

სამაგისტრო პროგრამა

„რეაბილიტაცია სპორტში“

საკითხები მისაღები გამოცდისათვის სპეციალობაში



1. ფიზიკური და სარეაბილიტაციო მედიცინის მოდელი, რეაბილიტაციის პროცესი;
2. უნარშეზღუდულობა და რეაბილიტაციის პრინციპები, რეაბილიტაციის ამოცანები და შედეგები;
3. სარეაბილიტაციო გეგმა და სარეაბილიტაციო მართვის ძირითადი პრინციპები, მულტიდისციპლინური რეაბილიტაციის გუნდი;
4. ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციის ფუნქციონირების საერთაშორისო კლასიფიკაცია (I-IV დონე);
5. სარეაბილიტაციო ინტერვენციის ძირითადი მეთოდები ფიზიკურ მედიცინასა და რეაბილიტაციაში;
6. ფიზიკური ფაქტორების კატეგორიები, ფიზიკური ფაქტორების როლი რეაბილიტაციაში, ძირითადი ჩვენებები, უკუჩვენებები და გამოყენების შეზღუდვები;
7. ფიზიკური ფაქტორის შერჩევა, ფიზიკური ფაქტორების ეფექტები და გამოყენება მტკიცებითი მედიცინის ძირითადი პრინციპების საფუძველზე;
8. ანთება და დაზიანებული ქსოვილების აღდგენა, ანთების ფაზები, მწვავე და ქრონიკული ანთება;
9. ფიზიკური ფაქტორების გამოყენება მწვავე და ქრონიკული ანთების მკურნალობაში;
10. საყრდენ-მამოძრავებელ სისტემაში შემავალი ქსოვილების აღდგენის სპეციფიკა;
11. მოძრაობის შეზღუდვის მკურნალობა ფიზიკური ფაქტორების გამოყენებით;
12. თერმული ფაქტორები: თერმული ენერჯის ფიზიკური პრინციპები. კრიოთერაპია, გამოყენების პრინციპები, კრიოთერაპიის ჩვენებები და უკუჩვენებები; სითბოს ეფექტები, ზედაპირული სითბოს გამოყენების პრინციპები, ჩვენებები და უკუჩვენებები;
13. ულტრაბგერა, ულტრაბგერის ეფექტები, ულტრაბგერის კლინიკური გამოყენება და ტექნიკა, ულტრაბგერის ჩვენებები და უკუჩვენებები;
14. ელექტრული დენები, კატეგორიები, ეფექტები, ჩვენებები და უკუჩვენებები, გამოყენების ტექნიკა;
15. ელექტრომაგნიტური გამოსხივება: ლაზერი და სინათლე, ეფექტები, გამოყენების ტექნიკა, ჩვენებები და უკუჩვენებები;

16. ფიზიკური აქტივობის შეზღუდულობა სპორტული დაზიანების დროს; რეაბილიტაციის პრინციპები სპორტში; სპორტული დაზიანებების პრევენცია;
17. ფიზიკური ფაქტორების გამოყენება სპორტული დაზიანების რეაბილიტაციაში;
18. სამკურნალო ფიზიკური ვარჯიშებით გათვალისწინებული მოძრაობების შესრულების ტექნიკა. სტატიკური და დინამიკური მოძრაობების ტექნიკა. სამკურნალო ვარჯიშების დაყოფა ანატომიური ნიშნით;
19. კონცენტრული, ექსცენტრული, იზოტონური, იზოკინეტიკური, იზომეტრული, აქტიური, პასიური და აქტიური დახმარებით სამკურნალო ვარჯიშები;
20. მოძრაობის სიფართის (ROM) ცნება და სახსრებში მოძრაობის ფუნქციის შეფასება;
21. რეზისტენტული ვარჯიშები, აერობული ვარჯიშები და ვარჯიშები კოორდინაციაზე;
22. ვარჯიშების სიხშირე, ხანგრძლივობა და ინტენსივობა, სერიები და გამეორებები, მათი შერჩევა პროცედურის ეფექტური დოზირების მიზნით;
23. სამკურნალო ვარჯიშები ზედა კიდურებისათვის და მხრის სარტყელის კუნთების ძალისა და მოქნილობის განვითარებისათვის; ვარჯიშები შესაბამის სახსრებში მოძრაობის ამპლიტუდის გაზრდისათვის;
24. სამკურნალო ვარჯიშები ქვედა კიდურებისათვის, მათი გამოყენება სისხლის მიმოქცევისა და სახსრების ფუნქციის გაძლიერებისათვის;
25. სამკურნალო ვარჯიში პოსტოპერაციულ პერიოდში;
26. ბიოლოგიური ენერგეტიკული სისტემები, მეტაბოლური ადაპტაცია ფიზიკურ დატვირთვაზე;
27. ნეიროკუნთოვანი ადაპტაცია ფიზიკურ დატვირთვაზე. მოძრაობის ნერვული კონტროლი, სენსომოტორული ინტეგრაცია;
28. გულ-სისხლძარღვთა სისტემის ადაპტაცია ფიზიკურ დატვირთვაზე; კარდიო-რესპირატორული გამძლეობა, გამძლეობის სიმძლავრის შეფასება;
29. ანაერობული სიმძლავრის შეფასება, აერობული სიმძლავრის შეფასება, ჟანგბადის სუბმაქსიმალური და მაქსიმალური მოხმარება. მაქსიმალური აერობული სიმძლავრის ტესტირება, დანიშნულება და პროცედურა;
30. ფიზიკური რეაბილიტაცია გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების დროს, განსაზღვრება, მიზნები და ამოცანები;
31. გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების მქონე პაციენტების ადაპტაცია ფიზიკურ დატვირთვებზე; გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების მქონე პაციენტების სტრესს ტესტი და ტოლერანტობა ფიზიკური დატვირთვის მიმართ;

