

Міністерство освіти і науки України
Львівський національний університет імені Івана Франка

ТЛУМАЧНИЙ СЛОВНИК
ТЕРМІНІВ І ПОНЯТЬ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ТА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Укладачі

Р. Р. Сіренко,
О. Ф. Павлишин,
І. В. Савка

Львів
ЛНУ імені Івана Франка
2018

УДК 8.11.161.2'373.46:796

Т 48

Рецензенти:

канд. біол. наук, доц. *Г. М. Тимченко*
(Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна);

канд. мед. наук, доц. *В. Є. Лаєринюк*
(Східноєвропейський національний університет імені
Лесі Українки);

канд. наук з фізич. виховання і спорту, доц. *А. В. Огнистий*
(Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка)

*Рекомендовано Вченою радою
Львівського національного університету
імені Івана Франка
(Протокол № 40/4 від 29 квітня 2015 р.)*

Т 48 **Тлумачний словник термінів і понять фізичної культури і
фізичної реабілітації** / Р. Р. Сіренко, О. Ф. Павлишин,

І. В. Савка. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2018. – 226 с.

ISBN 978-617-10-0434-4.

У словнику подано визначення загальноновживаних термінів і понять фізичного виховання і спорту, фізичної реабілітації та медичних термінів.

Для фахівців фізичного виховання, реабілітологів та студентів.

УДК 8.11.161.2'373.46:796

© Сіренко Р. Р., Павлишин О. Ф.,
Савка І. В., 2018

© Львівський національний університет імені
Івана Франка, 2018

ISBN 978-617-10-0434-4

ВСТУП

Терміни і поняття у сфері фізичного виховання і спорту повинні пояснювати структуру і характер рухової діяльності людини, тобто акумулювати функції пояснювальні, видові, командні та інші. Особливість термінологічного апарату в тому, що він, зазвичай, специфічний для окремих наукових проблем, навчальних предметів, видів спорту.

Фізичне виховання і спорт має значну за обсягом наукову термінологію (терміни фізіології, анатомії, біомеханіки тощо), технічну (при описі спортивних споруд, комплексів тренажерів, спортивних снарядів, екіпіровки спортсменів, термінологію вимірювальних систем (спортивної метрології), номенклатурні назви (наприклад, ті, що характеризують види спорту), терміни – команди (дають змогу керувати діяльністю осіб, які займаються фізичними вправами), терміни методики навчання і тренування, терміни, що прогнозують результати навчально-тренувального процесу та спортивних змагань тощо.

У словнику подано тлумачення понять, які широко використовують під час навчально-виховного процесу для студентів спеціального медичного відділення.

У ВНЗ доцільно осучаснювати фізичне виховання. Викладачі зобов'язані володіти необхідним рівнем знань про особливості організації та методики роботи зі студентами, зокрема спеціальних медичних груп.

Організація і методика навчального процесу зі студентами спеціальних медичних груп має свої особливості і лише при глибокому осмисленні цього процесу можна ефективно і правильно використовувати ті можливості, які є в навчальних закладах для успішної роботи з такими студентами.

Перед упорядниками словника стояло завдання у невеликій за обсягом книжці дати пояснення загальноповживаних термінів та понять фізичного виховання та спорту, фізичної реабілітації та медичних термінів.

Словник задовольнить потреби широкого кола, насамперед, фахівців фізичного виховання, реабілітологів, студентів, викладачів спеціальних медичних груп.

Авторський колектив буде вдячний читачам, які висловлять свої зауваження та пропозиції і цим сприятимуть подальшому вдосконаленню словника.

- А -

АБАЗІЯ – нездатність ходити, спричинена розладами рівноваги тіла або руховими розладами нижніх кінцівок (паралічі, гіперкінези, м'язові спазми).

АБДУКТОР – м'яз, який уможливорює відведення кінцівки.

АБДОМІНАЛЬНИЙ – черевний.

АБДУКЦІЯ – віддалення від середньої лінії тіла.

АБЕРАЦІЯ – помилка, вада, дефект, відхилення від норми.

АБІОЗ – знижена життєздатність органа або системи, ослаблення функції внаслідок вродженої слабкості.

АБІОТИЧНИЙ – неорганічний.

АБІОТИЧНІ ЧИННИКИ – сукупність чинників неорганічної природи (фізичних, хімічних тощо), які відіграють певну роль у житті організму.

АБІОТРОФІЯ – знижена життєздатність органа або системи організму.

АБСОЛЮТНА М'ЯЗОВА СИЛА – напруження, що розвивається м'язом під час його максимального скорочення; вимірюється вагою тягача, який треба застосувати, щоб перешкодити скороченню м'яза під час максимального подразнення.

АБСТРАКЦІЯ – уявне відокремлення певних ознак або зв'язків предметів та явищ для виділення суттєвих рис; теоретичне узагальнення досвіду, процес розумової діяльності людини.

АБСЦЕС – запалення тканини з утворенням обмеженого гнійного осередку, оточене грануляційною тканиною.

АБУЛІЯ – відсутність волі, патологічна відсутність бажань.

АВІТАМІНОЗ – вітамінна недостатність.

- А -

АВТОІНФЕКЦІЯ – самозараження; хвороба, яка зумовлена патогенною мікрофлорою власного організму.

АВТОМАТИЗМ (у фізіології) – здатність органа або окремих клітин до ритмічної, періодичної діяльності без очевидного зв'язку з зовнішніми спонукальними причинами, наприклад, скорочення серця, петлі кишки, мерехтіння "війок" деяких епітеліальних клітин тощо. Формою автоматизму, який виникає в результаті закріплення умовно-рефлекторних зв'язків, є стереотипні дії, що відбуваються пасивно (напр., рух нижніх кінцівок під час ходьби, бігу).

АВТОМАТИЗАЦІЯ РУХІВ – завершальний етап формування рухової навички (рухової реакції оператора на діючий подразник). У процесі багаторазового видовження усвідомлене регулювання окремих рухів і дій поступово знижується і переходить на неусвідомлюваний рівень, при цьому знижується роль сенсорного контролю за виконанням рухів, відбувається часткова автоматизація регулювання і здійснення доцільних рухів і дій.

АВТОФІЛІЯ – самозакоханість; впевненість у своїй надзвичайній вроді та виняткових розумових здібностях.

АВТОФЛОРА – мікроорганізми у тілі здорової людини.

АГАСТРІЯ – вроджена відсутність шлунка.

АГЕВЗІЯ – втрата смакових відчуттів.

АГЕНЕЗІЯ (аплазія) – недорозвиток, вроджена відсутність цілого або частини органа.

АГІРІЯ – вроджена відсутність звивин кори великих півкуль головного мозку.

АГІТОФАЗІЯ – швидке, квапливе, малозрозуміле мовлення, простежується в стані психічного збудження.

АГЛІКЕНОЗ – спадкове захворювання, зумовлене відсутністю ферменту, що відповідає за синтез глікогену- уридин- дифосфат глюкозо-глікогентрансферази (глікогенсинтетази).

- А -

АГНОЗІЯ – порушення зорового, слухового, дотикового сприймання в результаті ураження кори головного мозку.

АГОНІСТ — м'яз, унаслідок скорочення якого відбувається рух певної частини тіла. Коли м'яз-агоніст скорочується, м'яз-антагоніст розслаблюється. Наприклад, під час згинання ліктя біцепс – агоніст, а трицепс — антагоніст.

АГОНІСТИ – в анатомії та фізіології – пара або дві групи м'язів, що викликають в якому-небудь суглобі рухи в протилежних напрямках, наприклад згинання і розгинання кінцівок; пара нервів, які при збудженні роблять протилежний вплив на іннервований орган. Так, подразнення блукаючого нерва спричиняє уповільнення серцевого ритму, ослаблення скорочень серцевого м'яза, а подразнення симпатичного нерва зумовлює протилежні явища (прискорення серцевого ритму і т. д.). Антагоністичними є два основні активні нервові процеси – збудження і гальмування.

АГОНІЯ – передсмертний стан організму, для якого характерне піднесення активності компенсаторних механізмів, що спрямовані на боротьбу зі згасанням життєвих сил. Агонія триває 2–4 хвилини, інколи більше.

АГРАВАЦІЯ – перебільшення хворим окремих симптомів захворювання.

АГРАНУЛОЦИТОЗ – захворювання, яке характеризується значним зменшенням або відсутністю зернистих лейкоцитів.

АГРЕСИВНІСТЬ – психічне явище, що виявляється у заподіянні шкоди, болю кому-небудь.

АДАПТАЦІЯ – пристосування організму до динамічних умов зовнішнього та внутрішнього середовища.

АДАПТАЦІЯ ЗОРОВА – пристосувальна зміна чутливості ока до різних умов освітлення. За характером пристосування ока до світлового подразника виокремлюють два види А.з.:

- А -

1) Світлову, що залежить від сили і яскравості світлового подразника. Якщо зоровий аналізатор функціонує нормально, вона відбувається швидко (50–60 с.); 2) Темнову, процес якої повільніший, досягає максимуму на третій годині від початку. Залежить від швидкості перебігу фотохімічної реакції в сітківці ока. Вимірюють А.з. спеціальними приладами – адаптометрами.

АДАПТАЦІЯ СЛУХОВА – пристосування слухового аналізатора до дії звукового подразника, яке виявляється у зміні особливостей сприймання звуків під час і після дії цього подразника. Тривала дія подразника спричиняє слухову втому, що виявляється у зниженні слухової чутливості, зумовленої підвищенням порогів слуху.

АДДУКТОР – привідний м'яз.

АДЕНІТ – запалення залози чи лімфатичних вузлів.

АДЕНОЗ – ураження залози.

АДЕКВАТНИЙ – відповідний, тотожний, рівноцінний.

АДЕНОЇДИ – патологічне розростання (гіпертрофія) глоткового (носоглоткового) мигдалика, який міститься на задньо-верхній стінці носоглотки. Зумовлюють періодичне або постійне закладання носа зі значними виділеннями, хронічний нежить, утруднене носове дихання, порушення фонації, зниження слуху.

АДЕНОМА – доброякісна пухлина, яка розвивається із залозистого епітелію.

АДИНАМІЯ – безсилля, слабкість, кволість, зменшення чи припинення рухової активності організму, окремого органа в результаті порушень нервово-м'язового апарату.

АДРЕНАЛІН – гормон мозкового шару надниркових залоз.

АДРЕНАЛОПАТІЯ (адренопатія) – патологія надниркових залоз.

АДРЕНОМЕГАЛІЯ – значне збільшення надниркових залоз.

- А -

АЗОТИСТИЙ БАЛАНС – різниця між кількістю азоту, що потрапляє в організм із їжею та кількістю, що виводиться з організму.

АЕРОБІКА – комплекс оздоровчих фізичних вправ, котрі виконують у супроводі музики. Інша назва – ритмічна гімнастика.

АЕРОБНА РИТМІЧНА ГІМНАСТИКА – виконання вправ на витривалість (25–45 хвилин) без перерви на відпочинок під музику чи без неї, вправи виконують одна за одною за методом “нон-стоп”, що створює тривале аеробне навантаження.

АЕРОІОНОТЕРАПІЯ – метод лікувального впливу на організм людини електрично зарядженими газовими молекулами (аеронами) чи комбінованими газовими молекулами і молекулами води (гідроаеронами).

АЕРОТЕРАПІЯ – метод кліматотерапії, що ґрунтується на впливі чистого повітря з лікувальною та профілактичною метою.

АКІНЕЗІЯ – нерухомість; параліч рухів; нездатність виконувати довільні рухи.

АКІНОМЕТРІЯ – вимірювання ступеня втрати рухів.

АКЛІМАТИЗАЦІЯ – пристосування організму до нових кліматичних умов.

АКОМОДАЦІЯ – пристосування ока до чіткого бачення предметів на різній відстані; у фізіології – пристосування збудливих тканин (нервової та м'язової) до дії повільно наростаючого за силою подразнення; у гістології – зміна форми і співвідношення клітин у тканинах у процесі пристосування до змінених умов.

АКРОДИНІЯ – рідкісне захворювання нервової системи, яке виявляється у своєрідних вегетативних і соматичних порушеннях, а також розладах психіки.

АКРОМЕГАЛІЯ – різке збільшення пропорцій частин тіла, зумовлене значним підвищенням секреції гормону росту (кисті рук, стопи, губи, вуха, язик, ніс).

- А -

АКРОТИЗМ (асфігмія) – відсутність або невідчутність пульсу під час пальпації.

АКСЕЛЕРАЦІЯ – прискорений фізичний та фізіологічний розвиток дітей та підлітків.

АКСЕЛЕРОМЕТРІЯ – інструментальна методика, що дає змогу вимірювати прискорення загального центру маси тіла людини та окремих його біологів під час виконання рухів.

АКСОН – відросток нейрона, що передає імпульси від тіла нейрона.

АКТИВНІСТЬ – здатність живих організмів долати або використовувати зовнішній вплив для реалізації своїх потреб, об'єктивно реагувати на чинники зовнішнього середовища.

АКТИВНА ГНУЧКІСТЬ – здатність людини виконувати вправи з максимальною амплітудою унаслідок власних м'язових зусиль.

АКТИН – білок м'язових клітин; молекулярна маса близько 70 000; виділяють дві форми: глобулярна і фібрилярна.

АКТИНОМІКОЗ – хронічне інфекційне неконтагіозне захворювання людини і тварини, яке спричиняють променисті грибки.

АКТИНОТЕРАПІЯ – лікування ультрафіолетовим опромінюванням.

АКТОГРАМА – графічний запис рухової активності людини.

АКТОГРАФІЯ – метод графічної реєстрації рухової активності та її змін у часі.

АКТУАЛІЗАЦІЯ – відтворення в пам'яті засвоєних знань, уявлення життєвого досвіду.

АКУПРЕСУРА – метод рефлексотерапії: дія пальцями на біологічно активні точки.

- А -

АКУПУНКТУРА (голковколювання) – один із методів рефлекторної терапії, що полягає в дії на функції організму з лікувальною метою різних за силою, характером і тривалістю подразнень у певних точкових зонах, які розміщені в шкірі і прилеглих тканинах голови, обличчя, тулуба і кінцівок. Загальна кількість точок – 693.

АКУРАТНІСТЬ – риса характеру, яка виражається в умінні пунктуально виконувати ту чи іншу діяльність (ретельність, точність і старанність). Виявляється також у зовнішньому вигляді, у дотриманні особистої гігієни, режиму дня тощо.

АКЦЕПТОР РЕЗУЛЬТАТІВ ДІЇ – фізіологічний апарат передбачення й оцінки результатів дії.

АЛЕРГЕН – антиген, який спричиняє алергію.

АЛЕРГІЯ – стан (реакція) підвищеної чутливості організму до різних речовин зовнішнього та внутрішнього середовища .

АЛКАЛОЗ – порушення кислотно-лужного балансу, співвідношення між аніонами кислот та катіонами крові. Розрізняють алкалоз метаболічний, який виникає в результаті порушення обміну речовин і накопичення в організмі метаболітів із лужними властивостями, а також газовий (дихальний, респіраторний), зумовлений надмірною елімінацією вуглекислоти.

АЛЬГОМІОКЛОНІЯ – судомне болюче посмикування м'язів при невралгіях.

АЛЬВЕОЛЯРНЕ ПОВІТРЯ – повітря, що міститься в легневих альвеолах.

АЛЬТЕРАЦІЯ – зміна структури і функції клітин, тканин та органів під впливом шкідливих агентів, внаслідок чого розвиваються різноманітні процеси (від дистрофії до некрозу).

АЛЬТРУЇЗМ – безкорисливе прагнення людини допомагати іншим.

АМАВРОЗ – повна сліпота зі збереженням зрачкової реакції на світло внаслідок ураження ЦНС.

- А -

АМАСТІЯ – аномалія розвитку; відсутність однієї або обох грудних залоз.

АМБІДЕКСТРИ – особи, які однаково успішно володіють обома руками.

АМБЛЮПІЯ – зниження гостроти зору внаслідок ураження орбітальної частини зорового нерва.

АМБУЛАТОРНЕ ЛІКУВАННЯ – лікування хворого вдома або під час відвідування ним лікувальної установи.

АМЕЛІЯ – відсутність кінцівок.

АМЕНОРЕЯ – відсутність менструацій у період статевої зрілості жінки.

АМЕНЦІЯ – потьмарення свідомості з розладом орієнтування, безладністю мислення, мови і рухів.

АМІМІЯ – відсутність або послаблення міміки, зумовлені захворюваннями нервової системи.

АМІНОКИСЛОТИ – органічні сполуки, що об'єднують властивості кислот та амінів, містять карбоксильну групу – COOH і аміногрупу – NH₂. Мають виняткове значення для життєдіяльності організму, оскільки є основними структурними компонентами молекул білків.

АМІОТОНІЯ (міатонія, атонія, млявість м'язів) – значне зниження м'язового тону, ненормальна розтяжність м'язів.

АМНЕЗІЯ – порушення пам'яті, втрата здатності зберігати й відновлювати набуті раніше знання.

АНАБІОЗ – стан організму, під час якого життєві процеси тимчасово припиняються або уповільнюються.

АНАБОЛІЗМ – сукупність хімічних процесів у живому організмі, які спрямовані на утворення складових елементів клітин і тканин.

- А -

АНАЕРОБНІ ВПРАВИ – короткочасні інтенсивні рухові дії, під час яких організм відчуває (гіпоксію) нестачу кисню. Ці вправи виконують за рахунок енергії, накопиченої у м'язах, і на відміну від аеробних вправ не потребують кисню (що надходить під час дихання). Всі швидкокісно-силові вправи належать до анаеробних. Гранична тривалість їх менше 1–2 хв. Наприклад, важка атлетика, будь-який тип спринту, стрибки зі скалкою, подолання крутих підйомів, інтервальні тренування, ізометричні вправи, будь-яка інша активність, пов'язана зі швидкими або важкими фізичними навантаженнями, заняття на силових тренажерах, виконання вправ зі спортивними снарядами (штанги і гантелі).

АНАЛГЕЗІЯ – ослаблення або відсутність больової чутливості, нечутливість до болю.

АНАЛІЗ – 1) метод пізнання, наукового дослідження предметів, явищ, властивостей та ін. унаслідок розчленування їх на складові частини. 2) визначення складу і властивостей якої-небудь речовини, дослідження їх.

АНАЛОГІЯ – 1) подібність, схожість у чому-небудь між предметами, явищами, поняттями. 2) висновок, зроблений на підставі подібності предметів, явищ, понять.

АНАМНЕЗ – відомості про стан хворого, історія розвитку хвороби.

АНАРТРІЯ – порушення мовленнєвої артикуляції унаслідок паралічу мовно-рухових м'язів.

АНАСТОМОЗ – сполучення між нервами, м'язами кровоносними або лімфатичними судинами; у клініці анастомозом називають штучні або такі, що виникли внаслідок захворювання, сполучення між трубчастими органами.

АНАФІЛАКСІЯ – стан різко підвищеної чутливості організму, що розвивається у разі повторного введення чужорідних білків і сироваток, медикаментів, після укусів перетинчастокрилих.

- А -

Одне з найбільш небезпечних алергічних ускладнень, що закінчується приблизно в 10–20% випадків летально. Швидкість виникнення анафілактичного шоку від декількох секунд або хвилин до 2 годин від початку контакту з алергеном.

АНГЕРІЯ – відсутність реакції організму на будь-які подразники.

АНГІДРОЗ – відсутність потовиділення унаслідок недорозвитку або функціональної неповноцінності потових залоз. Розрізняють ангідроз природжений і набутий, гострий і хронічний, вогнищевий і генералізований.

АНГІТ – запалення судин різної етіології.

АНГІНА – 1) гостре інфекційне запалення лімфатичної тканини горла з ознаками загального отруєння організму; 2) спастичний стискальний біль за грудиною, зумовлений гострою коронарною недостатністю; 3) напад болю в черевній порожнині, зумовлений недостатністю кровопостачання внаслідок порушення прохідності артерій.

АНГІОБЛАСТОМА (ангіосаркома) – злоякісна пухлин, яка розвивається з елементів стінки кровоносних або лімфатичних судин.

АНГІОГРАФІЯ – рентгенологічне дослідження контрастованих кровоносних і лімфатичних судин.

АНГІОМА – доброякісна пухлина, що розвивається з кровоносних (гемангіома) або лімфатичних (лімфангіома) судин.

АНГІОКЕРАТОМА – доброякісна пухлина шкіри, утворення може бути бородавчастим або поліпoidним. Виділяють різні типи.

АНГІОПАТІЯ – порушення тонуусу кровоносних судин, зумовлене розладом нервової регуляції, яке виявляється у періодичних спазмах та дистонії.

АНДРОГЕНИ – чоловічі статеві гормони та їхні синтетичні аналоги, стимулюють розвиток вторинних чоловічих статевих ознак.

- А -

АНГІОНЕВРОЗ – невроз судин; розлад іннервації кровоносних судин; судинна дистонія, зумовлена порушенням функції вегетативної нервової системи; характеризується раптовою блідістю або почервонінням шкіри, гострим набряком, пітливістю, відчуттям жару, оніміння тощо.

АНЕВРИЗМА – патологічне випинання витонченої ділянки серця або судини. Може бути ускладненням інфаркту міокарда, атеросклерозу, сифілісу та інших захворювань. Формування аневризми, переважно судин головного мозку, спричинюють також вроджені дефекти судинної стінки.

АНЕМІЯ – (*залізодефіцитна, сидероахрестична, гемолітична, B_{12} -дефіцитна, апластична*) – клініко-гематологічний синдром, пов'язаний зі зменшенням кількості еритроцитів і гемоглобіну в одиниці об'єму крові.

АНЕСТЕЗІЯ – 1. відсутність чутливості (дотичної, больової, температурної, виникає при ураженні чутливих нервів або мозку (спинного чи головного), часто виникає при істеричному неврозі (має функціональний характер), а також ураженнях центральної та периферичної нервової системи (органічного походження). 2. Усунення відчуття болю за допомогою лікарських засобів або дії фізичних чинників.

АНКІЛОЗ – нерухомість у суглобі унаслідок патологічних змін (запалення, внутрішньосуглобові переломи з руйнуванням суглобових поверхонь).

АНІЗОРЕФЛЕКСІЯ – відмінність у рефlekсах лівого і правого боку тіла.

АНІЗОАНГІОТОНІЯ – нерівномірність тону судин кінцівок, що призводить до різного артеріального і венозного тиску та пульсу на правій і лівій кінцівках.

АНКІЛОТІЯ – аномалія розвитку: відсутність зовнішнього слухового ходу.

- А -

АНОВАРІЯ – аномалія розвитку: відсутність яєчників.

АНОЗОГНОЗІЯ – неусвідомлення або заперечення хворим своєї хвороби.

АНОМАЛІЯ – відхилення від норми в структурі чи функції організму загалом або його частин; аномалія може бути вродженою і набутою.

АНОКСІЯ – нестача кисню а організмі або в окремих органах, тканинах, крові.

АНОПІЯ – повна сліпота або недорозвиток органів зору.

АНОРЕКСІЯ – невротичний синдром, що характерний переважно для дівчат підліткового і юнацького віку, відсутність апетиту, відмова від їжі. Це призводить до значної втрати ваги, аменореї, зміни звичок тощо, виснаження – смертельно небезпечно для організму. Анорексія невротична пов'язана з поведінковими і психічними розладами.

АНОСМІЯ – втрата нюху, яка може бути вродженою або набутою внаслідок центрального чи периферичного ураження нюхового аналізатора.

АНТАГОНІСТ – 1) орган або речовина, що має цілком протилежну функцію або дію; 2) м'яз, в анатомії м'яз із протилежною дією щодо іншого м'яза (наприклад, м'яз-згинач відносно до розгинача); 3) лікарська речовина, здатна усувати дію іншої; ксенобіотик, який під час взаємодії з певним типом рецепторів не зумовлює або припиняє прояви закодованих у них реакцій.

АНТЕНАТАЛЬНИЙ ПЕРІОД – період внутрішньоутробного розвитку плода з моменту утворення зиготи до початку пологів.

АНТИБІОТИК – речовина мікробного, тваринного, рослинного чи напівсинтетичного походження, яка пригнічує розвиток або знищує мікроорганізми; антибіотики використовують для лікування інфекційних захворювань.

- А -

АНТИГЕН – білок, що несе чужорідну для організму інформацію; речовина, зазвичай органічного походження, що має ознаки генетичної відмінності, у разі введення в організм викликає специфічний імунний ефект. Імунна система розпізнає цю речовину як чужорідну і виробляє антитіла для боротьби з нею. В класичній імунології до антигенів відносять віруси, бактерії, мікроскопічні гриби, клітини тваринного походження.

Антигени містять у собі протеїни, що розташовані на поверхні бактерій, вірусів і гранул пилка. Протеїни несумісних груп крові чи тканин також поводяться як антигени, що треба враховувати при переливанні крові та пересадці органів.

АНТИДЕПРЕСАНТИ – природні продукти і лікарські препарати, які вибірково впливають на психічну, інтелектуальну, емоційну, вольову і поведінкову сфери особистості. Деякі класифікації антидепресантів ґрунтуються на принципах їх хімічного складу, інші – на фармакологічній динаміці, якісь – на клінічному ефекті. Найчастіше за характером дії на центральну нервову систему (ЦНС) людини антидепресанти поділяють на 6 видів: 1) нейролептики, які зменшують швидкість проведення збудження в різних відділах ЦНС, мають виражену заспокійливу дію, придушують страх, агресивність, марення, галюцинації, психомоторне збудження; 2) транквілізатори – вибірково впливають на підкоркові емоційні центри. Унаслідок їх застосування відбувається зменшення емоційної напруженості, відчуття тривоги, страху, дратівливості, застосовують їх у процесі лікування неврозів; 3) седативні засоби – знижують процеси збудження в ЦНС, використовують їх у лікуванні різних невротичних розладів; 4) антидепресанти – різні за хімічних складом і механізмами дії, які підвищують активність ЦНС, поліпшують настрій, знімають тривогу; 5) психостимулятори – лікарські препарати, які стимулюють вищу нервову діяльність, що призводить до тимчасового підвищення розумової і фізичної працездатності, зниження сонливості, втоми, поліпшення настрою; 6) психотоміметики

- А -

– зумовлюють різні галюцинації, марення та інші психічні розлади. У сучасній фармакології синтезують нові види антидепресантів, які вибірково впливають на людську психіку і поведінку (пам'ять, працездатність тощо)

АНТИПАТІЯ – почуття неприязні, огиди, відрази до кого і чого-небудь, яке виникає через розбіжності в поглядах, смаках, манерах поведінки, морально-психологічних якостях людей.

АНТИСЕПТИКА – метод лікування інфікованих ран із використанням хімічних (йод, перекис водню), фізичних (ультрафіолетове опромінення) та біологічних засобів.

АНТИСКЛЕРОТИЧНИЙ ЕФЕКТ ФІЗИЧНОГО ТРЕНУВАННЯ – зміни жирового обміну та функцій ендокринних залоз (ендокринно-метаболічний антисклеротичний ефект) під впливом тривалих (близько години) фізичних навантажень через певні проміжки часу (2–3 рази на тиждень) при пульсі 120 – 130 уд/хв.

АНТИТІЛА – складні білки – імуноглобуліни плазми крові, які синтезуються клітинами лімфоїдної тканини у разі дії різноманітних антигенів.

АНТРОПОЛОГІЯ – наука про походження і розвиток людини.

АНТРОПОМЕТР – інструмент для вимірювання проекційних розмірів людського тіла (зросту), його окремих частин.

АНТРОПОМЕТРІЯ – сукупність методів вимірювання морфологічних і фізіологічних особливостей тіла людини (зріст, маса тощо).

