1771 рік) і Ж. Тіссо «Медична та хірургічна гімнастика» (1780 рік), якому, до речі, належить відомий вислів: «Рух може замінити будь-які ліки, але жодні ліки не замінять рух» [5].

У ці часи в Росії з'являються роботи, що розкривали значення фізичних вправ у боротьбі за здоров'я підрастаючого покоління, розвивали профілактичний напрямок у медицині (М. В. Ломоносов, П. М. Максимович-Амбодік, І. І. Бецької, О. П. Протасов). Так, відомий виступ в Академії наук (1764 рік) першого російського академіка анатома О. П. Протасова «Про фізичне виховання дітей», а також «Про необхідність рухів для збереження здоров'я» [6]. Праці С. Г. Зибеліна (1777 рік), Петра Богдановича (1792 рік) обґрунтували застосування фізичних вправ не тільки з клінічних, а також з гігієнічних і фізіологічних позицій [5]. Так проф. С. Г. Зибелін виступав у Московському університеті (1777

рік) з доповіддю на тему: «Слово о сложениях тела человеческого и о способах, как оные предохраняют от болезни» [6].

XIX століття відзначилось становленням шведської системи лікарської гімнастики П. Лінга (1776-1839 роки), який заснував у 1813 році у Стокгольмі перший в Європі інститут гімнастики і масажу, де готували педагогів фізичного виховання та медиків-інструкторів з лікарської гімнастики [5]. Змістом системи було лікування захворювань, переважно опорно-рухового апарату, за допомогою суворо обмежених, дозованих рухів. Однак за механолокальний, вузько біологічний, одноманітний характер рухів, за невикористання природних вправ спорту та ігор, особливо при лікуванні дітей, її критикував П. Ф. Лесгафт (1837-1909 роки), який є засновником наукової системи фізичного виховання та динамічної анатомії. Він у 1905 році у Петербурзі організував курси керівників фізичного виховання. Це був перший в Російській імперії навчальний заклад, у якому готували викладачів фізичної культури. Після 1917 року на основі курсів був створений Інститут фізичної культури, що носить його ім'я [5] (нині – Національний державний університет фізичної культури, спорту та здоров'я імені П. Ф. Лесгафта).

Перший кабінет лікувальної гімнастики у Росії було відкрито у 1830 році у Москві, а у 1838 році розпочалась підготовка з лікувальної гімнастики у заснованому Ортопедичному інституті. Значний внесок у розробку і обґрунтування лікарської гімнастики, масажу, працетерапії та водолікування зробили засновники терапевтичної та хірургічної шкіл М. Я. Мудров, М. І. Пирогов та їх послідовники: С. П. Боткін, В. А. Манассеїн, П. І. Д'яконов та ін. [5]. Чіткі переконання С. П. Боткіна про цілісність організму, що знаходиться у нерозривному зв'язку із зовнішнім середовищем і регулюється нервовою системою, стали власне науковими передумовами для обґрунтування лікувальної дії фізичних вправ [6]. Цікаво зазначити, що під впливом прогресивних поглядів про використання фізичних вправ з лікувальною метою в 1870 році в Петербурзі утворилось перше в Російській імперії лікарсько-гімнастичне товариство, головою якого був видатний фізіолог І. П. Павлов [4].

У 60-80-і роки XVIII століття наукова думка та практичні дії вітчизняних вчених випереджали зарубіжних в області лікувальної гімнастики. Підтвердженням цього є фундаментальна доповідь учня М. І. Пирогова проф. Х. Я. Гюббенета на святковому зібранні Київського університету у 1854 році «Про значення гімнастики у житті людини і народів»; видання у 1865 році газети, присвяченої питанням лікувальної гімнастики; заснування у 1870 році першого у Європі лікарсько-гімнастичного товариства у Петербурзі та першої на континенті поліклініки для лікування поранених солдат лікувальною гімнастикою у 1878 році [5].

У 1887 році у Петербурзькому інституті підвищення кваліфікації лікарів відкрився курс, а згодом кафедра фізичних методів лікування та нелікарської

терапії, яку очолив проф. В. А. Штанге – всесвітньо відомий вчений, автор відомої функціональної проби з затримкою дихання [5].

Наприкінці XVIII століття в Одесі Ф. Гребнером створено Інститут механотерапії і лікувальної гімнастики. Цьому закладу належить значна роль у поширенні гімнастики в країні. Практичним підтвердженням цього було впровадження названого засобу у лікувальний процес курортів одеських лиманів та Сак [5].