32. კორონარული არტერიების დაავადების რისკ ფაქტორები, რისკის სტრატეფიკაცია; ფიზიკური ვარჯიშების დანიშვნა გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების დროს; შედეგის შეფასების სპეციფიკა კარდიოვასკულურ რეაბილიტაციაში;
33. სიმსუქნე, მეტაბოლური სინდრომი;
34. არტერიული ჰიპერტენზია, გამოკვლევა, რეაბილიტაციური მეთოდები. ფიზიკური ვარჯიშების დანიშვნა ჰიპერტონიის მქონე პაციენტთათვის;
35. მიოკარდის ინფარქტი, რეაბილიტაცია პოსტინფარქტულ პერიოდში; მიოკარდის ინფარქტის შემდგომი რეაბილიტაციის ფაზები; გულის უკმარისობის მქონე პაციენტების რეაბილიტაცია;
36. რეაბილიტაცია გულ-სისხლძარღვთა ქირურგიული ინტერვენციების შემდეგ; კარდიოვასკულური დაავადებების პრევენცია (პირველადი, მეორეული);
37. პერიფერიული სისხლძარღვების დაავადებები. არტერიების ოკლუზიური დაავადებები, სარეაბილიტაციო მართვა, ფიზიკური ვარჯიშის სამკურნალო როლი;
38. ვენური უკმარისობა; ქვედა კიდურების ქრონიკული წყლულები/ვარიკოზული წყლულები, სარეაბილიტაციო ღონისძიებები;
39. ფიზიკური ინტერვენციები ლიმფური შეშუპების დროს, კომპრესიული თერაპია ლიმფური შეშუპების დროს, მანუალური ლიმფოდრენაჟი, კომპლექსური თერაპია;
40. სასუნთქი სისტემის მწვავე და ქრონიკული ობსტრუქციული და რესტრიქციული პათოლოგიები. სასუნთქი სისტემის დაავადებების რეაბილიტაციის ძირითადი პრინციპები;
41. სუნთქვითი თერაპია: სასუნთქი გზების რეგულაცია, სუნთქვითი ვარჯიშის სტრატეგია და სუნთქვის ტექნიკა; გულმკერდის ფიზიკური თერაპია - პოსტურალური დრენაჟი, გულმკერდის პერკუსია და ვიბრაცია;
42. ფიზიკური რეაბილიტაცია საყრდენ-მამოძრავებელი სისტემის ტრავმული დაზიანების დროს; საყრდენ-მამოძრავებელი სისტემის დაზიანების ფუნქციური შეფასება; საყრდენ-მამოძრავებელი სისტემის დაზიანებისას სარეაბილიტაციო პროგრამის შედგენის ძირითადი პრინციპები;
43. კუნთების ფუნქციის შეფასება: ძალა, ტონუსი და კუნთების ზომა;
44. ამოვარდნილობის, ქვეამოვარდნილობის, დაჟეჟილობის, ჰემატომის და შეშუპების სარეაბილიტაციო მართვა;
45. რეაბილიტაციის ძირითადი პრინციპები მხრის დაზიანებების დროს;
46. რეაბილიტაციის ძირითადი პრინციპები მუხლის დაზიანებების დროს;
47. რეაბილიტაციის ძირითადი პრინციპები კოჭ-წვივის სახსრის დაზიანებების დროს;

48. ხერხემლის დეფორმაციები: სქოლიოზი, ლორდოზი, კიფოზი. სქოლიოზის კლასიფიკაცია, იდიოპათიური სქოლიოზის დიაგნოსტიკა, პროგნოზი, მკურნალობის და რეაბილიტაციის მიზნები და მეთოდები;

49. წელის ტკივილი და მასთან დაკავშირებული სარეაბილიტაციო სტრატეგიები. რეაბილიტაცია წელის დისკექტომიის დროს. სპონდილოლისტეზი და მისი რეაბილიტაცია;

50. სარეაბილიტაციო მართვის ძირითადი პრინციპები მენჯისა და მუხლის ენდოპროთეზირების შემდგომ.

რეკომენდებული ლიტერატურა:

- სვანიშვილი რ., კახაბრიშვილი ზ. სპორტული მედიცინა და კინეზოთერაპია. თბილისი, 2010.



ადაპტირებული თარგმანის სახით (ხელმისაწვდომია თსსუ-ის ფიზიკური მედიცინის

დეპარტამენტის ბიბლიოთეკაში):

- Grant Cooper. Essential Physical Medicine and Rehabilitation, Humana Press, 2006;
- Michelle H. Cameron. Physical Agents in Rehabilitation. From Research to Practice. SAUNDERS, Elsevier, 3rd ed, 2009.
- Wilmore J.H., Costill D.L., Kenney W.L. □ Physiology of sport and exercise. Human Kinetics, 5th ed, Human Kinetics, 2012.