АНТРОПОСКОПІЯ – методика вивчення розмірів та форми тіла людини.

АНУРІЯ – припинення надходження сечі в сечовий міхур.

АОРТА – головна артерія великого кола кровообігу, яка постачає артеріальною кров'ю усі частини тіла.

- А -

АОРТАЛЬНА РЕГУРГІТАЦІЯ – надходження під час діастоли частини крові з аорти в лівий шлуночок.

АОРТИТ – запалення стінок аорти.

АОРТО-КОРОНАРНЕ ШУНТУВАННЯ – створення штучного анастомозу між висхідною аортою і коронарною артерією в місці її звуження.

АПАРАТ – 1) сукупність органів або їхніх систем, різних за будовою та розвитком і об'єднаних спільною функцією; 2) сукупність систем органів різних за будовою.

АПАРАТИРЕОЗ – вроджена відсутність парацитоподібних за-
лоз, простежується тетанія, ураження шкіри, розвивається катаракта, знижений вміст кальцію в крові.

АПАРАТОТЕРАПІЯ – лікування за допомогою різних механічних пристроїв.

АПАТІЯ – відсутність емоцій, інтересів, бажань, байдужість до себе, оточуючих людей і подій, бездіяльність.

АПЕСКОГРАФІЯ – метод дослідження серцевої діяльності шляхом реєстрації ультразвукових частотних коливань стінки грудної клітки в ділянці верхівкового поштовху.

АПЕНДИЦИТ ГОСТРИЙ – запалення червоподібного відростка товстої кишки.

АПЛАЗІЯ – вроджена вада розвитку, відсутність органа, його частини, ділянки тканини, частини тіла.

АПНОЕ – зупинка дихання, дихальна пауза.

АПРАКСІЯ – порушення здатності виконувати звичні дії і рухи, виникає внаслідок ураження певних ділянок кори головного мозку.

АПРІОРИ – знання, що передують досвіду; знання, яке не потребує підтвердження досвідом.

- А -

АРАХНОЇДИТ – запалення м'яких мозкових оболонок головного мозку зі значним ураженням павутинної оболонки.

АРГУМЕНТАЦІЯ – раціональний спосіб переконання.

АРИТМІЯ – порушення нормального ритму серця.

АРОМАТЕРАПІЯ – використання ефірних олій у лікуванні.

АРТЕРІЇ – кровоносні судини, по яких циркулює кров від серця до усіх органів і тканин.

АРТЕРІАЛЬНА ГІПЕРТЕНЗІЯ – підвищення артеріального тиску: систолічного – до рівня >140 мм рт. ст. чи діастолічного – до рівня > 90 мм рт. ст. за даними не менше двох вимірювань за методом Короткова з інтервалом не менше 1 тижня.

АРТЕРІАЛЬНА ОСЦИЛОМЕТРІЯ, ОСЦИЛОГРАФІЯ – метод графічного запису артеріального тиску чи візуальної реєстрації коливань тиску в манжеті, що стискує кров'яну судину (осцилометрія). Запис осцилограми при одночасному аускультативному визначенні артеріального тиску за Коротковим дає змогу отримати додаткові дані про судинну реактивність. У процесі аналізу артеріальної осцилограми визначають систолічний, діастолічний і середній тиск, а також осцилографічний індекс. За цим показником визначають судинний тонус.

АРТЕРІАЛЬНИЙ ПУЛЬС – періодичні поштовхоподібні коливання стінки артерії, що виникають унаслідок викиду крові з серця під час його скорочення.

АРТЕРІАЛЬНИЙ ТИСК – тиск крові на стінки артерій. Розрізняють систолічний (максимальний) артеріальний тиск у момент серцевої систоли й максимального підйому пульсової хвилі; діастолічний (мінімальний) тиск під час діастоли і спаду пульсової хвилі; пульсовий тиск є різницею між систолічним і діастолічним артеріальним тиском.

АРТЕРІАЛЬНИЙ ТИСК ВИСОКИЙ – рівень артеріального тиску (130–139 мм рт. ст. - систолічний, 85–89 мм рт. ст. - діастолічний).

- А -

столічний), при якому встановлено підвищення ризику розвитку серцево-судинних ускладнень порівняно з оптимальним і нормальним артеріальним тиском.

АРТЕРІАЛЬНИЙ ТИСК НОРМАЛЬНИЙ – рівень артеріального тиску (120–129 мм рт. ст. – систолічний, 80–85 мм рт. ст. – діастолічний), ризик розвитку серцево-судинних ускладнень – мінімальний.

АРТИКУЛЯЦІЯ – фізіологічний процес формування звуків мовлення, взаємодія мовних органів людини, необхідна для вимовляння окремих звуків і їх комплексів.

АРТИКУЛЯРНИЙ АПАРАТ – анатомічні структури, які забезпечують жування, ковтання, мовлення.

АРТРАЛГІЯ – біль в одному чи кількох суглобах.

АРТРИТ – запалення суглоба чи окремих його елементів, найсильніше виявляється у васкуляризованій частині – синовіальній оболонці, а потім переходить на хрящ. Причинами запального процесу суглобів (артритів) можуть бути: ревматизм; колагенози; порушення обміну речовин; специфічні інфекційні захворювання; хронічні осередки інфекції; гострі інфекції.

АРТРОЗ – дегенеративно-дистрофічні захворювання суглобів. Процес починається зі зменшення тургора та еластичності хряща. Згодом відбувається його прогресивне заміщення сполучною тканиною, суглобова поверхня порушується, змінюється навантаження на неї, посилюється окостеніння за межами суглобової поверхні, що спричиняє остеофіти (кісткові вирости).

АРТ-ТЕРАПІЯ – сукупність терапевтичних методів із застосуванням прийомів художньої діяльності – малювання, танці, музика, поезія, театральна гра, читання, риторика, з метою усунення дефекту.

АСЕПТИКА – метод профілактики інфекції шляхом знезаражування всіх предметів, які контактують із ранною.

- А -

АСИМЕТРІЯ – відсутність чи порушення закономірного розміщення подібних частин тіла щодо визначеної осі точки чи площини.

АСИМІЛЯЦІЯ – засвоєння організмом речовин, що надходять із навколишнього середовища.

АСИСТОЛІЯ – відсутність скорочень серцевого м'яза, що спричиняє розлад серцевої діяльності, припинення кровообігу.

АСТАЗІЯ – порушення статики, зумовлені розладом координації рухів без паралічів і парезів.

АСТЕНІК – людина, для якої характерна певна будова тіла: високий зріст, довга і вузька грудна клітка, довга шия, худорлявість, слабо розвинені м'язи .

АСТЕНІЯ – безсилля, слабкість, стан, що характеризується підвищеною втомлюваністю, частою зміною настрою, дратівливістю, вегетативними розладами та порушенням сну.

АСТИГМАТИЗМ – поєднання в оці різних видів рефракції або різних ступенів рефракції даного виду, при цьому кривизна рогівки у вертикальній площині більша, ніж у горизонтальній. Якщо ця різниця не перевищує 0,5 діоптрій, то астигматизм фізіологічний.

АСТМА – гострий напад ядухи, що розвивається внаслідок спазму бронхів або внаслідок серцевої (переважно лівошлуночкової) недостатності – серцева астма.

АСФІКСІЯ – ядуха; патологічний стан, що зумовлений кисневим голодуванням і надлишком вуглекислого газу у крові й тканинах.

АСЦИТ (ГІДРОПЕРИТОНЕУМ) – накопичення рідини у черевній порожнині внаслідок захворювання серця, печінки, нирок, зокрема онкологічних патологій печінки та яйників.

АТАКСІЯ – порушення координації рухів, які зумовлені ураженням спинного мозку, порушенням діяльності мозочка, вестибулярного апарату тощо.

- А -

АТЕЛЕКТАЗ – відсутність повітря в легеневих альвеолах.

АТЕЛОМІЄЛІЯ – недорозвиток якої-небудь частини спинного мозку.

АТЕРОСКЛЕРОЗ – хронічне захворювання, яке характеризується потовщенням інтими великих і середніх артерій та утворенням у них ліпідних бляшок, розростанням сполучної тканини.

АТЛЕТИЗМ – високий рівень фізичного розвитку; система фізичних вправ для розвитку м'язів.

АТОНІЯ – ослаблення тонуусу, еластичності й збудливості тканин та органів (шлунка, кишок, м'язів тощо).

АТОПІЯ – генетично визначена схильність до патологічних імунних реакцій у відповідь на дію алергенів.

АТРОФІЯ – прижиттєве зменшення об'єму органів, тканин, клітин, що супроводжується ослабленням або припиненням їхньої функції. Розрізняють фізіологічну (вікову інволюцію) і патологічну атрофію.

АТРОФІЯ М'ЯЗІВ – поступове переродження м'язових волокон, зменшення їхньої скорочувальної здатності. Може бути важливим симптомом у разі спадкових нервово-м'язових захворювань, при ендокринній та онкологічній патології, хронічних інфекціях, тривалому постільному режимі.

АУДІОМЕТРІЯ – дослідження особливостей слуху за допомогою спеціальних електроакустичних приладів – аудіометрів.

АУСКУЛЬТАЦІЯ – метод дослідження хворих і прослуховування звукових явищ в організмі – тонів серця, шумів дихання, перистальтики.

АУТИЗМ – хворобливий стан психіки людини, що характеризується заглибленням у світ власних переживань із послабленням або втратою зв'язку з дійсністю, відсутністю прагнення до спілкування з іншими людьми; втрата контакту з оточенням; замкнутість.

- А -

АУТОГЕННЕ ТРЕНУВАННЯ – методика мотивованого психогігієнічного, психопрофілактичного та психотерапевтичного впливу людини на себе засобом самонавіювання у стані релаксації (розслаблення) з метою позитивного впливу на свій настрій, почуття, наміри, волю.

АФЕКТ – сильний і відносно короткочасний емоційний стан, що пов'язаний із різкою зміною важливих для людини життєвих обставин і супроводжується різко вираженими змінами в свідомості особистості, порушенням контролю над діями. Афект розвивається у критичних умовах, коли людина не здатна знайти вихід із небезпечної ситуації, що виникла непередбачено.

АФЕКТАЦІЯ – штучне збудження, неприродність у поведінці, манерах, жестах; надмірна піднесеність мовлення.

АФЕРЕНТАЦІЯ – передавання аферетних (доцентрованих) нервових імпульсів від рецепторів до нейронів кори головного мозку і їхній частковий аналіз.

АФЕРЕНТАЦІЯ ЗВОРОТНА – імпульси, що надходять у кору головного мозку під час виконання рухів, сигналізують про швидкість, силу, напруження м'язів.

АФІЛАЦІЯ – потреба у спілкуванні та емоційних контактах; виявляється у намаганні бути членом групи, брати участь у спільній діяльності, допомагати іншим та приймати допомогу від них.

АФОНІЯ – втрата голосу, беззвучність.

АХІЛІЯ ШЛУНКА – відсутність у шлунковому соку соляної кислоти та ферментів.

АХОНДРОПЛАЗІЯ – недостатній ріст хрящових тканин.

АЦИДОЗ – порушення кислотно-лужної рівноваги в організмі, збільшення вмісту аніонів летких та нелетких кислот.

БАГАТОЦЕНТРОВЕ КЛІНІЧНЕ ВИПРОБУВАННЯ – дослідження, що відбувається більш як в одному лікувально-профілактичному закладі згідно єдиного протоколу.

БАЗАЛЬНИЙ – розміщений на основі; належить до основи, основний.

БАЗАЛЬНІ ЯДРА (базальні ганглії) – скупчення нервових клітин у глибині великих півкуль головного мозку, які беруть участь у корекції складного рухового акту і формуванні емоційно-афективних реакцій.

БАЗЕДОВА ХВОРОБА – хвороба, спричинена підвищеною функцією щитовидної залози. Від прізвища німецького лікаря К. Базедова, який описав патологію.

БАЗИЛЯРНОЇ АРТЕРІЇ СИНДРОМ – різні поєднання порушень свідомості, центральних паралічів (парезів) кінцівок, розладів чутливості, симптомів псевдобульбарного паралічу та ураження черепних нервів, які зумовлені розладами кровообігу в базилярній артерії або в окремих її галузках.

БАЗАЛЬНИЙ КОМПОНЕНТ ДРУГОЇ СИГНАЛЬНОЇ СИСТЕМИ – кінестезичні подразнення органів мовлення (за І.П. Павловим).

БАЗОФОБІЯ – нав'язлива боязнь ходьби.

БАЗОВА ОСВІТА – суспільно необхідний рівень загальноосвітньої підготовки, який передбачає різнобічний розвиток і ціннісно-етичну орієнтацію особистості, формування загальнокультурної основи її подальшої освіти, громадянського та професійного становлення.

БАКТЕРИД – загальна назва шкірних висипів інфекційно-алергічного походження.

БАКТЕРИЦИДИ – речовини, здатні вбивати бактерії та інші мікроорганізми.

БАКТЕРІУРІЯ – наявність у сечі великої кількості бактерій.

Бактерія – 1) прокаріотичний одноклітинний мікроорганізм, який містить нуклеоїд, цитоплазматичну мембрану і щільну клітинну стінку; розмножується поперечним поділом; 2) мікроорганізм паличкоподібної, кулястої або спіралеподібної форми.

БАЛІСТОКАРДІОГРАФІЯ – один із методів дослідження механічної діяльності серця, який ґрунтується на реєстрації ритмічних коливань тіла людини, що виникають під час скорочення серця і викидання крові в магістральні судини.

БАЛЬНЕОТЕРАПІЯ – застосування природних та штучно приготованих мінеральних вод із лікувально-профілактичною метою. Мінеральні води призначають з метою лікування внутрішніх органів та зовнішньо (ванни, душі, купання в басейнах з мінеральною водою). Використовують мінеральні води різного хімічного складу та фізичних властивостей.

БАР'ЄР ПСИХОЛОГІЧНИЙ – психічний стан людини, що виявляється як неадекватна її пасивність. Причинами виникнення психологічних бар'єрів можуть бути новизна й небезпечність ситуації, несподівана або негативна інформація, відсутність гнучкості й швидкості мислення. Б.п. – це внутрішня перешкода, яка виникає у ділових і міжособистісних відносинах і створює труднощі під час встановлення відкритих і довірливих стосунків. Б.п. посилює негативні переживання й установки (страх, тривога, відчуття провини, низька самооцінка тощо).

БАР'ЄРНА ФУНКЦІЯ – здатність організму людини і тварини за допомогою особливих фізіологічних механізмів (бар'єрів) захищати своє внутрішнє середовище (кров, лімфу, тканинну рідину) від зовнішньої дії і зберігати відносну постійність його складу, хімічних, фізичних та біологічних властивостей.

Умовно виділяють зовнішні бар'єри (шкіра, дихальна ситсема, травна система, нирки) і внутрішні – гісто-гематичні бар'єри.

БАТИКАРДІЯ – низьке розміщення серця.

БАРОРЕЦЕПТОРИ – нервові закінчення у кровоносних судинах, які реагують на зміну тиску.

БАРБИТУРАТИ – лікарські речовини, похідні барбітуратової кислоти, які застосовують як снодійний, протисудомний та наркотичний засоби.

БАРОТРАВМА – ушкодження органів, які містять повітря або газу (барабанна порожнина, приносіві пазухи, легені, кишкки), зумовлені різкою зміною барометричного тиску.

БАРОФОБІЯ – нав'язлива боязнь піднімання ваги.

БАСЕЙНИ ЛІКУВАЛЬНІ – споруди для лікувальної гімнастики у воді, дозованого плавання, купання. Глибина для дорослих – 1,2–1,5 м, для дітей – 0,8–1 м., з рівномірним пониженням.

БЕЗСОННЯ – різні за патогенезом і клінічною характеристикою розлади сну. Виявляється у скороченні тривалості нічного сну, пізньому засинанні, ранньому пробудженні, багаторазовому перериванні сну протягом ночі. При порушеннях сну просежуються: 1) відсутність імпульсів із лобних долей головного мозку, що призводить до безсоння; 2) виникнення розладів рефлексів, які забезпечують послідовність сну; 3) емоційне напруження, яке перешкоджає блокаді синхронізуючих таламічних імпульсів; 4) зміни м'язового тону; 5) розлади функції гіпоталамічного центру сну.

БЕЗУМОВНИЙ РЕФЛЕКС – відносно постійна стереотипна, вроджена реакція організму на дії зовнішнього та внутрішнього середовища. Розрізняють харчовий, захисний, статевий, орієнтувально-дослідницький, рефлeksi внутрішніх органів та рефлeksi при подразненні м'язів і сухожилків.

- Б -

БЕКА СИМПТОМ – при пасивному відведенні плеча, ротації плечового суглоба до середини, випрямленні у ліктьовому суглобі та пронації передпліччя виникає біль, ознака плечового плекситу.

БЕКА СИНДРОМ – неврологічний симптомокомплекс, що розвивається внаслідок закупорки передньої спинномозкової артерії.

БЕРІ-БЕРІ – аліментарний поліневрит; хвороба, яка виникає у разі нестачі вітаміну В1 в організмі або в результаті порушення його утилізації, розвиваються м'язові атрофії, тяжкі розлади серцево-судинної системи.

БЕШИХА – гостре інфекційне захворювання шкіри, спричинене стрептококом; характеризується високою температурою та почервонінням шкіри.

БІЛАТЕРАЛЬНІСТЬ – двобічна симетрична будова організму у хребетних тварин і людини, що виявляється у парності основних аналізаторів (бінокулярний зір, біоуральний слух, диригівний нюх, бімануальний дотик) і півкуль головного мозку (права і ліва півкулі). Поступово сформувалася і закріпилася в процесі біологічної еволюції живих організмів для повнішого сприйняття середовища і пристосування в ньому.

БІЛІРУБІН – один із жовчних пігментів жовтогарячого кольору. Виділяється з жовчю в кишечник. Вміст білірубину у крові й сечі має діагностичне значення.

БІНОКУЛЯРНИЙ ЗІР – зорове сприйняття двома очима.

БІОЕНЕРГЕТИКА – галузь біології, що досліджує механізми перетворення енергії в процесах життєдіяльності організмів. Охоплює проблеми термодинаміки біологічних систем, джерел енергії для процесів, що відбуваються в організмах, потоків енергії в біологічних системах, проблеми дихання, бродіння, фотосинтезу, скорочення м'язів, активного переміщення речовин в організмі, електричних, хімічних, осмотичних явищ та регуляції біоенергетичних процесів.

БІОЛОГІЧНИЙ ВІК – вік організму, який відображає онтогенетичну зрілість індивідуума, його працездатність і характер адаптивних реакцій: критерії біологічного віку – морфологічні, функціональні та біологічні показники, діагностичний ступінь яких змінюється залежно від етапів постнатального онтогенезу; морфологічні критерії біологічного віку – скелетна зрілість (строки осифікації скелета), зубна зрілість (прорізування і зміна зубів), зрілість форм тіла (пропорції), розвиток первинних і вторинних ознак; функціональні критерії біологічної зрілості – показник, який відображає зрілість нервової системи, опорно-рухового апарату і вегетативних систем; біохімічні показники біологічної зрілості – критерії гормонального і ферментативного профілю дітей.

БІОЛОГІЧНІ РИТМИ – циклічні коливання інтенсивності й характеру біологічних процесів, властиві майже усім рослинам, тваринам і людині, деяким ізольованим органам та окремим клітинам. Зумовлені впливом зовнішніх і внутрішніх факторів (зміни освітленості, температури, магнітне поле, сезонні і сонячно-місячні впливи, *нейрогуморальні* процеси тощо). Біоритми психічної активності людини пов'язані з ритмічною дією трьох циклів – фізичного (23 дні), емоційного (28 днів) та інтелектуального (33 дні), кожний з яких має сприятливі і несприятливі фази.

БІОЛОГІЧНО АКТИВНА РЕЧОВИНА – загальна назва органічних сполук (ферментів, гормонів, вітамінів тощо), які специфічно впливають на будь-які функції організму.

БІОПСІЯ – метод прижиттєвих проб тканин для мікроскопічного аналізу.

БІЦЕПС – двоголовий м'яз передньої частини плеча, згинає передпліччя у ліктьовому суглобі, бере участь у відведенні та згинанні руки у плечовому суглобі, супінує передпліччя.

БІЦЕПС-РЕФЛЕКС – згинання передпліччя, яке зумовлене перкусією сухожилка двоголового м'яза. Згасання рефлекса свідчить про ураження сірої речовини спинного мозку, передніх і

- Б -

задніх корінців у ділянці відповідних сегментів або м'язово-шкірного нерва.

БЛАСТЕМА – 1) Будь-яка частина живої тканини, здатна до новоутворень; 2) Скупчення однорідних клітин на поверхні рани після ампутації органа.

БЛЕФАРИТ – запалення країв повік. Ознаками простого є почервоніння та припухлість країв повік, утворення лусочок, стомлюваність очей, особливо під час роботи увечері. При виразковому блефариті утворюються дрібні гнійники, пізніше – виразки, що спричиняються до випадіння вій. Причини блефариту – подразнення очей, хронічні кон'юнктивіти, недокрів'я, туберкульоз, захворювання шлунково-кишкового тракту, порушення обміну речовин тощо. Розвитку блефариту сприяють астигматизм, далекозорість.

БЛОКАДА СЕРЦЯ – порушення функції провідності серця унаслідок сповільнення або припинення поширення по серцю імпульсу збудження. Блокада може виникнути на різних рівнях. Залежно від цього розрізняють блокаду: а) сино-аурикулярну (сино-атріальну); б) внутрішньопередсердну; в) передсердно-шлуночкову; г) внутрішньошлуночкову.

БЛУКАЮЧИЙ НЕРВ – один із черепномозкових нервів, що має велику ділянку поширення і складне розгалуження волокон. Іннервує тверду мозкову оболонку, слизову оболонку кореня язика, шкіру випуклої поверхні вухної раковини і задньонижньої стінки зовнішнього слухового проходу, органи травлення та дихальної системи, серце, селезінку, надниркові залози, нирки, щитоподібну, парашитоподібну, вилочкову залози.

БЛЮВАННЯ – викидання вмісту шлунка чи стравоходу через рот або ніс, зумовлене подразненням глотки, травного каналу, жовчовивідних шляхів, очеревини або нервових стовбурів.

БОЛЬОВІ ТОЧКИ – ділянки на поверхні тіла, при натиску на які або у разі струсу їхньої зони виникає больова реакція.

- Б -

БОРОДАВКА – доброякісне розростання клітин надшкіри й власне шкіри, спричинене вірусом папіломи людини; розрізняють звичайну, або просту; плоску або юнацьку і шпильясту бородавку (кондилому). Передається контактно.

БОТУЛІЗМ – гостра кишкова інфекційна хвороба, спричинена токсином бактерії *Clostridium botulinum*.

БРАДИКАРДІЯ – зменшення частоти скорочень серця нижче 60 ударів за хвилину.

БРАДИКІНЕЗІЯ – загальне сповільнення рухів, яке зумовлене ураженням екстрапірамідної системи.

БРАДИПНОЕ – сповільнене дихання.

БРАХІБАЗІЯ – ходьба дрібними кроками, простежується при старечому слабоумстві, а також в осіб, які перехворіли епідемічним енцефалітом.

БРАХІСКЕЛІЯ – вроджена вада розвитку, укорочення ніг.

БРОНХИ – розгалуження трахеї, що забезпечують проведення повітря до легеневої тканини і зворотно та очищення його від сторонніх частинок.

БРОНХІАЛЬНА АСТМА – хронічне рецидивне захворювання, спричинене зміненою реактивністю бронхів, яка зумовлена імунологічними й неімунологічними механізмами. Основним симптомом якого є приступ ядухи внаслідок бронхоспазму, гіперсекреції і набряку слизової оболонки бронхів.

БРОНХІОЛИ – кінцеві розгалуження бронхів у легенях, що є мікроскопічно малими тонкостінними трубочками.

БРОНХІТ – запалення бронхів. Розрізняють бронхіт як окрему нозологічну форму і як вторинне запалення бронхів у процесі перебігу деяких захворювань. Виділяють ендобронхіт (запальне ураження обмежується слизовою оболонкою бронха; мезобронхіт (запалення середньої оболонки бронха; панбронхіт (уражені всі оболонки бронха). Можливий перехід запалення

на перибронхіальну і проміжну тканину легені (*перибронхіт, інтерстиційна перибронхіальна пневмонія*).

БРОНХІТ ГОСТРИЙ (трахеобронхіт) – запалення слизової оболонки бронхів – може бути самостійним захворюванням чи супроводити грип, дитячі інфекційні захворювання. Часто виникає унаслідок застуди, переохолодження.

БРОНХІТ ХРОНІЧНИЙ – ускладнення гострого бронхіту унаслідок паління, запиленості повітря спортивних залів, службових, виробничих приміщень.

БРОНХОГРАФІЯ – рентгенологічне дослідження бронхів і трахеї за допомогою контрастних речовин.

БРОНХОЕКТАЗИ – набуті, рідше вроджені, сегментарні патологічні розширення просвітів бронхів зі зміною анатомічної структури стінки бронха унаслідок деструкції, порушення нервово-м'язового тонуусу їхніх стінок, що зумовлені запаленням, дистрофією, склерозом і гіоплазією структурних елементів бронхів.

БРОНХОЕКТАЗІЇ – регіонарні розширення бронхів.

БРОНХОЕКТАТИЧНА ХВОРОБА – набуте (в окремих випадках уроджене) захворювання, що характеризується хронічним гнійним процесом у незворотньо змінених (розширених, деформованих) і функціонально неповноцінних бронхах, переважно нижніх ділянок легень.

БРОНХОСКОПІЯ – дослідження нижніх дихальних шляхів (огляд внутрішньої поверхні трахеї і бронхів) за допомогою оптичного приладу бронхоскопа.

БУРСИТ – запалення синовіальної сумки. Може бути асептичним та інфікованим; за характером збудника – неспецифічним або специфічним (гонорейний, бруцельозний, туберкульозний, сифілітичний); за клінічним перебігом – гострим, підгострим, хронічним, рецидивуючим; за характером ексудату – серозним, серозно-фіброзним, гнійним, гнійно-геморагічним.

БУЛІМІЯ – патологічно підвищене відчуття голоду, яке супроводжується деколи слабкістю і больовими відчуттями в надчрепній ділянці. Характерна для осіб переважно з органічними ушкодженнями головного мозку або психічними захворюваннями, менш виражена – при гіперінсулінізмі, у реконвалесцентів після тяжких виснажливих інфекцій тощо.

БЯНЬ-ТЕРАПІЯ – система діагностики та лікування, яка ґрунтується на роздільному вивченні пульсу на обох руках і застосуванні масажу й акупунктури.

ВАГУС ПУЛЬС – пульс, який фіксують у разі підвищеного тону заднього ядра блукаючого нерва і характеризується зниженням кількості ударів за хвилину.

ВАДИ СЕРЦЯ – анатомічні дефекти у серці, що порушують його функцію. Вади серця поділяють на вроджені й набуті. До вроджених вад відносять: незарощення міжпередсердної або міжшлуночкової перегородки; незарощення артеріального протоку (поєднує у внутрішньоутробному періоді життя легеневу артерію з аортою); стеноз (звуження) легеневої артерії тощо. Причинами вроджених вад серця є: перенесені матір'ю під час вагітності інфекційні захворювання (кір, краснуха, грип), інтоксикації матері (алкоголь, нікотин, органічні розчинники), вплив певних ліків, радіоактивне опроміювання, важкі психічні травми. Набуті вади серця зумовлені пошкодженням клапанного апарату із вторинною деформацією камер серця. Причинами набутих вад серця є ревматизм, рідше – септичний ендокардит, атеросклероз, сифіліс і травми серця.