Наприкінці XIX – на початку XX століття з'являються системи гімнастики, що застосовувалися для лікування різних захворювань. Швед Бранд у 1864 році запропонував систему масажу та лікувальної гімнастики в гінекології. Німецький професор Ертель (1881 рік) розробив метод лікування хвороб серцево-судинної системи шляхом сходження у гірській місцевості (теренкур), а швейцарець Френкель у 1889 році – компенсційну гімнастику для лікування захворювань нервової системи. Видатний російський хірург П. І. Д'яконов уперше в світі запровадив у 1896 році методику ранніх рухів та раннього піднімання після операцій. У 1910 році Зінгер і Гофбауер застосували лікувальну гімнастику при захворюваннях дихальної системи, а Капп (1927 рік) розробив методику коригуючи вправ при викривленнях хребта [5].

Велике значення в обґрунтуванні загальних уявлень про використання засобів та методів фізичної культури у відновному лікуванні мають роботи В. С. Пірусського і лікарів Харківського медико-механічного інституту. Перший розробив вчення про мототерапію із включенням до неї працетерапії і факторів загартування (сонце, повітря, вода) і дав методику їх застосування. Цей комплекс лікування фізичними засобами став основою майбутньої системи відновного лікування [5].

Лікарі Харківського медико-механічного інституту А. Н. Гейманович, В. Д. Чаклін, Ф. В. Лукашевич та інші під керівництвом М. І. Ситенко, зважаючи на досвід лікування фізичними вправами разом з фізіотерапією та працетерапією 1892 хворих з промисловими та військовими травмами у 1910-1916 роках започаткували методику сучасного лікування травм фізичними методами. У 1921 році М. І. Ситенко очолив цей інститут у Харкові і відкрив перший у країні дитячий ортопедичний профілакторій, де широко застосовувалися фізичні методи лікування [5].

Суттєвий внесок у теорію і практику відновних методів лікування зробили український професор В. К. Крамаренко, який видав «Посібник з масажу і лікарської гімнастики» у 1911 році, та співробітники інституту фізичних методів лікування у Севастополі. Інститут був заснований земством у 1914 році і головним завданням його було лікування інвалідів першої світової війни [5].

Таким чином у XX столітті на зміну аналітичній медицині прийшла синтетична, інтегральна медицина. Лікування захворювань поступається місцем лікуванню хворого (антропотерапія) [4]. У зв'язку з цим починають ширше розповсюджуватись ідеї

функціональної терапії і застосовуватись методи, що відповідають ідеям функціонального лікування. Тому лікувальна фізкультура знайшла обґрунтоване визнання і широке застосування. У 1921 році в Харкові вперше в Радянському Союзі створено науково-дослідний інститут фізичної культури. Основним напрямком досліджень його було: вплив фізичних вправ, активного відпочинку на організм людей різного віку [3].

У 1925 році випускається перше керівництво «Фізична культура на курортах СРСР», а у 1926 році виходить перший посібник «Фізична культура як лікувальний метод». З цього часу лікувальна фізична культура почала широко застосовуватись на курортах, головним чином для лікування захворювань серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату та туберкульозу легень [4].

Наступним етапом розвитку лікувальної фізичної культури у Радянському Союзі слід вважати відкриття спеціальних відділень (кабінетів ЛФК) переважно при фізіотерапевтичних і травматологічних, науково-дослідних інститутах, де розроблялись методики застосування лікувальної фізичної культури та готувались кадри. Суттєву роль у розвитку лікувальної фізичної культури відіграли кафедри лікувальної фізичної культури в інститутах удосконалення лікарів [4]. У цей же період (20-і роки XX століття) лікувальна фізична культура починає застосовуватись також в стаціонарах і поліклініках при захворюваннях внутрішніх органів і нервової системи, після операцій на черевній порожнині, в акушерстві та гінекології.

У 1929 році Б. Я. Шимшелевич, В. М. Мошков, Т. Р. Нікітін видали посібник для лікарів та спеціалістів з фізичної культури – «Лікувальна фізична культура», де було дано обґрунтування та методика лікувальної фізкультури при захворюваннях внутрішніх органів [6]. З цього часу термін «лікувальна фізкультура» увійшов у наукову літературу і практику і в подальшому набув статусу державного. У медичних інститутах та інститутах фізичної культури почали готувати фахівців за спеціальностями відповідно: лікар лікувальної фізичної культури, інструктор лікувальної фізичної культури [5]. У 1934 році під редакцією професорів П. О. Купріянова і В. К. Добровольського виходить збірник «Лікувальна фізкультура в стаціонарі», у якому подальший розвиток отримало обґрунтування методу лікувальної фізкультури, наведені методики лікувальної фізичної культури в хірургії, при захворюваннях нервової системи і деяких захворюваннях внутрішніх органів, вперше показана роль фізичних вправ у відновленні працездатності хворих [6].

