

**Міністерство освіти і науки України  
Одеська національна академія харчових технологій**



**Десята  
Всеукраїнська  
науково-практична конференція  
молодих учених та студентів  
з міжнародною участю**



**ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ  
ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ**

**29 вересня – 1 жовтня 2017 року**

**Одеса**

## ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ НАРКОЗАЛЕЖНИХ

**Кадун К. О., студентка II курсу факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту  
Київський університет імені Бориса Грінченка  
м. Київ**

Науковий керівник – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної реабілітації та біокінезіології **Неведомська Євгенія Олексіївна.**

Актуальність дослідження обумовлена статистичними даними за 2016 рік: в Україні перебувають на обліку 100 тисяч наркоманів; за оцінками незалежних експертів кількість наркозалежних в Україні – 1,5-2 мільйони осіб; наркоманія в Україні збільшується на 8% за рік – тенденція, одна з найвищих у світі; 70% наркоманів – молоді до 25 років; жіноча наркоманія в Україні у відсотковому співвідношенні – найвища в Європі. Ці дані свідчать, що Україна послідовно прямує до національної катастрофи: кількість наркозалежних зростає в геометричній прогресії. В нашій країні існує думка, що колишніх наркоманів не буває, проте, якщо після свідомого припинення вживання наркотиків наркоману на допомогу прийшов фізичний реабілітолог, його можна повернути у нормальне життя.

Мета дослідження полягає у доведенні необхідності фізичної реабілітації для наркозалежних. Відомо, що наркотики пошкоджують не тільки мозок і психічну діяльність, але і всі внутрішні органи і фізіологічні системи організму. Тому наркоманів після свідомої відмови від наркотиків може спасти реабілітація – психологічна, соціальна і фізична. Фізична реабілітація забезпечить відновлення фізичного здоров'я наркозалежного та його працездатності, зруйнованих у результаті вживання наркотиків. Фізична реабілітація є частиною комплексної терапії. Її застосовують на всіх етапах реабілітації, вдало поєднують як з медикаментозною, так і з психотерапією. Етапи реабілітації: 1) детоксикація – виведення з організму людини залишків наркотичних речовин, зняття загальної інтоксикації та абстинентного синдрому; 2) відновлення організму, яке відбувається за допомогою методів фізичної реабілітації, що залежать від рівня ускладнення, а також в сукупності з терапією супутніх наркоманії захворювань (ВІЛ, гепатит, венеричні інфекції, параноя, депресія тощо); 3) соціальна адаптація – поступовий вихід пацієнта в соціальне середовище, налагодження зв'язків, влаштування на роботу; 4) соціально-педагогічний супровід на перших етапах нового, самостійного життя.

Фізичний реабілітолог допоможе наркозалежному скласти комплекс фізичних вправ для відновлення нормальної роботи всіх фізіологічних систем організму. Але головною метою виконання фізичних вправ є те, що вони стимулюють вироблення в організмі ендорфінів, які й будуть стимулювати відповідні центри проміжного мозку, викликаючи приємні (ейфоричні) відчуття.

Висновки: 1) наркоманію в Україні можна зупинити профілактичною роботою, наполегливою роз'яснювальною роботою з молоддю загальноосвітніх та вищих навчальних закладів, а також програмою реабілітації, зокрема фізичної реабілітації; 2) колишні наркомани бувають, адже після припинення вживання наркотиків їм на допомогу прийде фізичний реабілітолог.

### Література

1. Неведомська Є.О., Кадун К.О. Наркоманія серед молоді та як її уникнути / Євгенія Олексіївна Неведомська, Карина Олегівна Кадун // «Первый независимый научный вестник». – № 19. – 2017. – С. 10 – 14.