ВАЗОВАГАЛЬНИЙ СИНДРОМ – симптомокомплекс, що виникає внаслідок рефлекторного підвищення тону блукаючого нерва і є першою короткочасною фазою реакції організму на гостру кровотечу, клінічні прояви: поєднання брадикардії, блідості шкірних покривів, артеріальної гіпотензії і зниження ударного об'єму серця.

ВАЗОМОТОРИ – волокна вегетативної нервової системи, збудження яких зумовлює звуження або розширення кровоносних судин.

ВАЗОПАТІЯ – захворювання кровоносних судин.

ВАКЦИНА – препарат, отриманий із бактерій, вірусів та інших мікроорганізмів або продуктів їхньої життєдіяльності, який

- В -

застосовують для активної імунізації людей і тварин, специфічної профілактики і лікування інфекційних захворювань.

ВАКЦИНАЦІЯ – застосування вакцин для створення активного імунітету проти інфекційних захворювань; вакцинацію виконують підшкірним, внутрішньошкірним, на шкірним, ентеральним, внутрішньоносовим, кон'юнктивальним, аерогенним і комбінованими методами.

ВАННИ – водні процедури, які застосовують із гігієнічною, лікувальною і профілактичною метою. Зважаючи на температурне, механічне чи хімічне подразнення розрізняють холодні, гарячі, ароматичні, азотні, вібраційні, вуглекислі, гідрогальванічні, гідроелектричні, грязеві, повітряні, радіоактивні, світлові, сірководневі, сульфідні, хвойні, хлоридно-натрієві тощо.

ВАЛЕОЛОГІЯ – наука про здоров'я, його прояви, механізми формування, збереження і спадковості.

ВАЛЬВУЛІТ – запалення клапанів серця.

ВАЛЬГІРУВАННЯ – відхилення стопи назовні.

ВАЛЬГУСНА СТОПА – патологічні зміни стопи, які характеризуються відведенням її переднього відділу, пронацією п'ятки, підняттям зовнішнього краю, може бути вродженою, паралітичною, розвиватися внаслідок травми, різко порушує функцію стопи, викликаючи біль під час ходьби, втомлюваність.

ВАРИКОЗНИЙ – вузлуватий, з багатьма розширеннями або потовщеннями.

ВАРИКОЗНЕ РОЗШИРЕННЯ ВЕН – патологічні зміни у венах, що виявляється у розширенні, подовженні, утворенні звивин, клубків, порушенні кровообігу.

ВАРИКОЦЕЛЕ – вузлувате розширення вен сім'яного канатика.

ВАРУСНА СТОПА – патологічні зміни стопи, які характеризуються поєднанням приведення і супінації стопи; при цьому

опорою є її латеральний край; є наслідком травми або паралічу малогомілкового м'яза.

ВАСКУЛІТ – загальний термін, що позначає запалення стінок кровоносних судин різної етіології. Розрізняють первинний і вторинний васкуліт. Залежно від судин, які уражені, виділяють: артеріїти, артеріоліти, капілярити, флебіти. Відповідно до переважної локалізації запальних змін у судинній стінці розрізняють ендо-, мезо- і периваскуліти.

ВЕГЕТАТИВНА НЕРВОВА СИСТЕМА – відділ нервової системи людини, який регулює діяльність внутрішніх органів, залоз, кровоносних і лімфатичних судин, гладкої та частково поперечносмугастої мускулатури.

ВЕГЕТАТИВНІ РЕФЛЕКСИ – рефлекси, що здійснюються через нервові шляхи й апарати симпатичної і парасимпатичної нервової системи; регулюють діяльність залоз, судин, внутрішніх органів, особливо гладких м'язів, і мають адаптаційно-трофічний вплив на різні функції соматичної нервової системи.

ВЕГЕТОСУДИННА ДИСТОНІЯ – симптомокомплекс, який виникає в результаті функціональних порушень в утвореннях вегетативної нервової системи.

ВЕГЕТАРІАНСТВО – система харчування, яка обмежує вживання продуктів тваринного походження.

ВЕЗИКУЛЯРНЕ ДИХАННЯ – шум, який фіксують при аускультатії в нормальних умовах над усією поверхнею легень, характеризується переважанням часу шуму вдиху над часом шуму видиху і м'яким тембром.

ВЕГЕТОПАТІЯ (вегетоз) – невроз вегетативний, стан підвищеної збудливості та лабільності вегетативної нервової системи.

ВЕЛОЕРГОМЕТР – прилад, який використовують для дозованого фізичного навантаження.

ВЕЛОЕРГОМЕТРІЯ – метод функціонального дослідження із застосуванням дозованого фізичного навантаження для визначення працездатності, виявлення латентної коронарної недостатності, з'ясування показників зовнішнього дихання тощо. Педалі велоергометра пропонують із цією метою крутити ногами або руками.

ВЕНИ (А) – кровоносні судини, які несуть кров із органів і тканин до серця у праве передсердя. Легеневі вени несуть кров (артеріальну) із легень у ліве передсердя. Розрізняють поверхневі і глибокі вени, що складаються з трьох шарів: внутрішньої, середньої та зовнішньої оболонки. Ступінь розвитку м'язових елементів у стінці вен зумовлює поділ на вени м'язового і безм'язового типу.

ВЕНОЗНА СИСТЕМА – система кровоносних судин, що несуть венозну кров із органів і тканин до серця в праве передсердя; легеневі вени несуть артеріальну кров із легень у ліве передсердя.

ВЕНТРИКУЛІТ – запалення стінок шлуночків головного мозку.

ВЕРБАЛІЗМ – марнослів'я; намагання приховати за великою кількістю наукових термінів відсутність глибоких знань і серйозних міркувань.

ВЕРБАЛЬНИЙ – такий, що стосується мови та мовлення; словесний.

ВЕРТЕБРАЛЬНИЙ – хребетний, який стосується хребців.

ВЕСТИБУЛЯРНИЙ АНАЛІЗАТОР – нейродинамічна система, яка аналізує інформацію про розміщення і рухи тіла у просторі, складається з рецепторів, аферентних і еферентних провідних шляхів, проміжних центрів і кіркового відділу.

ВЕСТИБУЛЯРНИЙ АПАРАТ – функціональне об'єднання утворень головного мозку, внутрішнього вуха (2 мішечки і 3 півколові канали у кожному вусі) тощо, які забезпечують сприйняття кутових та прямолінійних хвиль.

- В -

ВЕСТИБУЛЯРНІ РЕАКЦІЇ – реакції організму, що виникають у відповідь на адекватні (інерційно-гравітаційні сили) і не адекватні (температуру, електричний струм) подразнення вестибулярного апарату. Розрізняють три типи вестибулярних реакцій: соматичні, сенсорні, вегетативні.

ВЕСТИБУЛЯРНЕ ТРЕНУВАННЯ – система спеціальних вправ, спрямованих на підвищення статокінетичної стійкості людини до дії подразників, які виникають під час активних і пасивних переміщень у просторі.

ВИВИХ – стійке зміщення суглобових кінців кісток за межі їхньої фізіологічної рухомості, що викликає порушення функції суглоба.

ВИВИХ ВРОДЖЕНИЙ – вивих, що є результатом порушень внутрішньоутробного розвитку з формуванням неповноцінних суглобових кінців кістки.

ВИВИХ СТЕГНА ВРОДЖЕНИЙ – вроджена деформація опорно-рухового апарату, що розвивається на фоні дисплазії (недорозвитку кульшової западини) та характеризується зміщенням головки стегнової кістки відносно кульшової западини.

ВИВИХ ЗВИЧНИЙ – вивих, що систематично повторюється в одному і тому самому суглобі, зумовлений слабкістю зв'язок суглоба і м'язів, які його оточують, або структурними змінами суглобових кінців кісток.

ВИВИХ ТРАВМАТИЧНИЙ – виникає під дією зовнішньої сили і супроводжується розривом тканин суглоба (капсул, зв'язок, судин тощо).

ВИДИХ – видалення повітря із легень у процесі дихання. Розрізняють активний видих, у якому задіяні внутрішні міжреберні м'язи і м'язи черева та пасивний видих, який зумовлюється еластичними структурами легень без участі м'язів.

- В -

ВИДІЛЬНІ ПРОЦЕСИ – виведення із організму продуктів обміну та чужорідних речовин.

ВИЛОЧКОВА ЗАЛОЗА – центральний орган системи імуногенезу; відповідає за формування і функціонування клітинної системи імуногенезу.

ВИМІРЮВАННЯ – визначення чисельного значення певної величини шляхом порівняння її з еталоном.

ВИМІРЮВАННЯ ДОВЖИНИ ТІЛА – виконують ростоміром, вертикальною планкою, закріпленою на площині, з нанесеною на ній сантиметровою шкалою. Людина стає на площину спиною до вертикальної стійки, торкаючись стійки п'ятами, сідницями, лопатками й потилицею. Зовнішній слуховий прохід і око повинні бути на одному рівні. Планшет опускають на голову. Цифри на шкалі біля нижнього краю планшета вказують на довжину тіла.

ВИМІРЮВАННЯ ОКОЛУ ГРУДНОЇ КЛІТКИ – виконують м'якою сантиметровою стрічкою під час максимального вдиху й видиху на рівні IV ребра.

ВИМОГА – один з основних методів навчання і виховання у процесі педагогічної взаємодії, який спонукає до діяльності або гальмує її. Розрізняють вимогу безпосередню (до людини звертаються особисто) й опосередковану (коли її передає інша особа), пряму і непряму (позитивна, нейтральна й негативна).

ВИМОГИ ДО ВИКОНАННЯ ПРОГРАМ АЕРОБНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ сприяють ефективності занять фізичними вправами, передбачають виконання таких умов: медичне обстеження; визначення методу тренування і програми відповідно до індивідуальних можливостей організму; забезпечення раціональним харчуванням і спортивним спорядженням, а також дотримання правил тренування, правильного дозування навантаження, розминки; регулярний контроль свого пульсу під час тренування й відпочинку.

- В -

ВИРАЗКА – дефект шкіри, що поширюється на всю товщу епідермісу і глибше та слизової оболонки і прилеглих тканин, виразки можуть мати різні розміри, форму і глибину.

ВИРАЗКА ВАРИКОЗНА – трофічна виразка на шкірі гомілок, яка розвивається внаслідок порушення венозного відтоку від нижніх кінцівок при варикозному розширенні вен.

ВИРАЗКОВА ХВОРОБА – хронічне рецидивуюче захворювання, яке характеризується утворенням виразки у шлунку або дванадцятипалій кишці внаслідок розладу загальних і місцевих механізмів нервової та гормональної регуляції основних функцій гастроуденальної системи, порушення трофіки і розвитку протеолізу слизової оболонки.

ВИРАЗКА ПЕНЕТРУВАЛЬНА – глибока виразка шлунка, кишок або стравоходу з руйнуванням стінки ураженого й сусіднього органів (печінка, підшлункова залоза, сальник тощо).

ВИХОВАННЯ – процес передачі новим поколінням знань досвіду, набутого старшими поколіннями, з метою розвитку суспільства.

ВИСНАЖЕННЯ – стан, що характеризується значним ослабленням життєдіяльності організму, супроводжується порушенням відновних процесів, виникає унаслідок тривалої перевтоми, неповноцінного харчування або захворювань.

ВИТРИВАЛІСТЬ – здатність організму (функціональної системи, органу) протистояти втомі, здатність існувати в несприятливих умовах, стійкість до фізичного і морального навантаження, лікарських засобів тощо.

ВИЩА НЕРВОВА ДІЯЛЬНІСТЬ – сукупність найскладніших форм діяльності вищих відділів центральної нервової системи, що забезпечує найрізноманітнішу взаємодію між організмом і навколишнім середовищем.

ВІБРАЦІЙНА ЧУТЛИВІСТЬ – властивість організму сприймати дію ритмічних коливань, що виникають у навколишньому

- В -

середовищі і передаються через предмети, з якими організм перебуває у контакті.

ВІБРОМАСАЖ – дія механічних коливань низької частоти й амплітуди на певні ділянки тіла хворого; різновид вібротерапії.

ВІБРОТЕРАПІЯ – метод фізіотерапії, який полягає у дії коливань низької частоти й амплітуди на певні ділянки тіла хворого. Найважливіші лікувальні ефекти вібротерапії: анальгетичний, трофічний, протизапальний, лімфодренуючий, тонізуючий.

ВІДВЕДЕННЯ – віддалення від середньої лінії тіла, рух кінцівкою чи оком назовні від середньої лінії тіла.

ВІДМІННОСТІ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ – особливості психічних процесів, станів і властивостей (індивідуальних порогів відчуттів, якостей уваги, сприймання, пам'яті, уяви, мислення), які відрізняють одну людину від іншої. Вони змінюються з віком людини під впливом навчання, виховання, тренувань, трудової діяльності.

ВІДРИЖКА – виділення в порожнину рота повітря чи газів із шлунка або стравоходу.

ВІДМОРОЖЕННЯ – запальні й некротичні зміни у тканинах тіла, зумовлені впливом холоду.

ВІДПОЧИНОК – стан спокою або діяльність, яка зменшує втому і сприяє відновленню працездатності.

ВІЗУАЛЬНИЙ – який сприймається або відтворюється зором.

ВІДЧУТТЯ – відображення окремих властивостей, якостей предметів і явищ об'єктивного світу, а також внутрішніх станів організму при їх безпосередньому впливі на відповідні рецептори. За фізіологічними механізмами відчуття є рефлекторним процесом. Відчуття – це відповідь організму на діючий вплив. Відчуття виникає внаслідок дії всього аналізатора. У рецепторі специфічна енергія подразника перетворюється у

- В -

нервовий процес, який аферентним нервовими шляхами передається до мозкової ділянки аналізатора. Між рецептором і мозком є не тільки прямий (аферентний), а й зворотний (еферентний) зв'язок. По еферентних шляхах команда з головного мозку надходить до рецептора і виникає відповідь організму на діючий вплив – відчуття. Розрізняють відчуття больові, вібраційні, зорові, кінстетичні, нюхові, слухові, органічні, смакові, статичні, тактильні, температурні.

ВІК БІОЛОГІЧНИЙ (анатомно-фізіологічний) – вік, який визначають зважаючи на стан обмінних, структурних, функціональних, регуляторних особливостей і пристосувальних можливостей організму.

ВІК КАЛЕНДАРНИЙ (хронологічний) – вік, який визначають від дати народження.

ВІК МОРФОЛОГІЧНИЙ (соматичний) – вік, який визначають, зважаючи на морфологічні ознаки організму.

ВІК РЕПРОДУКТИВНИЙ – вік, протягом якого зберігається здатність до відтворення потомства.

ВІКОВА СТРУКТУРА НАСЕЛЕННЯ – розподіл чисельності населення за віковими групами.

Вікова періодизація – виділення періодів життя людини залежно від життєво-фізіологічних і соціально-психологічних ознак.

ВІРУСИ – неклітинні форми життя, що не мають власного синтезуючого апарату, а здатні до відтворення лише в клітинах більш високоорганізованої істоти. Володіють геномом (ДНК, РНК) і білковою оболонкою.

ВІТІЛІГО – вроджена відсутність пігменту в надшкір'ї; наявність на шкірі молочно-білих плям із гіперпігментацією навколо них.

ВІЛ – вірус імунодефіциту людини, що призводить до захво-

- В -

рювання на СНІД, ВІЛ схильний до стрімких мутацій. Передається через прямий контакт із рідинами організму, що містять інфіковані клітини або плазму (кров, сперма, піхвові виділення, передсемінна рідина і грудне молоко).

ВИРУЛЕНТНІСТЬ – ступінь патогенності збудника токсичності, хвороботвірна сила мікроба, вірусу.

ВІТАМІННА НЕДОСТАТНІСТЬ (гіповітаміноз) – загальна назва різних за клінічними проявами патологічних станів організму, зумовлених недостатнім надходженням вітамінів в організм.

ВІСЦЕРАЛЬНИЙ – такий, що стосується внутрішніх органів, нутрощевий.

ВІТАМІНИ – незмінна складова харчування тваринного і рослинного походження, беруть участь у регуляції біохімічних і фізіологічних процесів; нестача вітамінів зумовлює розлади в організмі.

ВІТАУКТ – фізіологічний механізм, що протидіє розвитку процесу старіння.

ВНУТРІШНЄ СЕРЕДОВИЩЕ ОРГАНІЗМУ – сукупність рідин організму (кров, лімфа, тканинна рідина), які безпосередньо беруть участь у процесах обміну речовин і в підтримці гомеостазу.

ВОГНИЩЕ ЗБУДЖЕННЯ – сукупність близько розміщених та фізіологічно активних нервових елементів центральної нервової системи.

ВОДНО-СОЛЬОВИЙ ОБМІН – сукупність процесів надходження води і солей в організм, розподіл їх у внутрішньому середовищі та виведення назовні.

ВОЛОССЯ – епітеліальні ниткоподібні придатки шкіри, що ороговіли; волосся виконує в основному захисну функцію, бере участь у тактильній чутливості.

ВОДОЛІКУВАННЯ (гідротерапія) – застосовують із профілактичною або лікувальною метою у разі простудних захворювань і загострень хронічних запальних процесів. Водолікування є найважливішим елементом загартування організму. У процесі водолікування використовують: ванни (місцеві – напівванни, сидячі, для ніг; загальні – гігієнічні, з поступово підвищеною температурою, з розтиранням, скипидарні, шалфейні, хлоридно-натрієві, йодо-бромні, сірководневі, радонні, кисневі, хвойні, з перманганатом калію, крохмальні); душ (короткочасний і гарячий, голчастий, віяльний, Шарко, циркулярний, висхідний); обмивання; обливання; купання у відкритих водоймах; вологі укутування; промивання кишківника тощо.

ВРОДЖЕНІ ХВОРОБИ – захворювання, які розвиваються внаслідок порушень окремих етапів процесу внутрішньоутробного розвитку.

ВОЛЯ – функція людської психіки: влада над собою, керування своїми діями, свідоме регулювання своєї поведінки і рішучості.

ВОЛЯРНИЙ – такий, що стосується долоні руки або підшви стопи; долонний або підшовний.

ВРАЗЛИВІСТЬ – емоційно легке сприйняття зовнішніх і внутрішніх подразників; підвищенна здатність нервоно збуджуватися, реагувати на образи.

ВТОМА – тимчасове зниження працездатності організму або органу внаслідок інтенсивної або тривалої фізичної або розумової праці, виявляється у зниженні кількісних і якісних показників діяльності.

ВУГЛЕВОДИ – органічні сполуки, хімічна структура яких відповідає формулі $(C_2H_2O)_n$. Розрізняють моно-, оліго- і полісахариди, а також складні вуглеводи – глікопротеїни, гліколіпіди, глікозиди та інші. Суттєві чинники харчового раціону. У результаті розпаду вуглеводів в організмах утворюється енергія, необхідна для життєдіяльності.

ВУЗОЛ – 1) у медицині загальна назва скупчення нервових клітин поза центральною нервовою системою; 2) первинний морфологічний елемент шкірного висипу: інфільтрат, який розвивається в глибоких шарах власне шкіри й підшкірної жирової клітковини.

ВУЗОЛ ЛІМФАТИЧНИЙ – утвір зі скупчення лімфоїдної тканини, розміщений за ходом лімфатичних судин; складається із кіркової та мозкової речовини; виконує бар'єрно-фільтраційну та імунну функції; компонент кровотвірної та імунної систем організму; збільшення лімфатичних вузлів зумовлене запаленням, гіперплазією або імунним процесом.

ВУХО – орган слуху і рівноваги. Розрізняють зовнішнє вухо, яке складається із вушної раковини та зовнішнього слухового проходу; середнє вухо, що включає барабанну порожнину, євстахієву трубу і соскоподібні придатки; внутрішнє вухо, яке представлено вестибулярним та завитковим лабіринтами. Зовнішнє і середнє вуха утворюють апарат уловлювання і проведення звукових хвиль. У внутрішньому вусі розміщені звукові рецептори та рецептори статокінетичного аналізатора, які сприймають зміни позиції тіла в просторі.

В'ЯЛИЙ – 1) який втратив настрій, активність рухів, млявий; 2) який втратив силу м'язів, пружність шкіри; 3) який втратив силу духу.

ГАЙМОРИТ (синусит верхньощелепний) – запалення слизової оболонки верхньощелепної (гайморової) пазухи, інколи простежується ураження її надкісниці та кісткової стінки, виникає як ускладнення гострого нежитю, скарлатини та інших інфекційних захворювань. Основною причиною виникнення гаймориту є інфекція – бактерії або віруси, що проникають у гайморову пазуху через порожнину носа, через кров, а найчастіше – внаслідок патологічних процесів у ділянках верхніх зубів і викликають запальний процес. Під час запалення в слизовій оболонці носа відбувається закупорка порожнини, що стає причиною гнійних виділень.

ГАЛЮЦИНАЦІЯ – порушення чуттєвого пізнання; уявлення та образи виникають без реального подразника та об'єкта в просторі та стають для свідомості хворого такими, що не відрізняються від реальних предметів, виникають при психічних і деяких інфекційних захворюваннях, травмах, важких душевних потрясіннях тощо. Розрізняють Г. акустичні, зорові, соматичні, кінестетичні, імперативні, вісцеральні та ін.

ГАЛЬВАНІЗАЦІЯ – застосування з лікувальною метою прямого постійного струму низької напруги.

ГАЛЬМУВАННЯ – ослаблення чи припинення збудження нервових центрів або робочих органів (м'язів, залоз) під впливом подразнення.

ГАМЕТА – чоловіча або жіноча статева клітина (сперматозоїд і яйцеклітина), що характеризується одинарним набором хромосом.

ГАНГРЕНА – некроз тканин; змертвілі тканини, що перебувають у контакті з навколишнім середовищем, набувають сіро-бурого або навіть чорного кольору (залежно від змін кров'яного пігменту). Виникає у результаті гострого порушення крово-

обігу. Розрізняють два види гангрени – суху й вологу. Суха гангрена розвивається в тих випадках, коли мертва тканина завдяки енергійному випаровуванню швидко втрачає воду й висихає. Волога гангрена виникає унаслідок розкладання мікроорганізмів переважно у внутрішніх органах з високим вмістом вологи, а також на кінцівках.

ГАНГРЕНА АНАЕРОБНА – інфекційне захворювання, спричинене групою мікроорганізмів, що розмножуються без доступу кисню.

ГАНГЛІОНЕВРОМА – доброякісна пухлина периферійної і центральної нервових систем.

ГАПТЕНИ – низькомолекулярні речовини небілкового походження, які набувають антигенних алергенних властивостей тільки після поєднання з білками організму.

ГАРДЕНОТЕРАПІЯ – напрям психосоціальної, професійної реабілітації, полягає у залученні пацієнтів до роботи з рослинами. Має яскраво виражену психотерапевтичну дію, що дає змогу застосовувати його в корекції емоційних та поведінкових розладів, у відновному періоді після перенесених захворювань, для покращення психоемоційної сфери людей із соматичною патологією тих чи інших органів і систем.

ГАРЯЧКА – реакція організму, яка виникає унаслідок впливу патогенних подразників і виявляється у перебудові процесів терморегуляції на підтримку вищого, ніж у нормі, рівня температури тіла.

ГАСТРАЛГІЯ – біль у надчеревній ділянці живота, зумовлений захворюваннями шлунка чи неврозами.

ГАСТРИТ – запалення слизової оболонки шлунка. Розрізняють гастрит гострий, хронічний із підвищеною кислотністю, хронічний із зниженою кислотністю.

ГАСТРОДУОДЕНІТ – запалення слизової оболонки шлунка та дванадцятипалої кишки.

- Г -

ГАСТРОЕНТЕРОКОЛІТ – гостре запалення шлунково-кишкового тракту, слизових оболонок шлунка, тонкого і товстого кишківників з ураженням їхніх відділів.

ГАСТРОПТОЗ – патологічне опущення шлунка.

ГАСТРОСКОПІЯ – метод дослідження внутрішньої поверхні шлунка за допомогою гастроскопа.

ГЕЛІОПАТОЛОГІЯ – патологічні стани організму, зумовлені сонячним випромінюванням або його недостатністю.

ГЕЛІОТЕРАПІЯ – сонячне опромінювання з профілактичною і лікувальною метою.

ГЕЛЬМІНОЗ – хвороба, спричинена гельмінтами; глистяна інвазія. Розрізняють більше 150 нозологічних форм.

ГЕМ (О), ГЕМАТ (О) – перша частина складних слів, що пов'язані з поняттям крові.

ГЕМАНГІОМА – 1) доброякісна пухлина з кровоносних судин; може бути капілярною або кавернозною; 2) судинна пухлина.

ГЕМАТОЛОГІЯ – наука про етіологію, патогенез, клінічні прояви, профілактику і лікування хвороб системи крові.

ГЕМАТОМА – скупчення крові в тканинах, органах або порожнинах у результаті травми; кров'яна псевдопухлина.

ГЕМАТУРІЯ – виділення крові із сечею, спричинене вірусним, паразитними і мікробними чинниками, травмами, порушенням обміну речовин, алергією, фізичними навантаженнями тощо.

ГЕМІМІМІЯ – відсутність міміки на одній половині обличчя.

ГЕМІТОНІЯ – підвищення тону м'язів однієї половини тіла.

ГЕМПАРЕЗ – парез м'язів однієї половини тіла.

ГЕМПЛЕГІЯ – параліч половини тіла. Виникає в результаті ураження півкулі головного мозку.

- Г -

ГЕМІСИСТОЛІЯ – порушення серцевої діяльності, що проявляється періодичним скороченням тільки правих або тільки лівих відділів серця.

ГЕМІСПАЗМ – судомне нападоподібне напруження м'язів однієї половини тіла або частини його.

ГЕМОБЛАСТОЗ – злоякісні хвороби кровотвірної системи (напр., левкоз, злоякісна лімфома, еритремія тощо); пухлина, що підходить із кровотвірних клітин.

ГЕМОГЛОБІН – складний білок, що належить до гемовмісних гемопротеїдів і міститься в еритроцитах; бере участь у перенесенні кисню від легень до тканин та вуглекислого газу від тканин до органів дихання.

ГЕМОГРАМА – результати кількісного і якісного дослідження складу крові; має діагностичне значення для виявлення патології крові, бактеріальних і вірусних інфекцій, алергічних захворювань, запальних процесів тощо.

ГЕМОРОЙ – вузлоподібне розширення вен у нижній частині прямої кишки. Виникає у разі тривалих застійних явищ у малому тазі, зумовлюють геморої запальні захворювання шлунково-кишкового тракту (холецистит, коліт тощо).

ГЕМОСТАЗ – 1) захисна реакція організму, яка виявляється в зупинці кровотечі при пошкодженні стінки судини; 2) у патології – зупинка руху крові в кровоносній судині; 3) у хірургії – зупинка кровотечі.

ГЕМОСТАТИЧНИЙ – здатний зупиняти кровотечу; кровоспинний.

ГЕМОТЕРАПІЯ – лікування кров'ю (власною або донорською), а також її компонентами чи препаратами, що виготовляють із крові.

ГЕМОФІЛІЯ – спадкова хвороба, яка виявляється у сповільненому згортанні крові.

- Г -

ГЕН – структурна і функціональна елементарна частинка спадкової інформації, що є ділянкою молекули ядерної ДНК (у деяких вірусів – РНК); контролює виникнення будь-якої ознаки організму в певних умовах середовища.

ГЕНЕТИКА – наука про спадковість і мінливість організмів.

ГЕНЕТИЧНИЙ – такий, що вказує на походження, розвиток.

ГЕНЕЗИС – походження, виникнення; процес утворення і розвитку певного явища.

ГЕНЕЗ – походження будь-якої структури в онтогенезі або філогенезі.