Завдяки відкриттю науково-дослідних інститутів, спеціалізованих кафедр або курсів лікувальної фізкультури в медичних інститутах та інститутах фізичної культури у 30-х роках розширюються наукові дослідження, розробляються окремі методики. Значний вклад у розвиток лікувальної фізкультури внесли проф. В. В. Горіневський, проф. В. В. Горіневська, проф. В. К. Добровольський, заслужений лікар РСФРР Е. В. Древінг, проф. Б. О. Івановський,

чл. -кор. АМН, проф. В. Н. Мошков, заслужений діяч науки проф. І. М. Саркізов-Серазіні, канд. мед. наук О. О. Шейнберг та ін. [6].

Набутий досвід у методиці та організації лікувальної фізкультури дозволив успішно застосовувати її в роки Великої вітчизняної війни. У комплексі з іншими методами лікування вона забезпечувала більш швидке відновлення працездатності та зменшення інвалідності поранених.

У повоєнні роки розширилося застосування лікувальної фізичної культури при таких захворюваннях як інфаркт міокарду, оперативних втручаннях на серці, легенях, судинах мозку, опіковій хворобі. Була доведена необхідність раннього застосування фізичних вправ при більшості захворювань. У 1946 – 1947 роках почали створюватись лікарсько-фізкультурні центри, зокрема у Києві у 1947 році. Згодом вони були реорганізовані в лікарсько-фізкультурні диспансери. Київський центр перетворено на диспансер у 1953 році, а з 1985 року – Республіканський лікарсько-фізкультурний диспансер. У Києві у 1959 році було створене науково-медичне товариство з лікарського контролю та лікувальної фізкультури, першим головою якого було обрано завідувача кафедрою фізичного виховання та лікувальної фізкультури Київського медичного інституту проф. Г. Й. Красносельського. Завдяки активності українських фахівців вивчались найактуальніші питання співвідношення занять фізичними вправами і здоров'ям. Вивчення впливу виробничої гімнастики на організм людини розпочате в Харківському НДІ фізичної культури (Л. О. Фінк, Е. П. Грибов та ін.) відіграло значну роль в подальшій розробці цих питань у Київському медичному інституті (акад. Г. В. Фольборт, чл. -кор. АМН Г. Х. Шахбазян, проф. І. М. Трахтенберг, проф. І. В. Савицький), Київському інституті геронтології АМН України (проф. І. В. Мурахов, Л. З. Глузман) [3]. Дослідженням питань загартування людини займалися фахівці Криму. В Ялтинському НДІ фізичних методів лікування і медичної кліматології ім. І. М. Сеченова проводили дослідження механізмів оптимальних режимів загартування, а також комплексного використання масажу, фізичних вправ і природних чинників зовнішнього середовища з метою фізичної реабілітації [3].

Теорія лікувальної фізкультури поповнилась працями професорів В. М. Мошкова, С. М. Іванова, В. Є. Васильєвої, С. М. Попова, С. В. Хрущова (Москва), Д. А. Винокурова, О. Г. Дембо, В. К. Добровольського, В. П. Правосудова (Ленінград), О. Ю. Штеренгерца (Одеса), В. М. Максимової (Харків), Т. О. Третілової (Львів), О. В. Кочаровської, В. Т. Стівбуна, Г. Й. Красносельського (Київ) [1; 3; 5]. Останній заснував аспірантуру з лікувальної фізичної культури і лікарського контролю у Київському медичному інституті, підготував багато науковців з цього фаху,

найяскравішими серед яких є організатор Київського науково-дослідного інституту медичних проблем фізичної культури професор І. В. Мурахов та заслужений працівник вищої школи України професор Г. В. Полєся. Під її керівництвом було підготовлено близько 30 кандидатів наук з лікувальної фізичної культури у Київському інституті фізкультури (нині – Національний університет фізкультури і спорту) [1; 3; 5].

Більш поглибленому вивченню методу лікувальної фізичної культури у значній мірі сприяли дослідження біології, фізіології, біохімії та гігієни, з одного боку, і дослідження клінічної медицини – з іншого. Ці дослідження теоретичних і клінічних дисциплін були покладені в основу теорії лікувальної фізичної культури, що дозволило науково зрозуміти значення фізичних вправ і теоретично обґрунтувати використання їх у різних клінічних спеціальностях [4].