ГЕНЕРАЛІЗАЦІЯ – 1) узагальнення, логічний перехід від окремого до загального, підпорядкування окремих явищ загальному принципу; 2) у фізіології - поширення збудження в центральній нервовій системі тварин і людини; 3) у медицині – поширення патологічного процесу з одного органу на інший або весь організм.

ГЕНІТАЛЬНИЙ – такий, що стосується статевих органів.

ГЕНОТИП – сукупність генів, що локалізовані в хромосомах і в цитозиготи, що самовідтворюються.

ГЕПАТИТ – гострі та хронічні запальні захворювання печінки.

ГЕПАТОМЕГАЛІЯ – значне збільшення печінки унаслідок патологічних процесів.

ГЕПАТОПАТІЯ – хворобливий стан печінки.

ГЕПАТОПТОЗ – опущення печінки.

ГЕРІАТРІЯ – вчення про особливості хвороб старечого віку, їхнє лікування та профілактику.

ГЕРОНТОЛОГІЯ – розділ біології та медицини, що вивчає закономірності процесів старіння живих істот, у тому числі й людини. Досліджує механізми старіння та їхній взаємозв'язок у

- Г -

процесі життєдіяльності організму, вікові особливості адаптації організму до навколишнього середовища.

ГЕРПЕС – вірусне захворювання, що характеризується висипом дрібних пухирців на шкірі, слизових оболонках.

ГЕТЕРОГЕННИЙ – неоднорідний; такий, що складається з різних за складом і походженням частин.

ГЕТЕРОПЛАЗІЯ – розвиток тканини або клітин у невласивому для них місці та заміна ними нормальної тканини.

ГЕТЕРОПАТІЯ – 1) зміщення, неправильне положення органа або частини тіла; 2) утворення тканин або частин органа в незвичному для них місці.

ГЕТЕРОТРИХОЗ – порушення росту волосся на лиці й тілі людини, що не відповідає статі та віку і різноколірність волосся на голові або тілі.

ГІБРИД – гетерозиготний організм, що виникає унаслідок схрещування батьківських форм із різною спадковістю.

ГІГАНТИЗМ – клінічний синдром, що проявляється надмірним, відносно пропорційним або непропорційним ростом. Розвивається внаслідок гіперпродукції соматотропного гормону гіпофіза.

ГІГІЄНА – наука, що вивчає закономірності впливу навколишнього середовища на організм людини і здоров'я суспільства з метою обґрунтування гігієнічних нормативів, санітарних правил і заходів, реалізація яких забезпечує оптимальні умови для життєдіяльності, зміцнення здоров'я і запобігання хворобам.

ГІГІЄНА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ – розділ гігієни, що вивчає вплив різних факторів навколишнього середовища й соціальних умов на організм людини, яка займається фізкультурою та спортом.

- Г -

ГІГІЄНІЧНИЙ – сприятливий для здоров'я.

ГІГРОСКОПІЧНИЙ – такий, що вбирає вологу.

ГІДРОВІТАМІНИ – вітаміни, що розчиняються у воді (вітаміни В, С тощо).

ГІДРОЗ – 1) порушення функцій потових залоз; 2) посилене потовиділення.

ГІДРОКІНЕЗИТЕРАПІЯ – система гімнастичних вправ, які виконують у воді, підводний масаж, плавання, купання, механотерапія та ігри у воді.

ГІДРОНЕФРОЗ – розширення порожнистої системи нирки й атрофія її паренхіми з накопиченням рідини внаслідок порушення відтікання сечі.

ГІДРОПЕРИКАРД – накопичення рідини в порожнині перикарда.

ГІДРЕМІЯ – підвищення вмісту води в крові; проявляється зниженням питомої ваги крові, зменшенням її сухого залишку, зниженням в'язкості крові та сироватки, зменшенням вмісту еритроцитів і гемоглобіну в 1 мм³, концентрації загального білка сироватки зі зміною її протеїнограми.

ГІДРЕМІЯ ПАТОЛОГІЧНА – гідремія, яка виникає внаслідок порушення водно-сольового обміну при різних патологічних процесах.

ГІДРОПЕНІЯ – зменшення вмісту води в організмі.

ГІДРОЦЕФАЛІЯ (водянка головного мозку) – надмірне накопичення спинномозкової рідини у шлуночках під оболонкою мозку; характеризується підвищенням внутрішньочерепного тиску.

ГІМНАСТИКА – 1) система фізичних вправ, методичних прийомів для зміцнення здоров'я, гармонійного фізичного розвитку; 2) вид спорту (спортивна, художня).

ГІМНАСТИКА КОРИГУЮЧА – система спеціальних фізичних вправ, які пропонують виконувати переважно дітям та підліткам із метою виправлення дефектів постави і викривлень хребта; вид лікувальної гімнастики.

ГІПАЛГІЯ – зниження больової чутливості.

ГІПЕРАКТИВНІСТЬ ДИТЯЧА – відхилення від норм вікових в ентогенетичному розвитку, характерними симптомами є надмірна активність, значна неуважність, імпульсивність у поведінці та інтелектуальній діяльності, труднощі у взаєминах з іншими, низька самооцінка. У таких дітей недостатній розвиток механізмів регулювання активної уваги і гальмівного контролю, ці мозкові дисфункції можуть бути спричинені органічними ураженнями ЦНС (пренатальні патології, нейроінфекції, інтоксикації, черепно-мозкові травми) або генетичними факторами.

ГІПЕРВІТАМІНОЗ – інтоксикація організму внаслідок надлишкового надходження вітамінів.

ГІПЕРГЛІКЕМІЯ – підвищена концентрація глюкози в крові.

ГІПЕРЕМІЯ – збільшена кількість крові в органі або тканинах, яка може бути виявом як загальних, так і місцевих розладів кровообігу. За походженням гіперемію поділяють на артеріальну і венозну. Найчастіше артеріальна гіперемія – це місцевий патологічний процес, який розвивається у певній ділянці, коли до неї по артеріях надходить більше крові, ніж у нормі, а відтік крові по венах відбувається нормально. Зазвичай вона виникає у зв'язку з розширенням дрібних судин. Венозна гіперемія виникає у тих випадках, коли при нормальному надходженні крові в органи її відтік по венах недостатній.

ГІПЕРЕРГІЯ – підвищена активність організму.

ГІПЕРЕСТЕЗІЯ – підвищена чутливість до подразників, які діють на органи відчуття. У такому стані людину нормальне денне світло засліплює, звуки оглушують, запахи дратують,

- Г -

а найменший дотик до тіла стає нестерпним. Гіперестезія органів відчуття характерна при астенії, неврозах, органічних ураженнях головного мозку, початкових проявах гострого психозу.

ГПЕРЕКСТЕНЗІЯ – можливість більшого, ніж у нормі, розгинання в суглобі.

ГПЕРІНСУЛІНІЗМ – тяжке ендокринно-метаболічне порушення вуглеводного обміну, зумовлене гіперпродукцією інсуліну.

ГПЕРКІНЕЗ – надмірні мимовільні рухи внаслідок скорочення скелетних, рідше непоспугованих м'язів різних органів тіла, як-от м'язів обличчя, тулуба або кінцівок, гортані, язика, зовнішніх м'язів очей тощо.

ГПЕРМЕТРОПІЯ (далекозорість) – аномалія рефракції, зумовлена неправильним розвитком ока: поздовжня вісь ока вкорочена, тому головний фокус знаходиться позаду сітківки, а не на сітківці, зображення на сітківці розпливчасте.

ГПЕРОКСІЯ – підвищений вміст кисню в тканинах організму.

ГПЕРОСТОЗ – патологічне розростання кісткової тканини.

ГПЕРОКСЕМІЯ – надмір кисню в крові.

ГПЕРПЛАЗІЯ – збільшення кількості структурних елементів тканин і органів, зумовлене посиленою функцією органу чи патологічним новоутворенням тканини.

ГПЕРТЕНЗІЯ – підвищення гідростатичного тиску в порожнинах, порожнистих органах і судинах організму. Розрізняють Г. артеріальну, вазоренальну, венозну, внутрішньочерепну, діастолічну, ендокринну, лабільну, пароксизмальну тощо.

ГПЕРПРАКСІЯ – надмірна фізична і психічна активність.

ГПЕРРЕАКТИВНІСТЬ – підвищена реакція на стимул чи подразник; підвищена здатність реагувати на вплив зовнішнього середовища.

- Г -

ГІПЕРСЕКРЕЦІЯ – надмірне виділення секрету (напр., шлункового соку) у разі посилення функції залози.

ГІПЕРСЕНСИБІЛІЗАЦІЯ – надмірна чутливість організму до чого-небудь.

ГІПЕРСОМІЯ – надмірно великі розміри окремих частин або всього тіла.

ГІПЕРСОМНІЯ – 1) хвороблива сонливість; 2) тривалий подовжений сон.

ГІПЕРСТЕАТОЗ – стан підвищеної секреції сальних залоз.

ГІПЕРТЕНЗИВНЕ СЕРЦЕ – комплекс анатомічних, біохімічних і фізіологічних змін, що виникають у міокарді в процесі перебігу артеріальної гіпертензії від початку захворювання, коли ці зміни мають клінічно прихований характер, і до фінальної стадії, що призводить до розвитку серцевої недостатності.

ГІПЕРТЕРМІЯ – стан організму, який характеризується підвищеною температурою тіла.

ГІПЕРТОНІЯ – підвищений кров'яний тиск.

ГІПЕРТОНІЧНИЙ КРИЗ – важке порушення регуляції, системного і регіонарного, переважно мозкового кровообігу, що виявляється у значному підвищенні артеріального тиску. При гіпертонічному кризі простежується порушення церебрального, коронарного, ниркового, а іноді й абдомінального кровотоку. Розрізняють Г.к. церебральний, кардіальний, ренальний.

ГІПЕРТРОФІЯ – надмірне збільшення маси органу або тканини.

ГІПНОЗ – стан людини, викликаний штучно за допомогою навіювання.

ГІПОБІОЗ – стан зниженої життєдіяльності організмів.

ГІПОБУЛІЯ (зниження больової активності) – млявість, бездіяльність, позбавлена виразності мова, зниження моторної активності, обмеження спілкування. Ці ознаки характерні для

- Г -

вираженого астенічного та адинамічного варіанта депресивного синдрому, а також трапляється у людей з органічним ураженням головного мозку.

ГПОВІТАМІНОЗ (вітамінна недостатність) – стан людини, зумовлений недостатнім надходженням вітамінів в організм.

ГППОГЛКЕМІЯ – знижений вміст цукру в крові.

ГППОДИНАМІЯ – обмеження рухової активності, зумовлене способом життя, особливостями професійної діяльності, ліжковим режимом у період захворювання, у разі інвалідності або в людей похилого віку. Супроводжується низкою ускладнень (застійна пневмонія, тромбози, атрофія м'язів, пролежні тощо).

ГППОКІНЕЗІЯ – зниження рухової активності та швидкості руху внаслідок ураження екстрапірамідної системи.

ГППОКСІЯ – кисневе голодування, яке виникає внаслідок недостатнього постачання тканин киснем чи порушення використання його тканинами.

ГППОМОТОРИКА – недостатня рухливість; зменшена моторика частини тіла чи органа.

ГППОПНОЕ – ослаблення дихання; зменшення глибини й частоти дихання.

ГППОСТАЗ – застій крові в низькорозміщених частинах тіла й окремих органах.

ГППОСТАТУРА – сповільнений ріст і мала маса дитини без ознак гіпотрофії; пропорційне відставання зросту й маси в дітей порівняно із нормативними віковими показниками.

ГППОПЛАЗІЯ – недорозвиток тканин, органів, частини тіла або цілого організму.

ГППОСТЕЗІЯ – знижена чутливість (тактильна, акустична, нюхова, смакова, статева).

- Г -

ГІПОСТЕНІЯ – стан ослаблення; слабкість чого-небудь.

ГІПОСТЕЗІЯ – зниження чутливості до подразників. Стан, коли звуки стають глухими, невиразними, кольори тьманими, неясними, предмети втрачають форму і яскравість, стають малорухомими. Гіпостезія характерна для неврозів, реактивних психозів, органічних уражень мозку.

ГІПОТАЛАМУС – відділ головного мозку, що виділяє нейрогормони, і є вищим підкорковим центром вегетативної нервової системи; скупчення ядерних нервових клітин із численними висхідними і низхідними волокнами, розміщене нижче зорового горба головного мозку. Тісно пов'язаний гіпоталамус із гіпофізом і керує його діяльністю, а також регулює обмін речовин, роботу серцево-судинної, травної і видільної систем, залоз внутрішньої секреції, механізму сну, бадьорості та емоцій.

ГІПОТЕНЗІЯ АРТЕРІАЛЬНА – стале зниження систолічного та діастолічного артеріального тиску (нижче 100 / 60 мм рт. ст.), зумовлене переважно зниженням тонуусу резистентних судин.

ГІПОТЕРМІЯ – порушення теплового балансу, що характеризується зниженням температури тіла нижче нормальних величин (нижче 35°C).

ГІПОТИМІЯ – пригнічений настрій зі зменшенням рухливої і психічної активності.

ГІПОТОНІЯ – знижений тонуус м'яза чи м'язового шару в порожнистому органі; понижений кров'яний тиск.

ГІПЕРТИРЕОЗ, ГІПОТИРОЇДИЗМ – синдром, що характеризується стійким зниженням функції щитоподібної залози; основним у патогенезі є зниження біосинтезу та зменшення секреції йодовмісних гормонів щитоподібної залози – тироксину і трийодтироніну і клінічна картина характеризується нервово-психічними розладами, набряками обличчя, кінцівок, тулуба, брадикардією, зниженням температури тіла, сухістю шкіри,

- Г -

анемією, млявістю. сповільненням основного обміну, росту кісток і зубів, затриманням статевого і розумового розвитку тощо.

ГІПОФІЗ – залоза внутрішньої секреції, яка бере участь у регуляції інших залоз внутрішньої секреції в організмі.

ГІПОФУНКЦІЯ – послаблення діяльності клітини, органу, системи.

ГІРСЬКА ХВОРОБА – патологічний стан, який розвивається у людей в умовах високогір'я внаслідок падіння парціального тиску атмосферних газів, **головно** кисню.

ГЛАУКОМА – хвороба очей, яка характеризується підвищеним внутрішньоочним тиском і трофічними розладами у сітківці й зоровому нерві.

ГЛАДКА М'ЯЗОВА ТКАНИНА – один із видів м'язової тканини, який характеризується повільними й ритмічними скороченнями.

ГЛИНОТЕРАПІЯ – форма реабілітації, робота з пластичними матеріалами (глина, пластилін, тісто тощо). Показниками реабілітаційної ефективності глинотерапії є розвиток інтелекту, дрібної моторики.

ГЛІКОГЕН – високомолекулярний полісахарид, основний резервний вуглевод організму; міститься у всіх органах і тканинах людини, у найбільшій кількості – у печінці (до 20%) і м'язах (до 4%).

ГЛІКОЛІЗ – ферментативне анаеробне розщеплення вуглеводів в організмі з утворенням молочної кислоти; енергію, що звільняється при цьому, використовує організм у процесі життєдіяльності.

ГЛІКОПРОТЕЇНИ – складні білки, в яких білкова (пептидна) частина молекули ковалентно сполучена з однією або декількома гетероолігосахаридними групами (гліканами). Різні мо-

носахариди пов'язані з конкретним білком (глюкоза, фруктоза, маноза, глюкозамін, галактозамін, фруктозамін, сіалова кислота та ін). Моносахариди змінюють біохімічні та імунологічні властивості білка, його просторову конфігурацію та інші властивості. Поєднання білків із сіаловою кислотою зумовлює формування сіалоглікопротеїнів. Глікопротеїни є важливим структурним компонентом клітинних мембран тваринних і рослинних організмів. До глікопротеїнів належить більшість пептидних гормонів. Глікопротеїни мембран еритроцитів, специфічно глікозильовані тими або іншими вуглеводними залишками, але оскільки мають гомологічну білкову частину, то зумовлюють групу крові у людини. Також глікопротеїнами є всі антитіла, інтерферони, компоненти комплемента, білки плазми крові, рецепторні білки тощо.

ГЛЮКОЗУРІЯ – наявність глюкози в сечі. Симптом цукрового діабету.

ГОЛОСОВИЙ АПАРАТ – сукупність органів, що беруть участь у голосоутворенні; голосовий апарат складається з трьох основних частин: легенів із системою м'язів, що беруть участь при вдиху і видиху; гортані з голосовими складками; системи повітряних порожнин, що відіграють роль резонаторів.

ГОЛОСОВІ ЗВ'ЯЗКИ – парні пучки фіброзної тканини у товщі голосових складок гортані. Звук утворюється, коли повітря проходить між голосовими складками, які в цей час зближені та напружені. Чим більший натяг голосових зв'язок, тим вищий звук.

ГОМЕОПАТІЯ – система лікування, що ґрунтується на застосуванні малих доз речовини, яка спричиняє у здорової людини у великих дозах явища, подібні до ознак певної хвороби, що підлягає лікуванню.

ГОМЕОСТАЗ – відносна динамічна сталість внутрішнього середовища (крові, лімфи, тканинної рідини) та деяких основних фізіологічних функцій організму.

ГОМІЛКА – частина ноги від коліна до стопи, обмежена колінним і надп'ятково-гомілковим суглобом.

ГОМОГЕННИЙ – однорідний за складом, властивостями, походженням.

ГОНІОМЕТРІЯ – визначення рухової функції суглобів кінцівок: вимірювання амплітуди рухів униз за допомогою кутоміра.

ГОРМОНИ – фізіологічно активні речовини, які виділяються залози внутрішньої секреції. Регулюють розвиток і діяльність організму.

ГОРМОН РОСТУ – один із гормонів передньої частки гіпофіза, що регулює ріст організму.

ГОРМОНАЛЬНА РЕГУЛЯЦІЯ – одна з систем саморегуляції функцій організму за участю гормонів.

ГОРМОНОТЕРАПІЯ – застосування гормонів та їхніх аналогів у лікувальній практиці.

ГОСТРОТА ЗОРУ – гранична здатність ока розрізняти окремі предмети. Її визначають за найменшою відстанню між двома точками, які око бачить окремо.

ГРАВІТАЦІЙНИЙ ШОК – короткочасна втрата свідомості, яка виникає у спортсменів під час різкої зупинки після інтенсивного бігу, ходьби на лижах, бігу на ковзанах тощо.

ГРИЖА – випинання внутрішнього органа, його петлі або частини через отвори в анатомічних структурах під шкіру, між м'язами або у внутрішні порожнини.

ГРИП – вірусне захворювання, яке поширюється повітряно-крапельним шляхом. Симптоми захворювання: різкий головний біль, сухість слизової носоглотки, висока температура, інтоксикація організму; джерелом збудників інфекції є хвора людина. Грип зумовлює різні ускладнення.

ГРУПА РИЗИКУ – група осіб, які мають схильність до певних захворювань у результаті наявності факторів ризику. Переважно стосується немовлят, дітей, людей похилого віку, осіб певних професій.

ГРУПА КРОВІ – ізоантигенна структура еритроцитів і специфічність природних протиеритроцитних антитіл, властивих певній групі людей.

ГРЯЗЕІНДУКТОТЕРМІЯ – лікування комплексною дією на організм грязевої аплікації та змінного магнітного поля високої частоти.

ГРЯЗЕЛІКУВАННЯ – метод теплового лікування, коли на організм хворого діють лікувальними грязями різних типів.

ГУМОРАЛЬНИЙ – такий, що стосується рідких внутрішніх середовищ організму.

- Д -

ДАЛЬТОНІЗМ – нездатність ока розрізняти кольори.

Дегенерація – 1) зміна властивостей кого-небудь до невпізнання;
2) хворобливий процес, зумовлений порушенням обміну речовин; дистрофія; катаболічні зміни.

ДАЛЕКОЗОРИСТЬ – вада рефракції ока з головним фокусом оптичної системи поза сітківкою.

ДАУНА ХВОРОБА – зумовлена порушенням на хромосомному рівні, одна з форм уродженого недоумства, вперше описана лікарем Дж. Дауном. В осіб із такою хворобою простежується олігофренія, м'язова гіпотонія, недостатність ендокринних залоз (передусім щитоподібної), косе розташування очних щілин, широке сплющене перенісся, деформована вушна раковина, напіввідкритий рот, короткі пальці, зміна дерматогліфіки, у них затриманий моторний розвиток, недостатній розвитку уваги, логічної пам'яті. мислення і мовлення.

ДЕВІАНТНА ПОВЕДІНКА – вчинки або система вчинків, які суперечать прийнятим у суспільстві правовим чи моральним нормам, відхилення від норми (проституція, алкоголізм, наркоманія, токсикоманія, злочинність, сексуальні відхилення тощо).

ДЕГЕНЕРАЦІЯ – 1) зміна властивостей кого-небудь до невпізнання, виродження; 2) хворобливий процес, зумовлений порушенням обміну речовин; дистрофія; катаболічні зміни.

ДЕВІАЦІЯ – відхилення від норми.

ДЕЗІНТЕГРАЦІЯ – порушення оптимальної взаємодії частин цілісної системи.

ДЕКОМПЕНСАЦІЯ – недостатність механізмів відновлення функціональних порушень і структурних вад організму.

ДЕКОМПРЕСІЯ – 1) різке зменшення барометричного тиску в навколишньому середовищі; 2) хворобливий стан, спричинений різким зниженням атмосферного тиску; 3) лікувальні заходи, що зменшують надмірний тиск органах, тканинах, порожнинах та різних середовищах організму.

ДЕКОМПРЕСІЙНА ХВОРОБА (КЕСАННА ХВОРОБА) – патологічний стан, що розвивається внаслідок переходу газів крові і тканин із розчиненого стану увільний – газоподібний в результаті зниження атмосферного тиску у навколишньому середовищі (у людини – під час життя з глибини на поверхню, у разі підйому на висоту), газові пухирці, що утворилися при цьому, порушують нормальний кровообіг, подразнюють нервові закінчення, деформують і пошкоджують тканини організму.

ДЕЛІРІЙ – потьмарення свідомості з порушенням орієнтації у довіклі, зоровими галюцинаціями, ілюзіями й руховим неспокоєм. Розрізняють Д. абортивний, алкогольний, гарячковий, гістеричний, епілептичний, інфекційний, старечий, травматичний, фармакогенний.

ДЕМОДЕКОЗ – інвазійна хвороба, спричинена кліщами, які живуть у волосяних фолікулах і сальних залозах; характеризується еритемою з плямами, дрібними вузликами й гноячками.

ДЕМЕНЦІЯ – слабоумство, що виникає внаслідок ураження головного мозку, стійке зниження психічної діяльності з послабленням пізнавальних процесів, розладами поведінки. Характерні симптоми: порушення уваги й пам'яті, зниження здатності абстрактно-логічного мислення, порушення розуміння мовлення, збіднення емоційних переживань, послаблення критичності що-до себе та оточення.

ДЕПРЕСІЯ – хворобливий стан, що виявляється у психічних (пригнічений настрій, уповільнення психічних процесів) та фізичних (зниження загального тону, сповільненість рухів, порушення сну) розладах. Д. зумовлена часто негативними

- Д -

емоційними переживаннями, психічним чи загальним захворюванням, є реакцією організму на складні життєві ситуації (смерть близької людини, втрата життєвої перспективи та ін.).

ДЕРМАТИТ – запалення шкіри.

ДЕРМАТОЗ – захворювання шкіри вроджені чи набуті.

ДЕРМАТОМА – пухлина шкіри.

ДЕРМАТОФІБРОМА – доброякісна пухлина шкіри; щільний безболісний вузол із нечітким відмежуванням від дерми.

ДЕСИНХРОНОЗ – хворобливий стан, спричинений розладом біологічних ритмів; характеризується зниженням працездатності, підвищеною втомою, порушенням сну, втратою апетиту тощо.

ДЕСМОПАТІЯ – хворобливий стан, зв'язок.

ДЕСТРУКЦІЯ – руйнування тканинних, клітинних і субклітинних структур.

ДЕТОРСІЯ – усунення завороту кишки, шлунка або іншого органу шляхом розкручування.

ДЕФЕКТ – вада, хиба, недолік або ушкодження.

ДЕФЕКТ МІЖШЛУНОЧКОВОЇ ПЕРЕГОРОДКИ – вроджена вада серця, у міжшлуночкової перегородці є дефіцит тканини (отвір), через який відбувається аномальне скидання крові з лівого в правий шлуночок.

ДЕФІБРИЛЯТОР – апарат для усунення розладів серцевого ритму (фібриляції передсердь або шлуночків) короткочасним імпульсом електричного струму високої напруги.

ДЕФІГУРАЦІЯ СУГЛОБА – зміна форми суглоба, спричинена набряком періартикулярних тканин і/або збільшення кількості синовіальної рідини.

- Д -

ДЕФЦИТ ЗАЛІЗА В ОРГАНІЗМІ – нестача вмісту заліза, спричинена крововтратою, малим надходженням або недостатнім усмоктуванням у кишках; призводить до розвитку анемії.

ДЕФЦИТ КИСНЕВИЙ – нестача кисню в крові й тканинах організму, призводить до кисневої недостатності.

ДЕФОРМАЦІЯ – 1) зміна форми або розмірів тіла; 2) зміна нормальної форми органа тіла внаслідок хворобливого процесу.

ДЕФОРМАЦІЯ СУГЛОБА – зміна форми суглоба в разі зміщення суглобових кінців кісток або патологічного розростання тканин у ньому.

ДИЗАКУЗІЯ – 1) розлад слуху; 2) спотворення частоти або інтенсивності слуху, неприємні відчуття від різних звуків.

ДИЗОСТОЗ – порушення розвитку кісткової системи.

ДЕЦЕРЕБРАЦІЙНА РИГІДНІСТЬ – різке посилення тонусу розгиначів м'язів.

ДИЗУРІЯ – розлад сечовипускання; болісне або утруднене випускання сечі.

ДИЛЯТАЦІЯ ПОРОЖНИН СЕРЦЯ – розширення порожнин серця.

ДИНАМОГРАФІЯ – метод графічної реєстрації сили та швидкості скорочення м'язів.

ДИНАМОМЕТРІЯ – вимірювання сили певної групи м'язів за допомогою спеціальних пружинних, ртутних, гідравлічних та електричних приладів зі шкалою.

ДИПЛАКУЗІЯ – порушення слуху, коли один і той самий тон по-різному сприймає праве і ліве вухо.

ДИПЛОПІЯ – порушення зору; подвоєння в очах, спричинене ослабленням або паралічем очних м'язів. Виникає при ураженні нервових відділів мозкового стовбура і виявляється в розладі координації рухів очей. Тимчасова Д. може виникати

- Д -

при сильному алкогольному отруєнні організму та перевтомі очей.

ДИСБАЗІЯ – розлад ходи; кульгання.

ДИСБАКТЕРІОЗ – 1) зміни у мікрофлорі організму зі зменшенням кількості чи відсутністю звичайних бактерій або ж появою нетипових, неспецифічних; 2) зміни в організмі, спричинені відхиленням у кількісному та якісному складі мікрофлори.

ДИСБАЛАНС ХАРЧОВИХ РЕЧОВИН – відхилення від оптимальних співвідношень біологічно активних речовин у продуктах харчування.

ДИСБІОЗ – порушення життєдіяльності організму внаслідок зміни біохімічних, біофізичних, фізіологічних та ін. процесів.

ДИСПІДРОЗ – розлад потовиділення.

ДИСИМУЛЯЦІЯ – приховування хвороби чи її окремих симптомів, щоб ввести в оману щодо свого справжнього фізичного або психічного стану.

ДИСКІНЕЗІЯ – розлад координованих рухів; утруднення мимовільних рухів; порушення моторики порожнистих або трубчатих органів.

ДИСКІНЕЗІЯ ЖОВЧНИХ ШЛЯХІВ – безладні, несвоєчасні, недостатні чи надмірні скорочення жовчного міхура та м'язів-стискачів жовчних шляхів.

ДИСКОЗ – дистрофічний процес у міжхребцевому диску у разі остеохондрозу хребта.

ДИСКОМФОРТ – незручність зумовлена відсутністю належних умов для нормальної життєдіяльності людини. Психологічний дискомфорт виникає з появою проблем у міжособистісному спілкуванні.

ДИСКОПАТІЯ – хворобливий стан міжхребцевих дисків.

- Д -

ДИСКРИНІЯ – порушення секреторної функції слизової оболонки; розлад функції ендокринної залози.

ДИСМЕГАЛОПСІЯ – розлад зору; спотворене сприйняття і перебільшення величини предметів і їхніх частин.

ДИСМЕНОРЕЯ – порушення перебігу менструації, що переважно супроводжується вираженим больовим синдромом.

ДИСМЕТРІЯ – зміна амплітуди цілеспрямованих рухів у разі ураження мозочка.

ДИСМІЛІЯ – розлад міміки.

ДИСИМІЛЯЦІЯ – процес розпаду складних органічних сполук.

ДИСМНЕЗІЯ – розлад пам'яті, що виявляється у зниженні можливості запам'ятовування та погіршенні відтворювання.

ДИСМОРФОФОБІЯ – психічний розлад: важке відчуття неповноцінності через дійсну або уявну фізичну ваду.

ДИСПАНСЕРИЗАЦІЯ – система лікарських заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я і тривале збереження високої працездатності; запобігання і виявлення порушень у стані здоров'я, функціональному стані. Передбачає поглиблені диспансерні обстеження (1–2 рази на рік), етапні (3–4 рази на рік) і поточні обстеження (на річних етапах тренування: перед заняттями, на зборах тощо).

ДИСПЕПСІЯ – порушення травлення.

ДИСПЛАЗІЯ – 1) порушення розвитку органів чи тканин; зміна форми розміру та організації зрілих клітин.

ДИСТОНІЯ – розлад тонусу.

ДИСТОНІЯ ВЕГЕТАТИВНА – розлад функцій або будови органів і тканин, зумовлений порушенням їх вегетативної іннервації. Вегетативно-судинна дистонія зумовлена порушенням функцій вегетативної нервової системи.

- Д -

ДИСТОПІЯ – розміщення органа, тканини або окремих клітин у незвичайному для них місці.

ДИСТОРСІЯ – закрита травма суглоба з розтягненням або розривом зв'язок.

ДИСТРОФІЯ – патологічний процес, що виникає внаслідок порушень обміну речовин і скупчення у клітинах кількісно та якісно змінених метаболітів.

ДИСФАГІЯ – розлад акту ковтання. Потрапляння їжі (рідини) у дихальні шляхи може спричинити асфіксію хворого.

ДИСФАЗІЯ – порушення мовлення внаслідок ураження ЦНС.

ДИСФОРІЯ – депресивні розлади настрою, у такому стані простежується дратівливість, агресивність, туга і страх, нездування.

ДИСФУНКЦІЯ – порушення функції системи, органа або тканини організму, характеризується неадекватною реакцією на дію подразників; розлад функції.

ДИТЯЧИЙ ЦЕРЕБРАЛЬНИЙ ПАРАЛІЧ (ДЦП) – параліч, що розвивається внаслідок уражень головного мозку –внутрішньоутробного. Причинами виникнення церебрального паралічу є порушення розвитку мозку або пошкодження однієї чи декількох його частин, які контролюють м'язовий тонус та моторну активність (рухи). Діти з ДЦП переважно відстають у своєму моторному розвитку. У пацієнтів із церебральними паралічами виникають труднощі контролю за власними рухами та координування роботи м'язів.

ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ – поділ, розчленування цілого на різні частини. Диференціація онтогенетична – виникнення в організмі (або окремій його частині) у процесі розвитку морфологічних і функціональних відмінностей. Диференціація філогенетична – розчленування в процесі еволюції єдиної групи організмів на дві або декілька груп.

- Д -

ДИХАЛЬНИЙ АПАРАТ – сукупність органів, що забезпечують газообмін між повітрям, яке вдихає людина, а також очищення від пилових часток, зволоження й зігрівання повітря. Д. а. охоплює ніс та навколоносові пазухи, порожнину рота, глотку, гортань, трахею, бронхіальне дерево, легені.

ДИХАЛЬНА НЕДОСТАТНІСТЬ – патологічний стан, зумовлений порушенням обміну газів між організмом і навколишнім середовищем.

ДИХАЛЬНИЙ КОЕФІЦІЄНТ – відношення об'єму виділеного із організму (тканини, органа) вуглекислого газу до об'єму кисню, який поглинає організм за цей час.

ДИХАННЯ – фізіологічний процес, під час якого відбувається поглинання кисню і виділення вуглекислого газу та води.

ДИХАННЯ ШТУЧНЕ – застосовують у випадку раптового чи поступового припинення природної вентиляції.

ДІАЛІЗ – звільнення колоїдних розчинів і розчинів високомолекулярних речовин від розчинених у них солей та інших низькомолекулярних речовин. Діаліз відбувається за допомогою напівпроникних мембран, через які не просочуються порівняно великі колоїдні частинки.

ДІАБЕТ – захворювання, що характеризується виділенням великої кількості сечі та інших хімічних речовин, які утворюються в організмі у процесі обміну речовин. Розрізняють діабет адреналіновий, бронзовий (гемохроматоз), нецукровий-периферійний, нецукровий центральний, нирковий, панкреатичний, тиреогенний, цукровий тощо.

ДІАГНОЗ – лікарський висновок із визначенням назви й суті хвороби, травми на підставі анамнезу та всебічного обстеження хворого.

ДІАГНОСТИКА – 1) розділ клінічної медицини, що вивчає зміст, методи, етапи процесу розпізнавання хвороб; 2) встановлення діагнозу, діагностування.

- Д -

ДІАРЕЯ – розлад функції органів травлення, збільшення частоти дефекацій за добу (понад 3 рази) і середньої маси випорожнень (більше 250 г), а також кількості в них рідини (понад 80 %). Розрізняють Д. антибіотикоасоціативну й вірусну.

ДІАСТАЗ – 1) розділення, розходження тканин (напр., відламків у разі перелому кістки); 2) у кардіології: показник скоротливої функції лівого передсердя; виникає всередині діастолі безпосередньо перед скороченням передсердя, коли шлуночки повільно наповнюються кров'ю.

ДІАСТОЛА – фаза серцевого циклу, пов'язана з розширенням пульсуючого органу (серця, вакуолі), під час якої порожнини заповнюються кров'ю.

ДІАТЕЗ – реакція організму на звичайні подразники, схильність до тих чи інших захворювань, зумовлена спадковими або набутими властивостями організму. Найпоширенішим є ексудативно-катаральний діатез, що характеризується схильністю організму до затяжних запальних процесів і розвитку алергічних реакцій.

ДІАТЕРМІЯ – застосування струму високої частоти з лікувальною чи хірургічною метою (для глибокого прогрівання органів і тканин, для коагуляції тканин тіла); забезпечує протизапальну, знеболювальну, спазмолітичну й гіпосенсибілізаційну дію.

ДІАФІЗ – середня частина трубчатої кістки, розміщена між епіфізами. На межі епіфіза і діафіза розташована зона росту довгої кістки. Складається з компактної кісткової речовини. Всередині міститься кістковомозковий канал, у якому кістковий мозок.

ДІАФРАГМА – 1) м'язово-сухожилкова перегородка між грудною й черевною порожнинами; 2) м'язово-фасціальний утвір навколо будь-якої порожнини тіла; розділювальна перетинка.

- Д -

ДИСТА – раціон та режим харчування, що призначається з лікувальною метою.

ДИТОЛОГІЯ – наука про лікувальне харчування, що вивчає харчування людини в нормі та при патологічних станах, розробляє основи раціонального харчування і методи його організації.

ДІЛОВА ГРА – різновид навчальних соціальних технологій, метод пошуку управлінських рішень у різних виробничих, соціально-економічних, соціальних, психологічних проблемних ситуаціях за чіткими правилами. Ділову гру проводять у групах, а також за індивідуальним варіантом. Як метод інтенсивної роботи ділова гра уможливорює залучення всіх учасників до активної творчості, сприяє розвитку співпраці, виробленню навичок прийняття рішень. Попри умовність ігрової моделі ситуацій у свідомості учасників гри, завдяки особливим прийомам, доволі повно й точно моделюються реальні процеси та явища, а також суперечності, що потребують розв'язання.

ДІППЕРИ – люди з нормальним (10–22%) ступенем нічного зниження артеріального тиску.

ДІУРЕЗ – виділення і виведення з організму сечі.

ДОВІРА – морально-психологічна категорія, якою характеризують ставлення індивіда до іншої особи і її дій.

ДОМІНАНТА – 1) головний принцип, ідея, ознака; найважливіша складова чого-небудь; 2) тимчасове панівне вогнище збудження в центральній нервовій системі, здатне гальмувати збудження інших рефлекторних центрів. Домінанта є фізіологічною основою уваги, визначає мислення і поведінку людини.

ДОПІНГ – фармакологічні препарати, які сприяють підвищенню спортивної працездатності; підсилюють фізичну та психічну діяльність організму.

- Д -

ДОРСАЛЬНИЙ – спинний; стосується до спини.

ДОРСОВЕНТРАЛЬНИЙ – спинно-черевний; спрямований від спини до живота.

ДРСОСПІНАЛЬНИЙ – стосується спини й хребта.

ДРЕНАЖУВАННЯ – у медицині: виведення з порожнини тіла чи рани гною, рідини за допомогою певного пристосування.

ДРІБНА МОТОРИКА – рухи пальцями (переважно рук). Наприклад: захоплення предмета пальцями рук і випускання його, рухи пальцями, координація “око-рука”, “пінцетне захоплення” предмета, малювання й писання.

ДРУГА СИГНАЛЬНА СИСТЕМА – сукупність нервових процесів, що виникають у корі великого мозку людини, внаслідок сигналізації подразників зовнішнього середовища за допомогою слів; друга сигнальна система є вищим регулятором нервової діяльності й поведінки, мислення людини.

ДРУГЕ ДИХАННЯ – стан, що настає після гострої втоми, після інтенсивної м'язової роботи, характеризується поліпшенням самопочуття і підвищенням працездатності.

ДУКТОГРАФІЯ – рентгенографічне дослідження проток будь-якого органа після введення в них контрасної речовини.

ДУОДЕНАЛЬНИЙ – такий, що стосується дванадцятипалої кишки.

ДУОДЕНІТ – запально-дистрофічний процес дванадцятипалої кишки, часто обмежується слизовою оболонкою або поширюється на всі її оболонки.

ДУШ – гігієнічна або лікувальна процедура, що виявляється у дії на організм води – одного чи багатьох струменів різної форми, тиску і температури.

- Е -

ЕВКІНЕЗІЯ – нормальна рухова функція або діяльність органа.

ЕВОЛЮЦІЙНИЙ – 1) безперервний, поступовий; 2) який поступово стадійно розвивається.

ЕВПНОЕ – рівномірне, легке та спокійне дихання.

ЕВРИТМІЯ – нормальний ритм пульсу або серцевих скорочень.

ЕГОЇСТИЧНИЙ – який дбає тільки про себе, свої власні інтереси.

ЕДЕМАТОЗНИЙ – стосується до набряку; набряковий.

ЕЗОФАГІТ – запалення стравоходу.

ЕЗОФАГОСКОПІЯ – огляд стравоходу за допомогою ендоскопа.

ЕЙДОНТОМЕТРІЯ – визначення гостроти зору.

ЕКВІВАЛЕНТНИЙ – рівнозначний, рівноцінний, однаковий за величиною; рівносильний; який є еквівалентом.

ЕЙФОРІЯ – психічний стан людини, що характеризується піднесеним настроєм, що поєднується з недостатньою критичною оцінкою свого стану, невідповідного об'єктивним обставинам; безпричинна радість, безтурботність, може бути зумовлена психічною хворобою, уживанням ліків чи наркотичних засобів, алкогольним сп'янінням.

ЕКЗЕМА – гостре чи хронічне запальне захворювання шкіри, що має нервово-алергічну природу. Проявляється поліморфним сверблячим висипом. Розрізняють справжню, професійну і мікробну екзему. Виникненню екземи сприяють зовнішні (механічні, хімічні, термічні тощо) і внутрішні (захворювання печінки, нирок, шлунково-кишкового тракту, ендокринної та нервової систем, тощо) чинники.

- Е -

ЕКЗАНТЕМА – висип на шкірі інфекційного, алергічного чи токсичного походження.

ЕКЗОГЕННИЙ – той, що виникає під впливом зовнішніх чинників.

ЕКОЛОГІЯ – наука, що вивчає закономірності формування і функціонування біологічних систем та їх взаємодію з навколишнім середовищем.

ЕКСКОРІАЦІЯ – поверхневий дефект шкіри, що виникає при її механічному пошкодженні.

ЕКСПАНСИВНИЙ – нестриманий у вияві своїх почуттів.

ЕКСПРАЦІЯ – видих.

ЕКСПРЕС-КОНТРОЛЬ ЗАНЯТТЯ – контроль під час занять фізичними вправами. Визначає безпосередній вплив фізичного навантаження на організм людини. Проводять з метою виявлення відповідності використаних на занятті навантажень функціональним можливостям особи, яка займається фізичними вправами.

ЕКСТЕНЗІЯ – розтягнення, розгинання.

ЕКСТЕНЗОРИ – м'язи – розгиначі.

ЕКСТЕРОРЕЦЕПТОРИ – рецептори, які сприймають подразнення зовнішнього середовища.

ЕКСТРАВЕРТ – людина, інтереси якої спрямовані на об'єкти зовнішнього світу, товариська, контактна. Реакції і поведінку Е. зазвичай визначають зовнішні враження, а не внутрішні переживання. Поведінці Е. властиві імпульсивність, ініціативність, гнучкість у діях і вчинках, висока соціальна адаптивність.

ЕКСТРАОРДИНАРНИЙ – відмінний від звичайного; винятковий, незвичайний.

ЕКСТРАСЕНСОРНИЙ – який сприймається безпосередньо без участі органів чуття.

- Е -

ЕКСТРЕМАЛЬНИЙ – 1) якого далі не можна переносити; крайній; останній; 2) який досяг найвищого ступеня; граничний, надзвичайний.

ЕКСТРЕНИЙ – 1) якого не можна відкласти; невідкладний; терміновий 2) непередбачений, несподіваний; 3) терміново виданий, ужитий тощо.

ЕКСУДАТ (випіт) – рідина, яка утворюється при запальних процесах у тканинах або порожнинах тіла людини. Залежно від вмісту білка і складу клітин розрізняють серозний, гнійний, геморагічний, фібринозний і слизовий ексудат.

ЕКСУДАЦІЯ – виділення плазми та лейкоцитів у навколишні тканини, внаслідок підвищення проникності стінок судин. Ексудат може бути серозним (сироватка крові), фібринозним (підвищений вміст білка), гнійним, лейкоцитарним (підвищена кількість лейкоцитів), геморагічним (підвищена кількість еритроцитів).

ЕКТАЗІЯ – розтягнення, розширення порожнистого або трубчастого органа, тканини.

ЕКТОМІЯ – видалення, резекція чого-небудь.

ЕКТОПІЯ – зміщення органів або частин тіла.

ЕКХІМОЗ – великий крововилив у шкіру або слизову оболонку; синець.

ЕКХОНДРОЗ – 1) розростання хряща у вигляді наросту; 2) утворення хрящової тканини поза її звичним розміщенням.

ЕЛАСТИЧНИЙ – здатний легко гнутися, розтягуватися і повертатися до попередньої форми; пружний.

ЕЛАСТОЗ – 1) дегенерація й фрагментація еластичних волокон; 2) дерматоз із розростанням еластичних волокон.

ЕЛАСТОЛІЗ – ферментний розпад еластичних волокон; призводить до атрофії і в'ялості шкіри.

- Е -

ЕЛЕКТРОАНАЛЬГЕЗІЯ – ослаблення болі під дією електричного струму на ЦНС або на периферичну нервову систему.

ЕЛЕКТРОАНАСТЕЗІЯ – наркоз, викликаний дією електричного струму відповідної сили на ЦНС.

ЕЛЕКТРОВЕРСІЯ – припинення аритмії й нормалізація діяльності серця за допомогою електричного струму.

ЕЛЕКТРОГЕМОСТАЗ – зупинка кровотечі коагуляцією кровотоливої поверхні з використанням височастотного струму.

ЕКТОМОРФНИЙ (астенічний) – термін використовують для опису специфічного типу статури. Люди, що мають таку статуру, зазвичай, худі, високі і мають велику площу поверхні шкіри порівняно з вагою.

ЕЛЕКТРОЕНЦЕФАЛОГРАФІЯ (ЕЕГ) – метод реєстрації біотоків головного мозку. Спостереження за динамікою електричної активності різних ділянок мозку за допомогою електродів, прикріплених на поверхні голови. У процесі аналізу ЕЕГ досліджують частоту, тривалість, амплітуду і контури хвиль.

ЕЛЕКТРОКАРДІОГРАМА – запис електричної активності серця, зареєстрований за допомогою електрокардіографа.

ЕЛЕКТРОКАРДІОГРАФІЯ (ЕКГ) – графічне зображення різниці електричних потенціалів, які виникають у міокарді при його збудженні.

ЕЛЕКТРОКІМОГРАФІЯ – метод рентгенологічного дослідження серця і великих судин.

ЕЛЕКТРОМІОГРАФІЯ – метод реєстрації біопотенціалів скелетних м'язів.

ЕЛЕКТРОТЕРМОМЕТРІЯ – метод вимірювання температури (шкірної, у ротовій порожнині, у прямій кишці). Щуп електротермометра (ТЕМП-60) прикладають до відповідної ділянки тіла людини і за шкалою визначають температуру в гра-

дусах. Цей метод дає змогу оцінити стан здоров'я і функціональний стан.

ЕЛІМІНАЦІЯ – виведення речовин (продуктів метаболізму, ліків тощо) з організму.

ЕМБОЛІЯ – патологічний процес; перенесення з током крові (або лімфи) тих чи інших частинок, що потрапили в неї, з подальшою закупоркою судин. Ці частинки називають емболами.

ЕМБРИОГЕНЕЗ – процес зародкового розвитку організмів.

ЕМОЦІЇ – психічні стани і процеси, в яких відображається безпосереднє, ситуативне переживання життєвих явищ. Виникають як чуттєва реакція у відповідь на різні за характером екзогенні й ендогенні сигнали, які зумовлюють певні зміни у фізіологічному стані організму – породжують у свідомості людини не образи предметів і явищ, а переживання. Емоції виконують сигнальну і регулятивну функції. У них виявляється оцінне ставлення суб'єкта до різних ситуацій, до своєї діяльності і поведінки. Розрізняють емоції позитивні та негативні, прості та складні, стеничні й астеничні, моральні, інтелектуальні, естетичні.

ЕМОЦІЙНИЙ ФОН ЗАНЯТТЯ – атмосфера спілкування на занятті, співвідношення емоційного стану викладача й студентів, Е.ф.з. впливає на самопочуття. Викладач повинен створювати емоційно сприятливі умови завдяки комунікативним вмінням, відповідному темпоритму заняття.

ЕМПАТІЯ – розуміння та співпереживання психологічного стану іншої людини.

ЕМПІЄМА – скупчення гною в будь-якій порожнині тіла чи в порожнистому органі.

ЕМФІЗЕМА – розтягнення органа чи тканини повітрям або газом, утвореним у них.

- Е -

ЕМФІЗЕМА ЛЕГЕНЬ – патологічне розширення легень повітрям зі зниженням їхньої еластичності й зменшенням дихальної поверхні.

ЕНДАРТЕРИТ – запалення внутрішньої оболонки артерій.

ЕНДЕМІЧНИЙ – властивий даній місцевості, місцевий (про хворобу).

ЕНДОГЕННИЙ – зумовлений внутрішніми причинами.

ЕНДАРТЕРИТ – запалення внутрішньої оболонки артерій.

ЕНДЕМІЧНИЙ – властивий даній місцевості, місцевий (про хворобу).

ЕНДОКАРД – внутрішня оболонка серця.

ЕНДОКРИННА СИСТЕМА – система, яка складається із спеціалізованих структур, до яких належать секреторні ядра гіпоталамуса, гіпофіз, шишкоподібне тіло, щитоподібна залоза, вилочкова залоза, парашитоподібні залози, надниркові залози, чоловічі і жіночі статеві залози, ендокринні структури підшлункової залози і шлунково-кишкового тракту. За допомогою гормонів Е. с. бере участь у гуморальному забезпеченні координації й інтеграції процесів життєдіяльності організму: росту, розвитку, розмноження, адаптації, поведінки.

ЕНДОСКОПІЯ – візуальне дослідження порожнистих органів і порожнин організму за допомогою оптичних приладів, які обладнані освітлювальним пристроєм.

ЕНЕРГЕТИЧНИЙ БАЛАНС – відношення кількості енергії, що надійшла в організм і витраченої організмом.

ЕНЕРГОМЕТРІЯ – визначення витрачання енергії організмом людини у процесі життєдіяльності. Енергетичні витрати організму вимірюють шляхом визначення кількості тепла, яке виділяє тіло у навколишнє середовище (пряма калориметрія), і шляхом дослідження газообміну (непряма калориметрія).

- Е -

ЕНЗИМОДІАГНОСТИКА – визначення активності ферментів у біологічних рідинах організму, у тканинах і клітинах з діагностичною метою.

ЕНЗИМОТЕРАПІЯ – застосування ферментів тваринного, рослинного чи бактеріального походження з лікувальною метою.

ЕНДОКАРДИТ – запалення ендокарда (бактеріальне, інфекційне тощо).

ЕНДОКРИНОЛОГІЯ – наука, яка вивчає органи внутрішньої секреції і їхні функції, а також захворювання, пов'язані з порушенням функцій цих залоз.

ЕНТЕРИТ – запалення слизової оболонки тонкої кишки; характеризується болем у животі, метеоризмом, частими різкими, випорожненнями.

ЕНТЕРОВІРУСИ – рід РНК – вмісних вірусів, які розмножуються у травному каналі, можуть уражати, крім кишок, головний мозок і міокард.

ЕНТЕРОГЕННИЙ – який має кишкове походження.

ЕНТЕРОКОЛІТ – запальне або запально-дистрофічне ураження слизової оболонки тонкої й товстої кишок.

ЕПІКАРД – зовнішня серозна оболонка серця.

ЕПІКАРДІАЛЬНИЙ – стосується до епікарда або черевної частини стравоходу.

ЕНЦЕФАЛІТ – запальне захворювання головного мозку різної етіології.

ЕНЦЕФАЛОГРАФІЯ – рентгенологічне або радіоізотопне дослідження головного мозку.

ЕНЦЕФАЛОМІЄЛІТ – запалення головного і спинного мозку.

ЕНЦЕФАЛОПАТІЯ – хворобливий стан головного мозку.

ЕПІГАСТРАЛГІЯ – біль у надчерев'ї.

- Е -

ЕПІДЕМІОЛОГІЯ – наука про причини і фактори, які впливають на частоту й поширення захворювань, закономірності епідемічного процесу й методи боротьби з інфекційними та неінфекційними хворобами.

ЕПІДЕМІЯ – швидке й велике поширення інфекційної хвороби у певній місцевості.

ЕПІДЕРМАЛЬНИЙ – який стосується епідермісу.

ЕПІДЕРМІС – зовнішній шар шкіри, утворений багат шаровим плоским зроговілим епітелієм, в якому розрізняють п'ять шарів (базальний, остистий, зернистий, блискучий, роговий).

ЕПІДЕРМОДЕРМІТ – запалення власне шкіри й надшкір'я.

ЕПІДЕРМОМІКОЗ – хвороба, яка спричинена патогенними грибками; збудники паразитують у надшкір'ї, поширюються на весь роговий шар шкіри, волосся та нігті і можуть спричинити алергічні реакції.

ЕПІЛЕПСІЯ – хвороба, що зумовлена ураженням головного мозку, виявляється у періодичних судомних випадках із утратою свідомості.

ЕПІТЕЛІАЛЬНИЙ – такий, що стосується епітелію.

ЕПІТЕЛІЙ – тканина, яка покриває поверхню тіла і утворює слизові та серозні оболонки його внутрішніх органів і паренхіму більшості залоз.

ЕРГОГРАМА – графічне зображення процесу втоми.

ЕРГОГРАФІЯ – оцінка рівня працездатності організму людини шляхом реєстрації його м'язової роботи. У клінічній практиці використовують для виявлення прихованих і ранніх форм ішемічної хвороби серця, а також контролю за ефективністю медикаментозної терапії.

ЕРГОМЕТРІЯ – вимірювання фізичної роботи, яку виконує людина, за допомогою спеціальних приладів (ергометрів).

- Е -

ЕРГОСПРОМЕТРІЯ – дослідження зовнішнього дихання шляхом визначення хвилинного об'єму легеневої вентиляції і споживання кисню в умовах дозованого фізичного навантаження.

ЕРИТЕМА – ділянка гіперемії шкіри або слизової оболонки. Розвиток Е. зумовлений розширенням кровоносних судин дерми.

ЕРИТРОДЕРМІЯ – почервоніння шкіри, що супроводжується набрякливістю, інфільтрацією і лущенням

ЕРИТРОЦИТИ – безядерні формені елементи крові, що містять гемоглобін.

ЕРОЗІЯ –руйнування епітелію або слизових оболонок під дією екзо- чи ендогенних чинників.

ЕТАПНИЙ КОНТРОЛЬ ЗАНЯТЬ – відбувається після певного етапу тренування. Визначає кумулятивний ефект дії фізичних вправ на організм людини.

ЕСТЕЗІОМЕТРІЯ – дослідження чутливості шкіри та слизових оболонок до механічної, температурної та больової дії.

ЕТИЧНА САМОРЕГУЛЯЦІЯ – процес, який характеризує здатність особистості поводитися згідно загальноприйнятих моральних норм, оцінок і професійних вимог.

ЕТИОЛОГІЯ – вчення про причини й умови виникнення хвороб.

ЕФЕКТ ПОГАШЕННЯ – економізація реакцій кровообігу й дихання на фізичні навантаження, які виконують різні м'язи.

ЕФЕКТИВНІСТЬ НАВЧАННЯ – ступінь досягнення мети навчання; визначають на підставі зіставлення мети і здобутих результатів.

ЕФЕРЕНТНИЙ – відцентрований, спрямований від органа, нервового центра.

ЕХОГРАФІЯ УЛЬТРАЗВУКОВА – дослідження внутрішніх органів і тканин, що ґрунтується на ультразвукових імпульсах,

які, відбившись від різних структур, формують зображення їх цільності на екран електронно-променевої трубки.

ЕХОЕНЦЕФАЛОГРАФІЯ – ультразвукографічне дослідження головного мозку, що ґрунтується на принципі ехолокації; застосовують для виявлення вогнищевих уражень (пухлина, гематома, атрофічний процес у півкулі).

ЕХОКАРДІОГРАФІЯ – ультразвукографічне дослідження серця ; застосовують для вивчення структури й функціонального стану серця.

ЄВФЕНІКА – клініко-біохімічні методи відновлення функцій організму, патологічні зміни яких зумовлені генетично.

ЄМНІСТЬ ЛЕГЕНЬ ЗАЛИШКОВА ФУНКЦІОНАЛЬНА – об'єм повітря, що залишається в легенях наприкінці нормального спокійного видиху.