У розвиток лікувальної фізкультури в Україні значний внесок зробив академік М. М. Амосов, який на основі власного досвіду та глибоких знань кардіолога дійшов висновку про виняткову роль фізичної тренуваності як найважливішого з усіх відомих засобів зміцнення здоров'я. Праці М. М. Амосова дали значний поштовх дослідженням оздоровчого спрямування фізичної культури і спорту та сприяли розробці методів клінічної діагностики здоров'я, які дозволяють об'єктивно оцінювати результативність будь-яких оздоровчих заходів (професори Г. Л. Апанасенко, С. А. Душанін, В. В. Клапчук, О. А. Пирогова, Л. Л. Іващенко, В. А. Шаповалова). Важливе значення для системи оздоровчого фізичного виховання дітей мають роботи Є. С. Вільчковського, О. Д. Дубогай, М. О. Аляб'євої, В. С. Язловецького. Цікаву методику діагностики фізичного здоров'я дітей та молоді з урахуванням медичних та педагогічних показників, програмно реалізовану в комп'ютерну систему «Школяр», запропонувала проф. В. А. Шаповалова [3].

На сьогодні в Україні науково-дослідницьку роботу в галузі лікувальної фізкультури спрямовують проблемна комісія МОЗ України, кафедра фізичної реабілітації та спортивної медицини Національного медичного університету імені О. О. Богомольця, кафедра спортивної медицини та валеології Національної медичної академії післядипломної освіти (НМАПО), кафедри Дніпропетровської державної медичної академії та Одеського національного медичного університету [3].

Лікувальна фізична культура як метод лікування широко використовується у комплексній терапії більшості захворювань, як наукова дисципліна має достатньо розроблену теорію. Базою для занять є мережа обладнаних кабінетів лікувальної фізичної культури у різних лікувально-профілактичних закладах, де працюють кваліфіковані спеціалісти.

Література

1. Журавлева А. И. История развития лечебной физкультуры в нашей стране во второй половине XX века / А. И. Журавлева // Лечебная физкультура и массаж. – 2005. – № 3. – С. 45-52.
2. Милукова И. В. Большая энциклопедия оздоровительных гимнастик / И. В. Милукова, Т. А. Евдокимова, под общ. ред. проф. д-ра мед. наук Т. А. Евдокимовой. – М.: АСТ; СПб.: Сова, 2007. – 991 с.

3. Москаленко В. Ф. Історія розвитку спортивної медицини та лікувальної фізкультури в Україні / В. Ф. Москаленко // Лікарська справа. – 2000. – № 3-4. – С. 3-6.
4. Мошков В. Н. Краткий исторический очерк развития лечебной физкультуры / В. Н. Мошков // Лечебная физкультура и массаж. – 2005. – № 2. – С. 47-53.
5. Мухін В. М. Фізична реабілітація / В. М. Мухін. – К.: Олімпійська література, 2000. – 424 с.
6. Учебник инструктора по лечебной физкультуре: учебник [для ин-тов физ. культ.] / Под ред. В. П. Правосудова. – М.: ФиС, 1980. – 415 с.

УДК 615. 825(092)

ЛІКУВАЛЬНЕ ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ: ІСТОРІЯ ТА СЬОГОДЕННЯ

Мироненко С. Г.

Резюме. Матеріал статті охоплює період від появи перших літературних джерел Стародавнього світу (до н. е.) про використання фізичних вправ з лікувальною метою до сучасності, зокрема, ХХ століття – періоду організаційного оформлення лікувальної фізкультури у нашій країні, а також подальшого розвитку лікувальної фізкультури в Україні у ХХІ столітті. Названі видатні вчені минулого та сучасності, які успішно працювали над теорією та методиками лікувальної фізкультури, коротко охарактеризована сутність та значення їх досліджень; викладено данні щодо основних наукових закладів, де проводились і нині тривають перспективні дослідження з лікувальної фізкультури.

Ключові слова: історія лікувальної фізкультури, фізичні вправи, науково-дослідна робота, розвиток лікувальної фізкультури в Україні.

УДК 615. 825(092)

ЛЕЧЕБНОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

Мироненко С. Г.

Резюме. Материал статьи охватывает период от появления первых литературных источников Древнего мира (до н. э.) об использовании физических упражнений с лечебной целью до современности, в частности, ХХ века – периода организационного оформления лечебной физкультуры в нашей стране, а также дальнейшего развития лечебной физкультуры в Украине в ХХІ веке. Названы выдающиеся ученые прошлого и современности, которые успешно работали над теорией и методиками лечебной физкультуры, коротко охарактеризованы суть и значение их исследований; изложены данные относительно научных заведений, где проводились и сейчас продолжают перспективные исследования в области лечебной физкультуры.