ЄМНІСТЬ ЛЕГЕНЬ ЖИТТЄВА – об'єм повітря при максимальному видиху, зробленому після попереднього максимального вдиху.

- Ж -

ЖАР – 1) підвищена температура тіла в разі захворювання;
2) збудження – стан людини, спричинений хвилюванням, страхом тощо.

ЖАРОЗНИЖУВАЛЬНИЙ – (АНТИПРЕТИЧНИЙ, АНТИФЕБРИЛЬНИЙ) – який використовують для зниження високої температури тіла.

ЖИТТЄЗДАТНІСТЬ – основна властивість кожного живого організму, об'єктивна основа здоров'я. Життєздатність властива будь-якому організму: вірусам і мікроорганізмам, рослинам, тваринам і людині.

ЖОВТЯНИЦЯ (жовтуха) – хворобливий стан, який характеризується пожовтінням шкіри й слизових оболонок унаслідок підвищення рівня білірубіну в крові.

ЖОВЧ – гіркий жовто-зелений секрет, який виробляється в печінці, що сприяє засвоєнню жирів і забезпечує нормальну функцію кишок.

ЖОВЧНІ ПРОТОКИ – протоки, по яких жовч під час жовчовиділення надходить із жовчного міхура в дванадцятипалу кишку.

ЖОВЧНИЙ МІХУР – поржнистий орган травної системи, у якому відбувається нагромадження жовчі.

ЖОВЧНОКАМ'ЯНА ХВОРОБА – захворювання, морфологічним субстратом якого є камені жовчного міхура і жовчовивідних шляхів.

ЖОВЧОГІННИЙ – 1) який стимулює утворення жовчі в печінці; холеретичний; 2) який стимулює виділення жовчі із жовчного міхура та проток у дванадцятипалу кишку; холекінетичний.

ЗАБІЙ – механічне пошкодження тканин або органів без видимого порушення їхньої анатомічної цілісності; клінічними симптомами є біль, припухлість, порушення функції.

ЗАВДАННЯ (педагогічне, пізнавальне, навчальне, виховне, дослідницьке) – етап руху до мети: мета, яка задана в конкретній ситуації, що потребує перетворень, спонукає до активної діяльності.

ЗАВИТКА – основна частина внутрішнього вуха, в якій міститься звукосприймальний апарат.

ЗАГАЛЬМОВАНІСТЬ ІДЕАТОРНА – уповільнення темпу мислення і мовлення, характерна для різних психопатологічних станів; З. моторна – сповільнення й одноманітність рухів; З. психічна – сповільнення перебігу психічних процесів у разі депресії чи слабоумства.

ЗАГАРТОВУВАННЯ – комплекс методів спрямованих на підвищення функціональних резервів організму і його стійкості до несприятливої дії фізичних факторів навколишнього середовища.

ЗАДИШКА – утруднене, змінене дихання, яке проявляється суб'єктивними відчуттями утруднення дихання, недостатності повітря, а також об'єктивними змінами основних показників функції зовнішнього дихання (глибина і частота дихання та їх співвідношення, хвилинний об'єм і ритм дихання, підвищення роботи дихальних м'язів).

ЗАГАЛЬНИЙ ЕЛАСТИЧНИЙ ОПІР – еластичний опір аорти та її великих гілок.

ЗАГАЛЬНИЙ ПЕРИФЕРИЧНИЙ ОПІР – прохідність резистивних судин (артеріол і прекапілярів).

ЗАКРИТІ ПОШКОДЖЕННЯ – пошкодження, що не супроводжуються порушенням цілісності зовнішніх покривів тіла: струси, синці, розриви внутрішніх органів, розтягнення і розриви зв'язок, вивихи, закриті переломи.

ЗАХИСНІ РЕАКЦІЇ ОРГАНІЗМУ – фізіологічні, біохімічні та морфологічні реакції (рефлекторні та гуморальні), що виникають у відповідь на дії різних подразників.

ЗАЛОЗИ – клітини або органи, що виробляють і виділяють фізіологічно активні речовини або концентрують і виводять із організму кінцеві продукти обміну.

ЗАРЯДКА – комплекс фізичних вправ, який виконують з метою підвищення загального тону організму.

ЗАПАЛЕННЯ – 1) захисно-приспосувальна судинно-тканинна реакція організму на дію різних подразників; 2) хворобливий стан, який супроводжується температурою, набряком, почервонінням, болем і порушенням функції уражених органів або частин тіла. Причинами запалення можуть бути такі чинники: біологічні (віруси, бактерії, грибки і тваринні паразити); механічні і термічні (травма, високі й низькі температури); фізичні (променева й електрична енергія); хімічні (кислота, луги, скипидар, токсини й отрути).

ЗАПАМОРОЧЕННЯ – 1) втрата здатності сприймати дійсність, розуміти, мислити; 2) відчуття переміщення тіла в просторі внаслідок ураження або подразнення лабіринту внутрішнього вуха або мозочка.

ЗАПЛІДНЕННЯ – процес злиття чоловічої і жіночої статевих клітин, що зумовлює утворення зиготи, яка дає початок новому організму.

ЗАХВОРЮВАНІСТЬ – показник поширення хвороб, які виявлені та зареєстровані протягом року серед населення в цілому або в окремих групах; обчислюється на визначену кількість населення (100, 1 000, 10 000, 100 000).

ЗАХИСНІ РЕФЛЕКСИ – реакції, що виникають під час дії на організм подразників, які порушують його нормальну діяльність, шкідливих для нього або загрозливих для життя.

ЗАХИСТ ПСИХОЛОГІЧНИЙ – механізм захисту особи, які виявляються у певних формах поведінки, що забезпечує зниження емоційного напруження або усунення травмуючої ситуації.

ЗАХИТУВАННЯ – патологічний стан організму, який виникає в результаті подразнення вестибулярного аналізатора, а також особливого сприймального апарату рухливих внутрішніх органів (шлунка, кишківника тощо). Може виникнути під час морської хитавиці (морська хвороба), польотів на літаку (повітряна хвороба), автомобільної їзди дорогами, де багато поворотів, підйомів, спусків, під час занять фігурним катанням, вітрильним і водно-моторним спортом, плаванням, гімнастикою, акробатикою та іншими видами спорту.

ЗАТРИМКА ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ – сповільнений темп розвитку психіки або окремих її функцій, зумовлений фізіологічними, соматичними або соціальними факторами.

ЗАЦЕМЛЕННЯ – у медицині: затиснення органа або іншого анатомічного утворення в природних або патологічних каналах, отворах, між спайками, рубцями, що призводить до порушення кровопостачання та іннервації.

ЗБУДЛИВІСТЬ – здатність високоорганізованих тканин (нервової, м'язової, залозистої) реагувати на подразнення змінами фізіологічних властивостей і генерацією процесу збудження.

ЗБУДЖЕННЯ – у психіатрії – психопатологічний стан із вираженим підсиленням психічної і рухової активності; у фізіології – один із основних фізіологічних процесів, що характеризується підвищенням специфічної діяльності клітин, тканин і цілих організмів на зовнішні та внутрішні подразники.

ЗВ'ЯЗКИ – в анатомії – щільна сполучна тканина, що скріплює суглоби або з'єднує окремі органи тіла між собою.

ЗДІБНОСТІ – стійкі психологічні властивості індивіда, що забезпечують можливість успішного виконання певного виду продуктивної діяльності. Вони виявляються в тому, як індивід навчається, набуває певних знань, умінь і навичок, опановує певні галузі діяльності, залучається до творчого життя суспільства. У здібностях поєднується природне й соціальне. Природним підґрунтям здібностей є задатки. Сукупність здібностей називають обдарованістю. Визначальним у розвитку здібностей є умови життя та взаємодія з навколишнім середовищем.

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ – орієнтованість особистості на зміцнення свого та суспільного здоров'я. Відображає особисто-мотиваційне втілення індивідами своїх соціальних, психічних, фізичних можливостей і здібностей.

ЗДОРОВ'Я – стан повної і фізичної рівноваги організму, коли нормально функціонують усі його органи; стан повного фізичного, розумового і соціального добробуту.

ЗМІЩЕННЯ ВІДЛАМКІВ КІСТКИ – зсунення відламків кістки на рівні перелому, зумовлене діючою силою й скороченням м'язів.

ЗМІЩЕННЯ ТКАНИННЕ – зміна розміщення тканин, зумовлена тиском чи іншим впливом.

ЗМОРШКА – борозенка, складка на шкірі лиця, тіла людини.

ЗІНИЦЯ – отвір у райдужній оболонці ока, крізь який у нього потрапляють світлові промені. Звуження або розширення зіниці здійснюється м'язами райдужної оболонки, а регулюється центральною нервовою системою. При яскравому освітленні звужується, при слабкому освітленні, а також під впливом атропіну, адреналіну та ін. речовин, емоцій та болю – розширюється.

ЗІНИЧНИЙ БОЛЬОВИЙ РЕФЛЕКС – при інтенсивному больовому подразненні простежується розширення зіниці.

ЗНЕВОДНЕННЯ ОРГАНІЗМУ – зменшення загального вмісту води в організмі, коли її втрати перевищують надходження та утворення; клінічно проявляється зменшенням ваги тіла, сильною спрагою, втратою апетиту, нудотою, висиханням слизових оболонок та шкіри, зниженням кров'яного і внутрішнього тиску, загальною слабкістю, запамороченнями, порушенням координації рухів, послабленням м'язової сили, уваги, зменшенням діурезу, зір і слух послаблюються, ковтання утруднене, наростає недостатність кровообігу, порушується психіка.

ЗНЕБОЛЮВАННЯ – усунення больової чутливості (місцеве і загальне).

ЗОБ (воло) – видиме збільшення щитоподібної залози; розрізняють п'ять ступенів збільшення щитоподібної залози. Причиною розвитку зобу ендемічного є дефіцит йоду в біосфері, що призводить до зниження секреції та продукції тиреоїдних гормонів. Дифузний токсичний зоб – захворювання з характерними клінічними проявами, що ґрунтуються на дифузному збільшенні та гіперфункції щитоподібної залози.

ЗОВНІШНЄ ГАЛЬМУВАННЯ – повне чи часткове тимчасове зникнення умовних рефлексів під дією зовнішнього подразника.

ЗОНА НАЙБЛИЖЧОГО РОЗВИТКУ – поняття про зв'язок навчання і психічного розвитку дитини, який визначається розходженням між рівнями актуального і потенційного розвитку, тобто тими можливостями дитини, які вона може реалізувати за допомогою дорослих і які будуть її досягненнями найближчим часом. Поняття визначає психічні функції, які перебувають у процесі активного дозрівання.

ЗОНДУВАННЯ – метод інструментального дослідження порожнистих органів, каналів, нориць та ран за допомогою різних зондів.

ЗОРОВИЙ АНАЛІЗАТОР – складна система оптичних і окорухових центрів та їх зв'язків, що забезпечують сприйняття, аналіз та інтеграцію зорових подразнень. Складається з периферійного відділу (фоторецепторний апарат сітківки ока, зоровий нерв і зоровий тракт) і центрального (мозкового) відділу, який об'єднує підкіркові та стовбурові центри, а також зорову ділянку кори півкуль великого мозку.

ЗУБНА ФОРМУЛА – враховує порядок, строки прорізування і зміни зубів, є об'єктивним індикатором біологічного віку.

ІГРОТЕРАПІЯ – комплекс реабілітаційних ігрових методик: пізнавальних, настільних, конкурси, турніри, змагання, рухливі та імпровізовані ігри. Будь-яка гра може бути адаптована до можливостей пацієнта шляхом корекції відповідного ігрового елемента (полегшення умов, зменшення кількості учасників, часу змагань тощо).

ІДЕАЛІЗАЦІЯ – 1) мисленне конструювання понять про об'єкти, що не існують і не здійсненні, але для яких є прообрази в реальному світі; 2) наділення когось або чогось привабливими, але ірраціональними властивостями; уявлення про когось або щось як значно краще і досконаліше, ніж воно є насправді.

ІДЕНТИФІКАЦІЯ – 1) ототожнення, уподібнення; 2) форма психологічного захисту, яка полягає у переносі образу іншої людини на себе з утворенням емпатії, що дає змогу досягнути внутрішнього психологічного заспокоєння; 3) дослідження, спрямоване на встановлення виду конкретного макро- чи мікроорганізму.

ІДЕНТИФІКАЦІЯ ОСОБИ – визначення за допомогою спеціальних методів тотожності суб'єкта конкретній особі за розпізнавальними ознаками і особливостями, що характеризують його.

ІДЕОФРЕНІЯ – психічні хвороби, що переважно проявляються маячними розладами.

ІДІОПАТИЧНИЙ – той, що виникає без видимих причин і характеризується нез'ясованим походженням; самостійний, первинний.

ІДІОПАТІЯ – хворобливий стан невідомого походження; патологічний процес, який розвинувся спонтанно.

ІЗОДІАГНОСТИКА – метод діагностики, який застосовують у медичній паразитології, ґрунтується на біологічних пробах.

ІЗОМЕТРІЯ – однаковість розмірів і збереження пропорцій органів і частин тіла під час росту організму.

ІЗОМОРФНИЙ – такий, що подібний за формою; морфологічний ідентичний.

ІЗОПНОЕ – стан, коли максимальна легенева вентиляція значно знижена і майже не підвищується під час фізичного навантаження; виникає у разі застою крові у легенях.

ІДЮСИНКРАЗІЯ – 1) реакція організму, подібна до алергії; виникає у людей зі спадково зумовленою підвищеною чутливістю до ліків, деяких продуктів харчування; незвичайна хвороблива реакція людини на звичайні подразники.

ІДЮТІЯ – крайній ступінь природженого або набутого недоумства.

ІЗОРИТМІЯ – ритм серця, який на ЕКГ характеризується однаковими відстанями між зубцями R у всіх серцевих циклах; ознака органічного ураження міокарда.

ІЗОТЕРМІЧНИЙ – який характеризується постійною, незмінною температурою.

ІЗОТЕРМІЯ – відносна постійність температури тіла, що забезпечується фізіологічними механізмами терморегуляції.

ІЗОТОНІЯ – 1) однаковість осмотичного тиску; 2) постійність м'язового або нервового тону.

ІЛЕОПСОЇТ – запалення клубово-поперекового м'яза.

ІЛЮЗІЯ – 1) нездійснена мрія, необґрунтована надія; 2) оманливе, хибне сприйняття дійсності людиною.

ІМАГОТЕРАПІЯ – психоаналітичний метод лікування, що полягає у відтворенні хворим психотравмувальної ситуації, у якій він уявляє себе в образі улюбленого героя і діє так, як діяв би цей герой.

ІМІТАЦІЯ – наслідування, відтворення чого-небудь.

ІММОБІЛІЗАЦІЯ – зрухомлення частин тіла після накладання гіпсових пов'язок і шин у разі переломів кісток, хвороб суглобів, великих ран.

ІМПЕТИГО – контагіозне захворювання шкіри стрептококової і стафілококової етіології. Пустули розвиваються безпосередньо під роговим шаром.

ІМПУЛЬСИВНИЙ – раптовий, немотивований, схильний діяти під впливом раптового спонукання (імпульсу).

ІМУНІТЕТ – несприйнятливність організму до збудників інфекційних хвороб, до отруєння, стійкість організму проти зараження, отруєння.

ІМУНІТЕТ АКТИВНИЙ – імунітет до захворювання, який виникає після уведення в організм мінімальної дози токсину або ослабленого штаму збудника, що є антигеном. У відповідь на це організм виробляє антитіла.

ІМУНІТЕТ ПАСИВНИЙ – імунітет до захворювання, який виникає після уведення в організм сироватки крові людей, які перехворіли. У такій сироватці є антитіла, які боротимуться з антигенами.

ІМУНІТЕТ ШТУЧНИЙ – імунітет до інфекційних захворювань, який виникає після щеплень.

ІМУННА СИСТЕМА – морфофункціональна система, що охоплює центральні (кістковий мозок, тимус) та нериферійні (селезінка, лімфатичні вузли) органи імунітету, а також вогнищеві скупчення лімфоцитів, що розсіяні по організму; особливе місце у цій багатокомпонентній тканинній організації займає так звана лімфоїдна тканини.

ІМУННА ТОЛЕРАНТНІСТЬ ПАТОЛОГІЧНА – відсутність видимі реакції імунної системи на чужі за білковим складом речовини, на ракові клітини при онкологічних захворюваннях.

ІМУНОБІОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ – комплекс механізмів, які забезпечують несприйнятність організму щодо інфекційних агентів та чужорідних речовин.

ІМУНОДЕФЦИТ – порушення імунологічної реактивності, яке зумовлене випаданням одного чи декількох компонентів імунного апарату або неспецифічних чинників, що тісно взаємодіють із ним. Імунодефіцитні стани супроводжуються низкою патологічних процесів. Найважчі форми імунодефіцитів виявлено у дітей грудного віку. Розрізняють два види імунодефіцитних станів – первинні (не пов'язані з якимись іншими захворюваннями, а також екстремальними діями) і вторинні (внаслідок якихось інших захворювань чи екстремальних дій).

ІМУНОДІАГНОСТИКА – використання імунологічних методів для діагностики захворювань або порушень захисних функцій організму.

ІНВАЗІЯ – проникнення паразитів тваринного походження в організм людини.

ІМУНОТЕРАПІЯ – лікування інфекційних хвороб вакцинами, імуноглобуліном та іншими біологічними препаратами, які нормалізують функцію імунної системи.

ІНВАЛІД – особа, що назавжди або на тривалий час втратила працездатність унаслідок захворювання чи травми, вродженої вади чи старості.

ІНВАЛІДНІСТЬ – повна або часткова втрата працездатності. За результатами медико-соціальної експертизи встановлюють інвалідність особи.

ІНДЕКС – 1) свідчення, доказ, ознака чого-небудь; 2) статистичний показник, який виражає динаміку розвитку певних явищ; метод індексів використовують для оцінки антропометричних даних людини. У медичній практиці часто використовують індекси: масо-зростовий (Кетле); життєвий; показник вузькогруддя (Ерісмана); показник будови тіла (Пінье).

ІНДИВІД – окремий організм, що існує самостійно; особистість.

ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ – організація навчально-виховного процесу, коли методи, прийоми, темп навчання обирають із урахуванням індивідуальних особливостей учнів, рівня розвитку їхніх здібностей. Рівень підготовки й розвитку здібностей до навчання у школярів неоднаковий, що й зумовлює індивідуалізацію процесу навчання. Ґрунтується вона на знанні вчителем індивідуальних особливостей дитини, її духовного світу, сприяє розвитку пізнавальних здібностей усіх учнів, урахує їхні нахили, інтереси тощо.

ІНДИВІДУАЛЬНА ІНТЕНСИВНІСТЬ НАВАНТАЖЕННЯ – стосовно до можливостей конкретної людини визначається у відсотках від максимального споживання кисню чи пульсового резерву.

ІНДИВІДУАЛЬНА РЕГЛАМЕНТАЦІЯ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ – правильний підбір фізичних вправ за їхньою спрямованістю, обсягом і силою впливу.

ІНДИВІДУАЛЬНА ПРОГРАМА РЕАБІЛІТАЦІЇ – комплекс оптимальних для пацієнта реабілітаційних заходів, розроблений на підставі рішення державної служби медико-соціальної експертизи, що охоплює окремі види, форми, обсяги, терміни й порядок реалізації медичних, професійних і реабілітаційних заходів, спрямованих на відновлення, компенсацію порушених чи втрачених функцій організму.

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ РОЗВИТОК – розвиток індивіда в процесі його життя та діяльності (онтогенез).

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ СТИЛЬ ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ – цілісна система операцій, що забезпечує ефективну взаємодію між учасниками педагогічного процесу і визначається метою, завданнями професійної діяльності, властивостями різних рівнів індивідуальності педагога. Структура індивідуального стилю педагогічної діяльності характеризується мотиваційно-

ціннісним, змістовно-когнітивним, операційно-діяльнісним компонентами.

ІНДИФЕРЕНТНИЙ – байдужий, неактивний; нешкідливий; нейтральний; який не виявляє до кого-небудь, чого-небудь зацікавлення.

ІНДУКТОТЕРАПІЯ – метод електролікування і дія високочастотного змінного магнітного поля на певні ділянки тіла хворого.

ІНДУКЦІЯ – 1) один із методів пізнання; 2) у логіці – умовивід, коли на підставі знання про окреме роблять висновок про загальне; у фізіології – взаємодія між процесом збудження і гальмування в нервовій системі, коли виникнення одного з цих процесів зумовлює розвиток іншого.

ІНДУРАЦІЯ – ущільнення органа або його частини під час хворобливого процесу, зумовлене розростанням сполучної тканини; затвердіння тканини.

ІНЕРТНІСТЬ ПСИХІЧНА – сповільнення зміни психічних процесів.

ІННЕРВАЦІЯ – наявність нервових волокон в органах і тканинах людини, що забезпечує зв'язок органів і тканин із центральною нервовою системою, а також реакцію організму на впливи зовнішнього і внутрішнього середовища.

ІНКАРЦЕРАЦІЯ – защемлення, затиснення частини або вмісту органа чи тканини, що призводить до порушення кровопостачання та іннервації.

ІНКУБАЦІЙНИЙ ПЕРІОД – проміжок часу від моменту інфікування до появи перших ознак хвороби.

ІННОВАЦІЙНА ОСВІТА – система дій спрямована на збереження і розвиток творчого потенціалу людини.

ІННОВАЦІЙНА ПЕДАГОГІЧНА ДІЯЛЬНІСТЬ – вищий ступінь педагогічної творчості; діяльність, що спрямована на фор-

мування творчої особистості, враховує соціально-економічні, екологічні, політичні, демографічні зміни в суспільстві.

ІНСТРУКЦІЯ – настанова, опис завдання, з яким пропонують ознайомитися перед експериментом. Пояснення змісту дослідження, мети і дій під час виконання завдань, умов завдання, принципів оцінювання результату, приклади розв'язання завдань тощо.

ІСПИРАТОРНА ПОТУЖНІСТЬ ЛЕГЕНЬ – об'ємна швидкість повітряного потоку на вдиху; показник функціонального стану дихальної мускулатори.

ІНОСКЛЕРОЗ – ущільнення фіброзної тканини.

ІНОСТОЗ – відновлення кісткової тканини для заміщення зруйнованої.

ІНОТРОПНИЙ – який змінює силу скорочення м'яза. І. негативний – який зменшує силу скорочення м'яза. І. позитивний – який збільшує силу скорочення м'яза.

ІНСPIРАТОРНИЙ – стосується до вдиху; вдихальний.

ІНСТИНКТ – 1) природжена схильність до певної поведінки, зумовлена впливом основних біологічних потреб, зумовлена впливом основних біологічних потреб, зовнішніми і внутрішніми подразниками; 2) несвідоме й нездоланне прагнення, по тяг до чого-небудь.

ІНСУЛІН – білковий пептидний гормон бета-клітин підшлункової залози, який регулює обмін вуглеводів.

ІНСУЛЬТ – гостре порушення кровообігу в головному або спинному мозку з розвитком симптомів ураження центральної нервової системи (непритомність, афазія, дизартрія, параліч).

ІНТЕГРАЦІЯ – процес і результат взаємодії елементів (із заданими властивостями), супроводжується відновленням, встановленням, ускладненням і зміцненням зв'язків між цими елементами у результаті чого формується певна система з

якісно новими властивостями, у структурі якої зберігаються індивідуальні властивості різних елементів.

ІНТЕЛІГЕНТНІСТЬ – властивість особистості, яка виявляється у високому рівні її розумового розвитку, освіченості й моральної культури (порядність, правдивість, чесність, благородство, тактовність, сумлінність).

ІНТЕНСИВНИЙ – напружений, дієвий, продуктивний, посилений.

ІНТЕРВАЛ – перерва (у просторі або часі), проміжок, відстань.

ІНТЕРЕС – форма вияву пізнавальної потреби, що забезпечує спрямованість особистості на усвідомлення мети діяльності, сприяючи орієнтації, ознайомленню з новими фактами, повнішому й глибшому ознайомленню з дійсністю; об'єктивна причина діяльності суб'єкта, спрямованої на задоволення певних потреб.

ІНТИМНІСТЬ – глибоке особисте почуття, приязнь, задушевність, близькість у ставленні однієї людини до іншої (до рідних – батька, матері, брата, сестри, дітей). Найвищим виявом інтимності є ставлення до коханої людини, довірливі стосунки між чоловіком і жінкою.

ІНТЕРМІДІН – гормон гіпофізу, який регулює пігментацію.

ІНТЕРМІСІЯ – 1) переривання, тимчасове припинення, зупинка, пауза; 2) проміжок між нападами хвороби; 3) стан між двома нападами психозу з повним відновленням психічної діяльності; 4) тимчасове поліпшення або зникнення хвороби; 5) нервовий, неритмічний пульс.

ІНТЕРМІТИВНИЙ – який переривається; що характеризується почерговими підйомами і спадами; періодичний.

ІНТЕРОРЕЦЕПТОРИ – рецептори, що розміщені у внутрішніх органах, судинах і м'язах.

ІНТЕРПРЕТАЦІЯ – роз’яснення, тлумачення змісту явища, тексту або знакової структури, що сприяє їхньому розумінню.

ІНТЕРТРИГО – поприлість, дерматит, запальне ураження шкіри, яке розвивається внаслідок тертя поверхонь шкіри (у міжпальцевих складках ніг, у пахово-стегнових та міжсідничних складках, у пахових западинах, під молочними залозами, у складках черева та шиї в огрядних людей).

ІНТОКСИКАЦІЯ – отруєння, хворобливий стан, спричинений дією отруйних речовин на організм.

ІНТОЛЕРАНТНІСТЬ – несприйняття чого-небудь, нездатність переносити несприятливий вплив яких-небудь чинників; знижена стійкість до дії лікарських засобів, харчових продуктів та ін.

ІНТРААБДОМІНАЛЬНИЙ – такий, що розміщений або відбувається в нервовій порожнині; внутрішньонервний.

ІНТРААРТИКУЛЯРНИЙ – такий, що розміщений у порожнині суглоба; внутрішньосуглобовий.

ІНТРАВАСКУЛЯРНИЙ – такий, що розміщений у кровоносній або лімфатичній судині; внутрішньо-судинний.

ІНТРАВЕНТРИКУЛЯРНИЙ – такий, що розміщений у шлуночку головного мозку або серця; внутрішньошлуночковий.

ІНТРАВЕНОЗНИЙ – такий, що відбувається всередині вени; уведений у вену.

ІНТРАГЛЮТЕАЛЬНИЙ – такий, що відбувається всередині сідничної ділянки, уведений до неї.

ІНТРАДЕРМАЛЬНИЙ – такий, що розміщений у шкірі; внутрішньошкіряний.

ІНТРАКАРДІАЛЬНИЙ – такий, що розміщений у порожнині серця; внутрішньосерцевий.

ІНТРАКРАНІАЛЬНИЙ – такий, що розміщений у порожнині черепа; внутрішньочерепний.

ІНТРАМУСКУЛЯРНИЙ – такий, що розміщений у м'язі; внутрішньом'язовий.

ІНТРАТОРАКАЛЬНИЙ – такий, що розміщений у порожнині грудної клітки; внутрішньогрудний.

ІНТРАЦЕЛЮЛЯРНИЙ – внутрішньоклітинний.

ІНТРАЦЕРЕБРАЛЬНИЙ – такий, що розміщений усередині великого мозку.

ІНТРОВЕРТ – людина, якій притаманна заглибленість у свій внутрішній світ. У поведінці та діяльності І. простежується некомунікабельність, нетоварискість, замкнутість, пасивність, нерішучість, обережність, педантизм, відповідальність, схильність до самоаналізу, труднощі у соціальній адаптації.

ІНТУЇЦІЯ – здатність людини до осягнення істини, без доведень і обґрунтувань унаслідок її безпосереднього передбачення; чуття, здогад.

ІНФАНТИЛІЗМ – затримка розвитку організму, відсталість фізичного й розумового розвитку..

ІНФАРКТ – вогнищій некроз (змертвіння) тканини органу, що виникло внаслідок припинення притоку артеріальної крові. Основні причини інфаркту – закриття просвіту артерії тромбом або емболом, а також її тривалий спазм. Інфаркти, зазвичай, розвиваються в органах, судинна мережа яких побудована так, що при закупорці артерій анастомози з сусідніми артеріями виявляються недостатніми, щоб в умовах патології забезпечити колатеральний кровообіг. До таких органів відносять серце, нирки, селезінку, легені, головний мозок, сітківку ока, кишківник. Розрізняють такі інфаркти: *ішемічний* (білий) – виникає, коли унаслідок закриття просвіту артерій рефлекторно настає спазм судин, який витісняє кров із ділянки, яка позбулася притоку, і перешкоджає її зворотному надходженню по капілярних анастомозах, а також венах; *геморагічний* – виникає у тому випадку, коли в органі є значний венозний

застій і рясна мережа анастомозів (легені, кишківник). У ділянці інфаркту розвивається стаз із крововиливом унаслідок некрозу судинних стінок; *ішемічний з геморагічним поясом* виникає, коли в органі, безпосередньо прилеглому до ділянки ішемічного інфаркту, рефлекторний спазм судин швидко змінюється розширенням і переповнюванням кров'ю капілярів із розвитком явищ престазу і стазу, що супроводжуються виходом еритроцитів у тканини. Наслідки інфарктів залежать від локалізації, розмірів, типу некрозу, реактивних властивостей організму та патогенних мікроорганізмів.

ІНФАРКТ МІОКАРДА – гостре захворювання, зумовлене виникненням одного або кількох вогнищ ішемічного некрозу в серцевому м'язі абсолютною або відносною недостатністю коронарного кровотоку.

ІНФЕКЦІЙНИЙ ЕНДОКАРДИТ – ендovasкулярна, бактеріальна інфекція внутрішньосерцевих структур, які контактують із кровотоком, у тому числі інфекції великих внутрішньогрудних судин і внутрішньосерцевих тіл зовнішнього походження.

ІНФЕКЦІЙНІ ЗАХВОРЮВАННЯ – хвороби, що спричинені патогенними мікроорганізмами і характеризуються контагіозністю, наявністю інкубаційного періоду, реакціями інфікованого організму на збудник і, як правило, циклічним перебігом та формуванням постінфекційного імунітету. За механізмом передачі і джерелами збудників інфекції розрізняють інфекції дихальних шляхів, кишкові інфекції, кров'яні інфекції, інфекції зовнішніх покривів.

ІНФІЛЬТРАЦІЯ – проникнення в тканини і накопичення в них клітинних елементів, рідин і різних хімічних речовин.

ІНФОРМАЦІЙНА ТЕХНОЛОГІЯ – система наукових та інженерних знань, а також методів і засобів, яку використовують для створення, збору, передачі, зберігання й обробки інформації у певній галузі.

ІНФОРМОВАНА ЗГОДА – рішення взяти участь у клінічному випробуванні у письмовій формі, датоване та підписане, приймають його добровільно після належного інформування про характер випробування, його значення, вплив та ризик, документально оформляється. Якщо особа неспроможна писати, вона може дати усну згоду в присутності щонайменше одного свідка.

ІПОТЕРАПІЯ – форма реабілітації з використанням їзди верхи на конях.

ІПОХОНДРІЯ – пригнічений стан, хворобливе зосередження уваги на неприємних відчуттях в організмі.

ІРИДОДІАГНОСТИКА – нетрадиційна діагностика патології внутрішніх органів на підставі змін райдужної оболонки ока.

ІРРАДІАЦІЯ – 1) випромінювання енергії у навколишнє середовище; 2) поширення процесів збудження або гальмування у центральній нервовій системі; 3) поширення больового відчуття з межі безпосередньо ураженої ділянки чи органа.

ІСТЕРІЯ – нервово-психічний розлад, що характеризується поліморфними функціональними, психічними, неврологічними і соматичними розладами при значній навіюваності та самонавіюваності хворих, прагнення привернути до себе увагу.

ІХТІОЗ – генералізований з атрофією сальних і потових залоз; надмірне ороговіння шкіри з утворенням великої кількості лусочок.

ІХНОГРАФІЯ – метод дослідження ходи, форми стопи за відбитками на аркуші паперу.

ІХТІОТОКСИКОЗ – харчове отруєння, яке зумовлене недоброякісними рибними продуктами.

ІШЕМІЧНА ХВОРОБА СЕРЦЯ (ІХС) – захворювання, що пов'язане з погіршенням коронарного кровообігу внаслідок коронарного атеросклерозу.

- I -

ІШІАС (невралгія) – хвороба сідничного нерва; ураження корінців попереково-крижового сплетення, унаслідок чого виникає біль у спині, сідницях, нижніх кінцівках; може спричинятися зміщенням міжхребцевих дисків поперекового відділу хребта.

- Й -

ЙОГА – вчення про методи й прийоми керування психікою та психофізіологією людини як основа давньоіндійських релігійно-філософських систем; вправи йоги застосовують із діагностичною та лікувальною метою.

ЙОД – хімічний елемент, який належить до мікробіоелементів. В організмі дорослої людини міститься 20–30 мг йоду. відіграє важливу роль у функції щитоподібної залози.

ЙОДИЗМ – отруєння йодом у разі тривалого лікування; характеризується ринітом, слинотечею, висипом на шкірі.

ЙОДОДЕРМА – токсикодермія унаслідок підвищеної чутливості до препаратів йоду; характеризується грануломатозним висипом, утворенням виразок на шкірі, переважно нижніх кінцівок.

ЙОДОТЕРАПІЯ – лікування йодом та його препаратами хвороб (напр. атеросклерозу, захворювань щитоподібної залози), знезараження ран, підготовка операційного поля.

- К -

КАЛОРИЙНІСТЬ – 1) енергетична цінність харчових продуктів, яка дорівнює кількості енергії, що вивільнюється під час їх окисації в організмі; 2) теплотвірна здатність.

КАНЦЕРОГЕННИЙ – такий, що спричиняє розвиток злоякісних пухлин.

КАПЛЯРИ (судина капілярна) – 1) найерібніша кровоносна судина, через стінки якої відбувається обмін речовин і газів між кров'ю і тканинами; 2) кінцеве розгалуження лімфатичних судин.

КАРДІАЛГІЯ – біль у ділянці серця.

КАРДІОГРАФІЯ – графічний метод реєстрації серцевого поштовху, виникнення якого пов'язане зі зміною симетричних розмірів, об'єму і положення серця в різних фазах серцевого циклу. Уможливило висновок про механічну діяльність серця, функціональний стан міокарда лівого шлуночка.

КАРДІОНЕВРОЗ – невроз, який характеризується кардіалгією, серцебиттям, аритмією.

КАРДІОПАТІЯ – серцева хвороба, термін застосовують у тих випадках, коли неможливо визначити суть серцевої патології.

КАРДІОСКЛЕРОЗ – ураження серцевого м'яза, коли м'язові волокна замінюються сполучними тканинами як результат хронічної гіпоксії міокарда при атеросклеротичному ураженні вінцевих судин.

КАТАРАКТА – помутніння кришталика ока, що призводить до зниження гостроти зору або повної втрати.

КАХЕКСІЯ – крайній ступінь виснаження організму, що характеризується різким схудненням, фізичною слабкістю, зниженням фізіологічних функцій, астеничним і апатичним синдромом.

- К -

КВАДРИЦЕПС – чотириголовий м'яз.

КЕРАТИТ – запалення рогівки ока.

КЕРАТОЗ – дерматоз зі стовщенням рогового шару епідермісу.

КАТАПЛЕКСІЯ – афективна пароксизмальна втрата м'язового тонусу без втрати свідомості.

КАТАРАЛЬНЕ ЗАПАЛЕННЯ – запалення слизової оболонки з утворенням ексудату.

КЕРАТОІРИТ – запалення рогівки та райдужки ока.

КИСЛОТНІСТЬ – 1) ступінь умісту кислоти в чому-небудь;
2) величина вмісту водню в деяких рідинах організму.

КИСЛОТНО-ЛУЖНА РІВНОВАГА – відносна сталість водневого показника (рН) внутрішнього середовища організму, зумовлена спільною дією буферних і деяких фізіологічних систем, які визначають повноцінність метаболічних перетворень у клітинах організму.

КИСНЕВА ЄМНІСТЬ КРОВІ – кількість крові у разі її повного насичення киснем.

КИСНЕВЕ ГОЛОДУВАННЯ (ГІПОКСІЯ) – недостатній вміст кисню в крові і тканинах організму, коли парціальний тиск кисню нижчий 20–30 мм рт. ст. (для людини).

КИШКА ТОВСТА – частина кишківника, яка бере початок від ілеоцекального кута і продовжується до відхідникового отвору. Довжина К. т. – вд 110 до 215 см. Середня її довжина 1,5 м, складається із слизової, м'язової і серозної оболонок.

КИШКА ТОНКА – частина кишківника, яка починається від шлунка і впадає у товсту кишку. Довжина К. т. від 4 до 11 м, у середньому дорівнює 5–7 м. Виділяють три відділи: дванадцятипала кишка, порожня кишка і клубова кишка.

КИШКОВА НЕПРОХІДНІСТЬ – часткове або повне порушення просування кишкового вмісту по шлуково-кишковому тракту.

- К -

КИШКОВИЙ СІК – сік, виділений залозами слизової оболонки кишківника.

КІМОГРАФ – апарат для реєстрації рухових функцій органів тіла (скорочень м'язів, коливань артеріального тиску).

КІНАНЕСМЕЗІЯ – втрата сприйняття рухів.

КІНЕЗАЛЬГІЯ – біль під час руху.

КІНЕЗОТЕРАПІЯ – лікування фізичними вправами, масажем за допомогою спеціальних апаратів і приладів.

КІНЕЗИТЕРАПІЯ – лікування за допомогою гімнастичних, спортивно-прикладних вправ та ігор. Метод кінезитерапії широко застосовують у реабілітації неврологічних хворих, інвалідів та осіб похилого віку.

КІНЕСТЕЗІЯ – м'язове чуття, відчуття руху і переміщення частин тіла в просторі.

КІНСЬКА СТОПА – вроджена або набута хибна позиція стопи у фіксованому підшовному згинанні в гомілковостопному суглобі.

КІР – інфекційна хвороба, спричинена морбілівірусом; симптоми: катар слизових оболонок дихальних шляхів і кон'юнктив, плямисто-папульозний висип, підвищення температури тіла.

КІСТКА – основний елемент опорно-рухового апарату; складається з клітин, мінеральної основної речовини і колагенових пучків; містить кістковий мозок, судини й нерви.

КІСТКОВА ТКАНИНА – тканина тіла скелетних, яка складається з кісткових клітин і міжклітинної речовини. Кісткові клітини розміщені в міжклітинній речовині в кісткових лакунах, а їх відростки – у кісткових каналцях. Основі міжклітинної речовини складають колагенові волокна (кістковий колаген, осейн) і аморфна білково-вуглеводна (глікопротеїди і глікозаміноглікани) основна речовина (осеомукоїд). Мінеральні солі відкладаються як між волокнами, так і в них самих.

- К -

Розрізняють два основних види кісткової тканини: грубоволокнисту і пластинчасту.

КІСТКОВИЙ МОЗОК – орган кровотворення і біологічного захисту організму розміщений у губчастій речовині кісток і в кістковомозкових порожнинах; складається із мієлоїдної і ретикулярної тканин.

КІСТА – патологічна порожнина, стінка якої утворена сполучною тканиною; внутрішня поверхня часто вистелена епітелієм або ендомелієм.

КІФОЗ – викривлення хребта (здебільшого грудного відділу).

КІФОЛОРДОЗ – S-подібне викривлення хребта в сагітальній площині з кіфозом у грудному та крижовому відділах і лордозом у шийному й поперековому.

КІФОСКОЛПОГРАФ – прилад для отримання графічного зображення деформацій хребта і грудної клітки.

КІФОСКОЛІОЗ – деформація хребта, поєднання кіфозу зі сколіозом. Розрізняють диспластичний та ідіопатичний кіфосколіози. Диспластичний зумовлений аномалією розвитку окремих хребців. Ідіопатичний може розвинути у людини під час її росту, може бути причиною якого-небудь серйозного захворювання хребта та м'язів спини.

КЛАПАН – частина порожнистого органа, утворена однією або кількома складками, що перешкоджають зворотному переміщенню вмісту.

КЛИШОНОГІСТЬ – складна вроджена або набута деформація стопи, яка повернута досередини, простежується аддукція переднього відділу стопи, супінація, згинання й приведення стопи.

КЛІТИНА – структурна і функціональна основа всіх живих організмів.

- К -

КЛІТИННЕ ДИХАННЯ – фізіологічний процес споживання кисню клітинами для окислення органічних речовин із виділенням енергії, потрібної для життєдіяльності організму.

КЛІТКА ГРУДНА – кісткова основа верхньої частини тулуба і складається з грудини, ребер із хрящами й грудного відділу хребта; в її порожнині розміщені легені, серце й середостіння.

КЛЮЧИЦЯ – трубчата парна кістка плечового пояса, яка з'єднується з грудиною і лопаткою.

КОАГУЛОГРАМА – сукупність результатів комплексного лабораторного дослідження стану системи згортання крові.

КОКСАЛГІЯ – біль у ділянці кульшових суглобів.

КОКСИТ – запальне захворювання тазостегнового суглоба.

КОЛАПС – гостра судинна недостатність із падінням тону судин і зменшенням маси циркулюючої крові, різким зниженням кров'яного тиску, ознаками гіпоксії мозку і пригніченням життєво важливих функцій.

КОЛІНО – 1) суглоб, який з'єднує стегнову й гомілкові кістки; місце згину ноги. 2) будь-яка вигнута аналітична структура, яка формою нагадує коліно.

КОЛІТ – запально-дистрофічне ураження товстої кишки. Залежно від етіології виділяють такі форми: 1) інфекційні; 2) інвазивні (паразитарні); 3) токсичні (екзогенні й ендогенні); 4) аліментарні; 5) медикаментозні; 6) невротичні і нерво-трофічні; 7) наслідок механічного ураження кишківника; 8) змішаної етіології; 9) променеві; 10) вторинні (при запальних ураженнях інших органів); 11) нез'ясованої етіології.

КОЛІЗІЙНІСТЬ – здатність виявляти, ідентифікувати й аналізувати приховані (неявні, імпліцитні) причини подій, встановлювати пріоритети (ієрархії) суперечностей стосовно суспільних та особистісних цінностей.

- К -

КОМА – стан глибокого пригнічення функцій центральної нервової системи, який супроводжується втратою свідомості, відсутністю реакцій на зовнішні подразники, глибокими розладами регуляції життєво важливих функцій організму.

КОМА ГПЕРГЛІКЕМІЧНА (діабетична) – виникає у хворих на цукровий діабет, патогенетичною основою є накопичення кетонових тіл і порушення всіх видів обміну.

КОМА ГІПОГЛІКЕМІЧНА – реакція-відповідь організму на швидке зниження утилізації глюкози головним мозком.

КОМА ПЕЧІНКОВА – нервово-психічні розлади, що виникають унаслідок захворювання печінки з вираженими порушеннями її функцій.

КОМА ТРАВМАТИЧНА – зумовлена ураженням ЦНС у разі черепно-мозкової травми.

КОМА УРЕМІЧНА – виникає унаслідок накопичення в організмі речовин, які в нормі виділяються із сечею.

КОМБІНОВАНА АОРТАЛЬНА ВАДА – поєднання аортального клапанного стенозу і недостатності аортального клапана.

КОМБІНОВАНА МІТРАЛЬНА ВАДА – поєднання стенозу лівого атріовентрикулярного отвору та недостатності мітрального клапана.

КОМПЕНСАТОРНІ ПРОЦЕСИ – адаптаційні реакції організму на ушкодження, що виражаються в заміні порушених функцій організму за рахунок інтактних систем, окремих органів або їхніх частин.

КОМПЕНСАЦІЯ ПОРУШЕНИХ ФУНКЦІЙ – складний (багатогранний) процес перебудови організму, який зумовлений порушеннями або втратою певних функцій.

КОМПЕТЕНТНІСТЬ – специфічна здатність особистості, що потрібна для ефективного виконання конкретної дії в певній га-

- К -

лузі і передбачає спеціальні знання, вміння, способи мислення, а також відповідальність за свої дії.

КОМПРЕС – спеціальна лікувальна пов'язка; застосовують вологий і сухий компреси.

КОМПРЕСІЯ (стискання) – у медицині: зменшення в об'ємі, ущільнення тіла, його частин, органа чи тканини під дією зовнішнього тиску.

КОНВУЛЬСІЯ – мимовільні скорочення м'язів тіла, мимовільні рухи кінцівок або всього тіла; сильні судоми всього тіла внаслідок ураження кори великого мозку або підкіркових центрів.

КОНІОЗ – хвороба, спричинена вдиханням частинок пилу і їхньою дією на організм.

КОНСТИТУЦІЯ ТІЛА ЛЮДИНИ – будова тіла, фізіологічні, біохімічні й аналогічні особливості організму, успадковані і набуті, що зумовлюють своєрідність його реакції на подразники навколишнього середовища.

КОНСТРИКТОРИ – м'язи, що закривають або звужують природні отвори в організмі людини.

КОНСУЛЬТАТИВНИЙ МЕТОД ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ – самостійні заняття після консультативних рекомендацій реабілітолога, викладача, тренера.

КОНТАГІОЗНІСТЬ – виділення збудника з організму хворого чи носія і його поширення у довкіллі та проникнення у сприйнятливий організм.

КОНТОРСІЯ – розтягнення зв'язок.

КОНТРАКТУРА – стійке обмеження рухливості у суглобі. М'язи стають слабкими, зменшуються в розмірах. Укорочення м'язів обмежує рухливість суглобів, що може призвести до деформацій та нерухомості.

КОНТРАЦЕПЦІЯ – методи і засоби запобігання вагітності.

- К -

КОНТОРСІЯ – розтягнення зв'язок.

КОНФІГУРАЦІЯ – загальний вигляд, зовнішній обрис, форма, зовнішнє розміщення частин.

КОНФЛІКТ – 1) зіткнення протилежних інтересів, поглядів;
2) край загострені суперечності.

КОНФЛІКТ ПСИХІЧНИЙ – внутрішні суперечності в психіці особи, суперечливі тенденції, настанови й емоції.

КОНФЛІКТ СИТУАЦІЙНИЙ – суперечності між особою і зовнішніми обставинами або людьми, які неможливо розв'язати чи здається, що неможливо розв'язати.

КОНЦЕНТРАЦІЯ – зосередження, скупчення чогось в одному місці або навколо одного центра і згущення.

КОНЦЕПЦІЯ ПЕДАГОГІЧНА – система теоретичних положень, яка слугує основою для дослідницького пошуку; процес, спосіб розуміння, тлумачення педагогічних явищ і подій; провідна ідея педагогічної теорії.

КОН'ЮНКТИВИТ – запалення слизової оболонки ока, зумовлене бактерійною і вірусною флорою.

КООРДИНАЦІЯ РУХІВ – узгодження функцій різних органів і систем організму, яке зумовлене взаємодією процесів збудження і гальмування в центральній нервовій системі.

КОПОПІЯ – швидке відчуття втоми в очах, болю у голові під час фіксації погляду на будь-якому об'єкті.

КОРА ГОЛОВНОГО МОЗКУ – поверхня півкуль великого мозку, покрита плащем, утвореним сірою речовиною. Бере участь у координації і регуляції всіх функцій організму, відіграє надзвичай важливу роль у вищій нервовій діяльності.

КОРЕКЦІЯ – система педагогічних і лікувальних заходів, спрямованих на подолання чи послаблення недоліків фізичного чи психічного розвитку, що виникли в процесі захворювання.

- К -

КОРІНЬ АОРТИ – початкова частина аорти, що складається з синусів вальсальви, стулок аортального клапана, комісур і міжстулкових трикутників.

КОРІНЬ ЛЕГЕНІ – сукупність анатомічних утворень, до яких належить головний бронх, легенева артерія, легеневі вени, бронхіальні артерії і вени, нервові сплетення, лімфатичні судини та вузли, розміщені в ділянці воріт легені та покриті плеврою.

КОРОНАРИТ – запалення стінок вінцевих артерій серця, ускладнює перебіг багатьох захворювань. Запальний процес при коронариті може локалізуватися переважно в одному з шарів артеріальної стінки (периартерійт, мезартерійт, ендартерійт) або одночасно уражати всі шари (панартерійт).

КОРОТКОЗОРИСТЬ (міопія) – дефект ока, при якому фокус зображення знаходиться між сітківкою і кришталиком через надмірну опуклість кришталика.

КОРСЕТ – гіпсова, шкіряна, пластмасова або тканинна пов'язка з металевим каркасом, яку використовують для фіксації хребта.

КОСМЕТИКА – комплекс процедур та засобів, призначених для гігієнічного догляду за тілом, маскування косметичних дефектів.

КОСМЕТОЛОГІЯ – галузь клінічної медицини, основними завданнями якої є вивчення, лікування або маскування косметичних дефектів, а також розроблення методів і засобів, які використовують із цією метою.

КОСООКІСТЬ – відхилення зорової лінії одного чи обох очей від точки фіксації при порушенні бінокулярного зору.

КОСОРУКІСТЬ – стійке відхилення кисті від осі передпліччя у фронтальній площині.

КОФЕЇН – алкалоїд, що є похідним пурину. Найбільше кофеїну міститься у зернах кави, какао та в листках чаю. Стимулює

- К -

центральну нервову систему, підсилює процеси збудження в корі головного мозку, підвищує працездатність, тонізує серцевий м'яз.

КРАМПИ – періодичні болісні судоми, найчастіше у гомілкових м'язах.

КРИВОШИЯ – деформація шиї із неправильним положенням голови (нахил її в один бік з поворотом обличчя в інший бік і вгору).

КРИЗИ ВІКОВІ – перехідні етапи від одного вікового періоду до іншого, пов'язані із системними перетвореннями у сфері соціальних відносин, свідомості та діяльності. Такі періоди характеризуються різними психологічними змінами. Форма, тривалість і гострота криз залежить від індивідуально-психологічних особливостей дитини, соціальних умов і її виховання.

КРИТЕРІЙ – узагальнений показник розвитку системи, успішності діяльності, ознака, на підставі якої оцінюють, роблять визначення або класифікацію. Передбачає виділення низки ознак, за якими можна визначити критеріальні показники.

КРИТЕРІЙ БІОЛОГІЧНОГО ВІКУ – морфологічні, функціональні та біохімічні показники, діагностичний ступінь яких змінюється залежно від етапів постнатального онтогенезу.

КРИТИЧНЕ МИСЛЕННЯ – здатність аналізувати інформацію, вміння обґрунтовувати судження, рішення й застосовувати одержані результати як у стандартних, так і нестандартних ситуаціях.

КРІОТЕРАПІЯ – застосування низьких температур для охолодження тканин, органів або всього організму з лікувальною метою.

КРІОЕСТЕЗІЯ – хвороблива чутливість до холоду; холодова гіперестезія.

- К -

КРЮКОНСЕРВАЦІЯ – підтримування життєдіяльності тканин і органів наднизькими температурами.

КРЮМЕТР – термометр, призначений для вимірювання низьких температур.

КРЮСТАТ – апарат для підтримування дуже низьких температур.

КРОВ – червона рідка тканина з плазми й клітин у кровеносних судинах, виконує захисну, дихальну, трофічну, гуморальну, гомеостатичну й екскреторну функції.

КРОВОВИЛИВ – накопичення крові у тканинах тіла, зумовлене кровотечею.

КРОВООБІГ – один із найважливіших фізіологічних процесів, який підтримує гомеостаз, безперервно постачає всім органам і клітинам організму необхідні для життя поживні речовини; видаляє вуглекислий газ та інші продукти обміну; забезпечує процеси імунного захисту й гуморальної регуляції фізіологічних функцій.

КРОВСПИННІ ЗАСОБИ – лікарські засоби, що сприяють зупинці кровотеч.

КРОВОТВОРНІ ОРГАНИ – органи, в яких утворюються формені елементи крові. До них належать: кістковий мозок, де утворюються еритроцити, зернисті лейкоцити, моноцити і тромбоцити; селезінка, в якій розвиваються лімфоцити і моноцити; лімфатичні вузли та виличкова залоза, що продукують лімфоцити.

КРОВОТЕЧА – витікання крові із кровеносних судин у разі порушення їхньої цілості або проникності.

КРОВ'ЯНИЙ ТИСК – тиск крові в серцево-судинній системі. Зумовлений діяльністю серця, а також пружністю і тонусом судин. Розрізняють кров'яний тиск у порожнинах серця (шлуночках і передсердях), артеріальний, капілярний, венозний.

- К -

КРУГЛА СПИНА – сильно виражений грудний кіфоз (захоплює частину поперекового відділу хребта) і значне зменшення поперекового лордозу.

КСЕРОЗ – хвороблива сухість шкіри й слизових оболонок унаслідок гіпосекреції сальних залоз.

КРУГЛОВВІГНУТА СПИНА – значно виражений грудний кіфоз і поперековий лордоз, збільшений кут нахилу таза, живіт і сідниці випинаються вперед.

КУЛЬТУРОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД – конкретно-наукова методологія пізнання та перетворення педагогічної реальності, яка має своєю підставою аксіологію – вчення про цінності і ціннісну структуру світу; розуміння освіти як культурного процесу, що відбувається в освітньому середовищі.

КУЛЬТУРОЛОГІЧНА ОСОБИСТІСНО-ОРІЄНТОВАНА ОСВІТА – освіта, яка передбачає діалогічне спілкування, обмін думками, індивідуальну і колективну творчість. Така освіта забезпечує особистісно-змістовний розвиток учнів, підтримує індивідуальність, єдність і неповторність кожної дитячої особистості, спираючись на її здібності до самозміцнення та культурного саморозвитку.

КУЛЬТУРА ДИХАННЯ – знання й використання методів дихальної гімнастики для збереження відносно високої працездатності організму, нормалізації фізичного й психоемоційного розвитку, зміцнення здоров'я.

КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я – важлива складова загальної культури, яка спрямована на формування, збереження та зміцнення здоров'я людини.

КУЛЬТУРА ХАРЧУВАННЯ – система знань і використання засобів раціонального харчування.

КУЛЬТУРА ЕКОЛОГІЧНА – складова загальноосвітньої культури; характеризується глибоким усвідомленням важливості екологічних проблем у житті та в майбутньому розвитку люд-

- К -

ства; сукупність знань, умінь, соціальних та інженерних норм, керуючись якими людина усвідомлює себе не лише частинкою природного середовища, а й суб'єктом, відповідальним за її збереження.

КУМУЛЯЦІЯ – нагромадження в організмі різних речовин (ліків, отрути тощо) в результаті їхнього тривалого вживання.

КУПІРУВАННЯ – зменшення, усунення, ліквідація певного симптому чи процесу.

КУПРИК – непарна кістка, нижня частина хребтового стовпа людини; широкою основою з'єднується з крижами.

КУРОРТ – місцевість з природними цілющими властивостями, пристосована для лікування й відпочинку.

КУРОРТТЕРАПІЯ – комплекс лікувальних заходів на курорті з використанням його природних чинників.