Ключевые слова: история лечебной физкультуры, физические упражнения, научно-исследовательская работа, развитие лечебной физкультуры в Украине.

UDC 615. 825(092)

Physical Therapy: the History and Today

Myronenko S. G.

Abstract. Therapeutic physical training is used in medicine with curative and preventive purpose. This method has been arisen from two sources: the first source was sports movement and the second one was the experience in therapeutic exercises, accumulated during the preceding years of their application.

The oldest manuscripts, considering the issues related to therapeutic effect of motions were found in China (3000-2000 B. C.). They told about application of breathing exercises, passive movements, exercises with support and message. Hatha Yoga, being one of the oldest systems, which has a direct relation to the current physical culture, originated in India. The period of Greek culture evolution is considered to be one of the stages of the development of therapeutic exercises. In ancient Greece, natural science and medicine, along with therapeutic exercises, was actively developed. Hippocrates' (460-377 B. C.) famous formula «Primum non nocerae» (do no harm) put therapeutic exercises on the graduated application. In ancient Rome the experience of application of physical exercises for the patients' treatment was followed by Cornelius Celsus (I B. C.) and Galen (130-200 B. C.). In the East Avicenna (980-1037), the genius physician and scientist, deepened and expanded experience of the therapeutic and prophylactic application of movements. The era of the Renaissance is characterized by the development of biological sciences, descriptive and comparative anatomy, physiology and surgery. This contributed to the development of therapeutic exercises.

In 60-80-ies of the XVIII century scientific thought and practical action of domestic scientists passed ahead of foreign ones in the field of therapeutic exercises, as evidenced by the fundamental report «About the importance of gymnastics in the human life», made by Professor Gubbenet Kh. Ya., a follower of Pirogov M. I., at the festive gathering of the Kyiv University in 1854; a newspaper, published in 1865, devoted to the issues of therapeutic exercises; foundation of the first European medical exercises society in St. Petersburg in 1870 and the first continental clinics for treatment of wounded soldiers by therapeutic exercises in 1878. Studies of Piruskiy V. S. and physicians from

Kharkiv Medical-Mechanical Institute are of great importance in grounding of general ideas as for application of means and methods of physical training in medical rehabilitation.

He was the first who developed the theory of mototherapy, including ergotherapy and tempering factors (the sun, air and water) and provided with the application methodology. This complex of medical treatment by physical means became the basis of a future system of medical rehabilitation.

In the XX century analytical medicine was replaced by synthetic, integral one. Treatment of diseases gave way to treatment of patient (anthropotherapy). In 1921 Physical Training Research Institute was founded in Kharkiv for the first time in the Soviet Union. The main focus of the research was: the impact of physical exercise and recreation activity on the organism of people of different age.

The theory of physiotherapy has been replenished by the studies of Professors V. M. Moshkov, S. M. Ivanov, V. Ye. Vasilyeva, S. M. Popov, S. V. Khruschov (Moscow), D. A. Vinokurov, O. G. Dembo, V. K. Dobrovolskiy,

V. P. Pravosudov (Leningrad), O. Yu. Shterengerts (Odessa), V. M. Maksimova (Kharkiv), T. O. Tretilova (Lviv), O. V. Kocharovska, V. T. Stovbun,

G. Y. Krasnoselsiy (Kyiv). The latter founded postgraduate school in therapeutic physical training and medical supervision at Kyiv Medical Institute, trained many scientists in this field, the most prominent of them is Professor Muravov I. V., who is the founder of Kyiv Research Institute of Medical Problems in Physical Training and Professor Polesya G. V., the Honored High School Worker of Ukraine. Under her supervision nearly 30 PhDs in Therapeutic Physical Training have been trained at Kyiv Institute of Physical Training (nowadays renamed at National University of Physical Training and Sport).

Currently in Ukraine the scientific research in the field of therapeutic physical training is being directed by the Problem Commission of Ministry of Public Health of Ukraine, Department of Physical Rehabilitation and Sport Medicine at National Medical University, named after O. O. Bogomolets, Department of Sport Medicine and Health Studies at National Medical Academy of Postgraduate Education (NMAPE), Department at Dnepropetrovsk National Medical Academy and Odessa National Medical University.

Therapeutic physical training, as the treatment mode, is widely used in complex therapy of major diseases, as well as academic discipline, has rather developed theory. The facility for study is the network of equipped study-rooms for therapeutic physical training at multiple medioprofilactic institutions, employing skilled specialists.

Key words: history of therapeutic physical training, physical exercises, scientific research, development of therapeutic physical training in Ukraine.

Рецензент – проф. Олійник С. А.

Стаття надійшла 3. 04. 2014 р.