- Л -

ЛАБІЛЬНІСТЬ – 1) нестійкість організму до мінливих умов середовища; 2) швидкість протікання процесу збудження.

ЛАТЕНТНИЙ – прихований; такий, що не виявляє себе видимими ознаками.

ЛАТЕНТНИЙ ПЕРІОД – прихований період від початку процесу до його проявів.

ЛАНДШАФТОТЕРАПІЯ – одна з форм психореабілітації, що охоплює лікувальний, профілактичний та реабілітаційний ефекти дії географічного та культурного ландшафтів на психічний і фізіологічний стан людини. Завданням ландшафто-терапії є подолання негативних емоцій, переживань, вплив на розумову та фізичну працездатність, стимуляція творчої активності, створення сприятливого психологічного фону для інших реабілітаційних процедур.

ЛАРИНГІТ – запалення слизової оболонки гортані.

ЛАПАРОЦЕЛЕ – черевна грижа.

ЛЕВАТОРИ – м'язи-піднімачі.

ЛЕГЕНІ – парні органи, розміщені у плевральних порожнинах. Форма і розміри легень індивідуальні. У кожній легені розрізняють заокруглену верхівку, основу, три поверхні – реберну, медіальну, діафрагмальну та два краї – передній та нижній. Легені поділяються на частки. Основна функція легень - дихальна, яка полягає в артеріалізації крові в капілярах малого кола кровообігу. Виділяють такі три процеси: вентиляція альвеол повітрям або газовою сумішшю з досить високим парціальним тиском і низьким парціальним тиском двоокису вуглецю; дифузія кисню і двоокису вуглецю через легеневу мембрану; кровотік через капіляри малого кола кровообігу.

- Л -

ЛЕГЕНЕВЕ СЕРЦЕ ГОСТРЕ – клінічний симптомокомплекс, що виникає насамперед унаслідок розвитку тромбоемболії легеневої артерії, а також під час різних захворювань серцево-судинної та дихальної систем. Виникає гостре перевантаження правого шлуночка з його розширенням, при цьому гіпертрофія не встигає розвинути.

ЛЕГЕНЕВЕ СЕРЦЕ ХРОНІЧНЕ – клінічний синдром, який характеризується гіпертрофією чи дилатацією правих відділів серця, виникає унаслідок легеневої артеріальної гіпертензії і зумовлене захворюваннями органів дихання, деформацією грудної клітки або ураженням легеневих судин.

ЛЕЙКОЗ – новоутворення із кровотворних клітин з ураженням кісткового мозку.

ЛЕЙКОПЕНІЯ – зниження кількості лейкоцитів у крові.

ЛЕЙКОЦИТАРНА ФОРМУЛА – співвідношення різних лейкоцитів у крові.

ЛЕЙКОЦИТИ (білі кров'яні кульки, фагоцити) – амебоподібні клітини крові й лімфи, які знищують сторонні часточки, що потрапили в організм, захищаючи його від бактерій та сторонніх речовин.

ЛЕЙКОЦИТОЗ – тимчасове підвищення кількості лейкоцитів у крові.

ЛЕТАЛЬНИЙ – смертельний; такий, що спричиняє смерть.

ЛЕТАЛЬНІСТЬ – статистичний показник співвідношення (у %) кількості померлих до кількості хворих на певну хворобу за певний період часу; застосовують для характеристики небезпечності хвороби, операції тощо.

ЛЕТАРГІЯ – стан патологічного сну із послабленням фізичних проявів життя, нерухомістю, зниженням обміну речовин та відсутністю реакції на подразнення.

- Л -

ЛІВОРУКІСТЬ – переважне використання лівої руки під час виконання різних дій.

ЛІЗИНИ – речовини, які утворюються в плазмі крові та розчиняють мікроби.

ЛІСНІТ (спленіт) – запалення селезінки.

ЛІКВОР – 1) рідина в порожнинах організму; 2) спинномозкова рідина.

ЛІКУВАЛЬНО–ПРОФІЛАКТИЧНІ ЗАКЛАДИ – загальна назва медичних закладів, які надають лікувально-профілактичну допомогу населенню.

ЛІКУВАЛЬНА ФІЗКУЛЬТУРА – 1) розділ клінічної медицини, що вивчає дію фізичних вправ та інших засобів фізичної культури на організм та розробляє методи їхнього застосування з лікувально-профілактичною і реабілітаційною метою; 2) використання комплексу засобів фізичної культури з профілактичною, лікувальною та реабілітаційною метою.

ЛІМБІЧНА СИСТЕМА – комплекс структур кінцевого, проміжного й середнього відділів мозку, складових субстрату для вираження загальних станів організму (сну, бадьорості, емоцій, мотивацій тощо).

ЛІМФА – прозора жовтувата рідина, що міститься в лімфатичній системі. Складається з плазми та формених елементів (переважно лімфоцитів – близько 95 %, а також еозинофілів, моноцитів та поодиноких еритроцитів). Проходячи крізь тканини організму, лімфа вбирає в себе виділення клітин. Відіграє значну роль в обміні речовин і виконує низку захисних функцій.

ЛІМФАНГІТ (лімфангіт) – запалення лімфатичних вузлів.

ЛІМФАТИЧНІ ВУЗЛИ – органи лімфоцитопоезу і утворення антитіл. Є утвореннями бобоподібної або стрічкоподібної форми, розміщені за рухом лімфатичних судин. У кірковій і моз-

ковій речовині лімфатичних вузлів утворюються лімфоцити: В-лімфоцити – у світлих центрах фолікулів, Т-лімфоцити – у паракортикальній зоні. У вузлах утворюється лейкоцитарний фактор, що стимулює розмноження клітин. Виконують також бар'єрну-фільтраційну та імунну функції, беруть участь у процесах травлення і обміну речовин, у перерозподілі рідини і формених елементів між кров'ю та лімфою, у лімфовідтоку. Виконують функцію депо лімфи.

ЛІМФАТИЧНА СИСТЕМА – незамкнута частина кровоносної системи, що містить лімфу з білими тільцями. Складається з лімфатичних судин, які сполучаються з порожниною тіла, і лімфатичних залоз, де формуються білі кров'яні тільця. Виконує захисні та кровотворні функції.

ЛІМФОМА – загальна назва пухлин, що утворюються з лімфатичної тканини.

ЛІМФОЦИТИ – клітини імунної системи, які є різновидом лейкоцитів і відповідають за імунітет. Розрізняють такі лімфоцити: В-клітини, Т-клітини та НК-клітини. В-лімфоцити розпізнають чужорідні структури (антигени) й виробляють при цьому специфічні антитіла (білкові молекули, спрямовані проти чужорідних структур). Т-лімфоцити виконують функцію регуляції імунітету. Т-клітини стимулюють вироблення антитіл, а Т-супресори гальмують його. НК-лімфоцити контролюють якість клітин організму. При цьому НК-лімфоцити можуть руйнувати клітини, які за своїми властивостями відрізняються від нормальних клітин, наприклад, ракові клітини.

ЛІПІДИ – група органічних сполук – жирів і жироподібних сполук, що мають спільні фізико-хімічні властивості. Ліпіди за хімічним складом неоднорідні, поділяються на прості (жири, воски), складні ліпіди та похідні ізопрену (стероїди, каротиноїди). Прості ліпіди складаються з жирних кислот і спирту. До складних входять ще й інші сполуки (залишок фосфорної

- Л -

кислоти, азотні основи, вуглеводи). Входять до складу всіх живих клітин.

ЛПОВІТАМІНИ – (вітамтерони) – жиророзчинні вітаміни (А, Д, Е, К).

ЛПОЇДИ – жироподібні речовини, які входять до складу протоплазми клітин.

ЛПОЛІЗ – розщеплення жирових речовин в організмі під дією специфічних ферментів.

ЛПОМА – доброякісна пухлина жирової тканини.

ЛІСЕНЦЕФАЛІЯ – аномалія розвитку: згладжування звивин кори великих півкуль головного мозку, що виникає в результаті недостатньої міграції нейробластів.

ЛОГОПАТІЯ (розлад мови) – вада мови внаслідок ушкодження апарату мовлення, центральної нервової системи або затримки розвитку організму.

ЛОГОПЕДІЯ – наука, яка вивчає різні порушення мовлення, а також розробляє методи їхнього подолання засобами спеціального навчання й виховання.

ЛОКАЛЬНИЙ – місцевий, обмежений певною ділянкою.

ЛОКОМОЦІЯ – сукупність узгоджених рухів, за допомогою яких людина переміщується в просторі.

ЛОНГЕТ – вид гіпсової пов'язки, яка забезпечує нерухомість зламаних кісток кінцівок.

ЛОКАЛІЗАЦІЯ – 1) розміщення, зосередження в певному місці; 2) обмеження певним місцем, недопущення поширення чого-небудь; 3) місце розвитку процесу.

ЛОРДОЗ – викривлення хребта по випуклій допереду дузі. Розрізняють: компенсаторний та патологічний види.

ЛЮКСАЦІЯ – повне стійке зміщення суглобових кінців кісток, яке порушує нормальну функцію суглоба, вивих.

- Л -

ЛЮМБАГО (люмбалгія, люмбодинія, рахіалгія) – біль у спині, простріл.

ЛЮМБАЛГІЯ – тривалий біль у попереково-крижовій ділянці, спричинений подразненням нервів, нервових корінців або м'язів. Зазвичай розвивається після фізичного навантаження, невеликого руху або переохолодження, рідше – без будь-яких причин, посилюється під час рухів хребта, у певних позах, під час ходьби. У процесі обстеження виявляють хворобливість, напруження м'язів спини, переважно сколіотичну деформацію хребта, сплюснення поперекового лордозу або кіфоз.

ЛЮМБАЛІЗАЦІЯ – аномалія розвитку; відокремлення першого крижового хребця, який має форму поперекового, від крижів.

ЛЮМБАЛЬНИЙ – поперековий, що стосується попереку.

- М -

МАКРОЦИТИ – еритроцити з великим діаметром, понад 8 мкм.

МАКРОЦЕФАЛІЯ (мегалокцефалія, мегацефалія) – аномалія розвитку; надмірно велика голова, при нормальних розмірах інших частин тіла; пропорційне збільшення розмірів головного мозку та голови.

МАКСИЛИТ – (гайморит, синусит верхньощелепний) – запалення верхньощелепної пазухи.

МАКСИМАЛЬНА ВЕНТИЛЯЦІЯ ЛЕГЕНІВ (МВЛ) – максимальна кількість повітря, яка може бути провентильована за 1 хв.

МАКСИМАЛЬНЕ СПОЖИВАННЯ КИСНЮ (МСК) – характеризує максимальну продуктивність систем транспортування кисню, фізичну працездатність, граничні можливості (потужність) аеробного енергозбереження (максимальної аеробної можливості).

МАКУЛИТ – запалення сітківки і судинної оболонки ока в ділянці жовтої плями.

МАЛЕ КОЛО КРОВООБИГУ – частина системи кровообігу, яка несе кров від правого шлуночка серця через легені до лівого передсердя. До складу малого кола кровообігу входять: правий шлуночок серця, легеневий стовбур, легеневі артерії, капіляри легень, легеневі вени, ліве передсердя.

МАНІПУЛЯЦІЯ – рух рукою або руками, пов'язаний із виконанням певного завдання.

МАНІЯ (синдром маніакальний) – психопатичний стан із психомоторним збудженням; психічний розлад, коли у хворого виникають нав'язливі ідеї

- М -

МАНТУ ПРОБА – діагностична алергічна проба для виявлення туберкульозу, яка ґрунтується на внутрішньошкірному введенні туберкуліну.

МАРЕННЯ – симптом психічного розладу, який виявляється в помилкових судженнях, заключеннях, що мають лише суб'єктивне обґрунтування і не піддаються корекції.

МАСАЖ – метод лікування профілактики захворювань 1) механічно дозована дія на ділянку тіла руками або спеціальними апаратами; 2) розтирання, розминання певних ділянок тіла.

МАСАЖ СЕРЦЯ — механічна дія на серце після його зупинки з метою відновлення діяльності та підтримання безперервного кровотоку до відновлення роботи серця. Розрізняють прямий масаж серця, який виконують однією або двома руками через розріз грудної клітки, і непрямий, що виконують шляхом ритмічного натискування на грудну клітку і стиснень серця між хребтом та грудиною, яка зміщується у передньо-задньому напрямі.

МАСКУЛІНІЗАЦІЯ (вірилізм) – прояв чоловічих рис у жінок, зумовлений дією андрогенів.

МАЦЕРАЦІЯ – розм'якшення тканин під впливом тривалої дії на них рідини.

МЕДИКО-СОЦІАЛЬНА ЕКСПЕРТИЗА – вид експертизи, що визначає тривалість і ступінь непрацездатності людини у зв'язку із захворюванням або пошкодженням, виявляє причини втрати працездатності, встановлює групи інвалідності.

МЕДИЧНИЙ ВИСНОВОК – роблять після закінчення лікарського чи диспансерного обстеження. Передбачає оцінку фізичного розвитку, стану здоров'я, функціонального стану та фізичної підготовленості обстежуваного; рекомендації щодо режиму й методики занять фізичною культурою і спортом; покази та протипокази; допуск до занять та змагань; лікарські й про-

- М -

філактичні призначення; скерування на повторне, консульта- тивне обстеження та до лікарів- спеціалістів.

МЕЗОМОРФНИЙ – тип статури людини, який характеризуєть- ся добре розвинутими м'язами і скелетом, а також прямою і правильною поставою.

МЕЛАГРА – біль у руках і ногах ревматичного або м'язового походження.

МЕЛАНІН – чорний або темно-брунатний пігмент, зв'язаний із білками; міститься у волоссі, шкірі, сітківці ока.

МЕЛАНОМА – злоякісна пухлина з пігментоутворюючої ткани- ни.

МЕЛАНХОЛІЯ – 1) важка форма депресії з ангедонією, без- сонням, психомоторними змінами і комплексом провини; 2) стан із пригніченим настроєм, повільним і болісним про- цесом мислення.

МЕЛАНХОЛІК – 1) людина, схильна до депресії, до настроїв смутку, пригніченості; 2) один із чотирьох типів темпера- менту, що характеризується підвищеною вразливістю і від- носно незначним зовнішнім виразом почуттів.

МЕМБРАНИ (біологічні) – оболонки, що мають вибіркову про- никливість для іонів.

МЕНІНГІТ – запалення оболонок головного і (або) спинного моз- ку.

МЕНІНГОЕНЦЕФАЛІТ – запалення оболонок і тканин головно- го мозку.

МЕНІНГОЕНЦЕФАЛОМІСЛІТ – запалення оболонок і тканин головного та спинного мозку.

МЕНІНГОЕНЦЕФАЛОЦИСТОЦЕЛЕ – черепно-мозкова кила, яка містить спинно-мозкову рідину і частину розширеного шлуночка мозку.

- М -

МЕНІСК – 1) хрящовий серпоподібний утвір у колінних суглобах, що виконує роль амортизатора; 2) опукла або увігнута поверхня рідини у вузьких (капілярних) трубках.

МЕНСТРУАЛЬНИЙ ЦИКЛ – фізіологічний процес у жіночому організмі, який характеризується циклічними змінами в системі нейрогуморальної регуляції в яєчниках і в гормонально залежних органах статеві системи; умовно визначають від першого дня менструації, що наступила, до першого дня наступної.

МЕНСТРУАЦІЯ – циклічне виділення із матки кров'янистих виділень.

МЕНТАЛІТЕТ – світосприйняття; спосіб і активність мислення; психологія.

МЕНТАЛЬНІСТЬ – 1) інтелект, розумові здібності, тип мислення; 2) психіка, психічний склад особи; 3) соціально-психологічні настанови, способи сприйняття, манера відчувати й думати.

МЕТАБОЛІЗМ – процес обміну речовин.

МЕТАБОЛІТИ – речовини, що утворюються в організмі в результаті обмінних процесів.

МЕТАСТАЗ – вогнище пухлинного або запального процесу, що виникло внаслідок переносу паталогічного матеріалу з іншого вогнища в цьому ж організмі.

МЕТЕОПАТІЯ – хворобливий стан, зумовлений впливом метеорологічних чинників.

МЕТОД – 1) прийом або система прийомів, які застосовують у певній галузі діяльності (науки, виробництва тощо); 2) послідовність у роботі, навчанні тощо.

МЕТОД ІНДЕКСІВ – метод визначення пропорцій тіла, який ґрунтується на обчисленні відсоткових часток довжини кінцівок, ширини плечей тощо.

- М -

МЕТОД КАНОНІВ – визначення пропорцій тіла, коли за основу беруть певний розмір-модуль (довжина пальців, кисті, обличчя, голови, хребта, стегна тощо), який зіставляють з іншими розмірами, частіше з довжиною тіла.

МЕТОДИ ОБСТЕЖЕННЯ – розрізняють клінічні та параклінічні методи. До клінічних методів обстеження відносять: розпитування, фізичне (фізикальне) обстеження, проведене за допомогою органів чуття лікаря; огляд; перкусію (простукування); пальпацію (прощупування); аускультацию (вислуховування). Параклінічні методи обстеження передбачають: антропометрію; термометрію тіла; інструментально-функціональні; променеві (рентгенологічні і магнітно-резонансні); ультразвукові; радіоізотопні; термографію; ендоскопічні; лабораторні; функціональні проби.

МЕХАНОТЕРАПІЯ – фізичні вправи, які виконують із лікувальною метою на спеціальних апаратах та пристроях.

МИСЛЕННЯ – процес опосередкованого й узагальненого відображення дійсності під час аналізу й синтезу властивостей, причинних відносин та закономірних зв'язків між об'єктами і явищами.

МІАСТЕНІЯ – хвороба нервової і м'язової систем; виявляється у слабкості та хворобливій стомлюваності різних груп м'язів.

МІАТОНІЯ – (аміотонія, атонія) – млявість м'язів; значне зниження м'язового тонуусу; ненормальна розтяжність м'язів.

МІОТРОФІЯ – м'язова атрофія.

МІГРЕНЬ (міцефалгія, гемікранія) – нападopodobний, переважно однобічний біль голови різної інтенсивності, частоти і тривалості, який супроводжується, запамороченням, нудотою, світлобоязню.

МІЄЛОДИСПЛАЗІЯ – вада розвитку спинного мозку.

МІЄЛІТ – запалення спинного мозку.

- М -

МІЖКУЛЬТУРНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ – знання життєвих звичок, вдач, звичаїв, установок конкретного соціуму, що формують індивідуальні та групові установки; знання індивідуальних мотивацій, форм поведінки, невербальних компонентів (жести, міміка), національно-культурних традицій, системи цінностей.

МІКРОБИ – загальна назва мікроскопічно малих організмів, до яких відносяться бактерії, актиноміцети, дріжджі, деякі гриби та найпростіші одноклітинні.

МІКРОЕЛЕМЕНТИ – хімічні елементи, які потрібні в мінімальних кількостях для нормальної життєдіяльності організмів: мідь, марганець, молібден, кобальт, бор та інші.

МІМІКА – виразні рухи м'язів обличчя, одна з форм вияву почуттів людини.

МІКОЗ – хвороба, спричинена паразитичними грибами.

МІКРОІНСУЛЬТ – дрібновогнищевий інфаркт мозку або крововилив; клінічно виявляється перехідною мозковою вогнищевою симптоматикою, яка триває більше доби.

МІКРОСПОНДИЛІЯ – уроджене зменшення розмірів хребців.

МІОБЛАСТОМА – пухлина з незрілих м'язових тканин.

МІОГЛОБІН – складний білок, близький за складом і властивостями до гемоглобіну. Міститься у м'язах і виконує функції, які аналогічні гемоглобіну крові.

МІОГЛОБІНУРІЯ – виділення з сечею м'язового пігменту міоглобіну.

МІОГРАФІЯ – запис м'язових скорочень за допомогою прилада – міографа.

МІОДИНІЯ (міальгія) – м'язовий біль.

МІОДИСТРОФІЯ (міодегенерація) – загальна назва дистрофічних процесів у м'язовій тканині.

- М -

МІОЗИН – один із білків м'язів, у складі міофібрил, бере участь у скороченні та розслабленні м'язів.

МІОЗИТ – патологічний стан, основним виявом якого є біль у м'язі, який супроводжується ломотою. Спочатку цей біль виникає тільки під час руху, а потім і в стані спокою. За етіологією міозити поділяються на інфекційні (гнійні і негнійні), паразитарні, токсичні. За перебігом може бути гострим, підгострим і хронічним. За поширеністю – локалізованим і дифузним. Залежно від етіології простежуються поширені некротичні зміни, обмежені масивним лейкоцитарним валом. У м'язах, що прилягають до некрозу, простежуються важкі розлади кровообігу і масивний фібринозний ексудат. Негнійні інфекційні міозити можуть бути серозними, паренхіматозно-інтерстиціальними, проліферативними, дифузними, склеротичними.

МІОКАРД – середній м'язовий шар стінки серця, за допомогою якого відбувається скорочення серцевого м'яза.

МІОКАРДИТ – запалення серцевого м'яза.

МІОКАРДІОПАТІЯ (кардіоміопатія) – загальна назва захворювання міокарда нез'ясованої етіології.

МІОПАТІЯ – одна з форм великої групи м'язової атрофії, що характеризується первинним ураженням м'язового апарату.

МІОКЛОНУС (міоклонія) – посіпування м'яза чи групи м'язів.

МІОПІЯ – короткозорість, аномалія рефракції ока: фокус оптичної системи міститься перед сітківкою.

МІОПЛЕГІЯ – симптомокомплекс спадкового (успадкування за автономно-домінантним, інколи – рецесивним типом) пароксизмального паралічу; характеризується нападаподібними в'ялими паралічами кінцівок, які тривають годинами або днями.

- М -

МІОРИТМІЯ (міоклонія ритмічна) – міоклонія, що локалізована у певних м'язах і характеризується хвилеподібними посіпуваннями з постійним ритмом.

МІОСАРКОМА – злоякісна пухлина, що розвивається з м'язової тканини.

МІОСКЛЕРОЗ – зростання сполучної тканини в м'язах.

МІОТЕНДИНІТ – запалення м'яза разом із його сухожиллям.

МІОТОНІЯ – утруднене розслаблення м'язів після їхнього сильного скорочення. Розрізняють природжений та дистрофічний види.

МІОТОНОМЕТР – прилад для вимірювання м'язового тонусу.

МІОТОНОМЕТРІЯ, ЕЛЕКТРОМІОТОНОМЕТРІЯ – методи визначення тонусу (еластичності, твердості, пружності) м'яза. Міотонометрію проводять за допомогою механічного міотонOMETP Сірмаї. Електроміотонометрія дає змогу визначити м'язовий тонус за допомогою електроміотонометр а Ю.М. Уфлянда.

МІОФАСЦИТ – запалення м'яза та фасції у місці їхнього з'єднання.

МІТОХОНДРІЇ – органоїди клітин, що забезпечують вироблення, нагромадження і розподіл енергії в клітинах. Є округлими, паличкоподібними, ниткоподібними або розгалуженими тільцями діаметром 0,1–1 мкм та завдовжки до 7 мкм і більше. Кількість, розміри, форма і розміщення мітохондрій залежать від її типу та функціонального стану. Мітохондрії утворені системою мембран і заповнені гомогенною речовиною – матриксом. Це єдині в людини клітинні органели, що містять позаядерну ДНК. Вони мають одну кільцеподібну хромосому, гени якої кодують окремі субодиниці комплексів електронно-транспортного ланцюга, а також контролюють синтез групи транспортних та рибосомальних РНК. Мітохондріальна ДНК кодує 13 із 67 білків дихального ланцюга мітохондрій і

- М -

успадковується тільки по материнській лінії. Життєвий цикл мітохондрій не перевищує кількох днів.

МІРИНГІТ – запалення барабанної перетинки.

МІТРАЛЬНА РЕГУРГІТАЦІЯ – зворотний потік крові під час систоли з лівого шлуночка в ліве передсердя.

МІТРАЛЬНИЙ СТЕНОЗ – (звуження лівого атріовентрикулярного отвору) – вада серця, зумовлена патологією апарату мітрального клапана, характеризується звуженням лівого атріовентрикулярного отвору, що створює перепону обігу крові з лівого передсердя в німий шлуночок.

МІЦЕЛИ – найтонші ниткоподібні утворення, з яких складаються м'язові волокна міофібрили.

МОБІЛІЗАЦІЯ (рух, пересування) – 1) відновлення здатності до руху у суглобах; 2) стан фізіологічної активності процесів, що перебували у спокої.

МОВА – 1) самобутня семіологічна система, що є основним і найважливішим засобом спілкування людей, для яких ця система є також засобом розвитку мислення, передачі від покоління до покоління культурно-історичних цінностей, традицій; 2) засіб інтеркультурної комунікації, що сприяє розвитку логічного мислення.

МОЗКОВА КОРА – сіра мозкова речовина, яка розміщена у верхній частині півкулі переднього мозку ссавців і відіграє важливу роль у вищій нервовій діяльності.

МОЗОК – центральний відділ нервової системи людини і тварин, що складається з нервових клітин, регулює взаємовідношення організму з середовищем, керує поведінкою і функціями організму.

МОЗОЧОК – відділ головного мозку, що забезпечує координацію і регуляцію рухів.

МОНІТОРИНГ – 1) систематичне вивчення соціальних явищ і процесів, зіставлення результатів постійних спостережень для одержання обґрунтованих уявлень стосовно справжнього становища, виявлення тенденцій їхнього розвитку; 2) необхідний прийом оцінювання якості технологізації соціального простору, дієвості технологій. Дає змогу вчасно коригувати технології, завдяки чому розширюються межі технологізації і підвищується ефективність соціальних (педагогічних) технологій.

МОНОНЕВРИТ – запалення одного нерва.

МОНОТОНІЯ – стан організму, який розвивається у разі одноманітного фізичного навантаження при дефіциті сенсорної інформації.

МОНОЦИТИ – зрілі, великі лейкоцити, що містять всього одне ядро. Утворюються вони у кістковому мозку. Ці клітини належать до найактивніших фагоцитів, що є в периферичній крові. Окрім крові, містяться також у великих об'ємах в кістковому мозку, селезінці, синусах печінки, стінках альвеол і лімфатичних вузлах. Отже, моноцити є найбільшими клітинами, макрофагами, завдяки чому мають здатність поглинати досить великі клітини або частки, а також безліч дрібних. Як правило, в результаті процесу фагоцитозу моноцити не гинуть, їх смерть може наставати лише у тому випадку, коли у сторонньої клітини або частки були які-небудь токсичні властивості. Моноцити здатні активно знищувати патогени навіть тоді, коли нейтрофіли стають неактивними, тобто в кислому доквіллі. Моноцити мають противірусний, протипухлинний, протипаразитний і протимікробний імунітет, виробляючи інтерферон, чинник некрозу пухлини, цитотоксини й інші речовини; беруть участь в регуляції процесу кровотворення, а також формуванні специфічного імунітету організму.

МОНОПЛЕГІЯ – параліч однієї кінцівки.

- М -

МОРСЬКА ХВОРОБА – патологічний симптомокомплекс, що з'являється у разі значних навантажень на вестибулярний апарат.

МОРИЯ – форма гіпертимії. Веселе збудження, що поєднується з дуროщами, схильністю до недоречних і грубих жартів, часто супроводжується інтелектуальною слабкістю.

МОРФОЛОГІЧНІ КРИТЕРІЇ БІОЛОГІЧНОГО ВІКУ – скелетна зрілість (строки осифікації скелета), зубна зрілість (прорізування і зміна зубів), зрілість форм тіла (пропорції), розвиток первинних і вторинних ознак.

МОТИВАЦІЯ – система мотивів або стимулів, що спонукає людину до конкретних форм діяльності або поведінки. Мотивами можуть бути потреби, інтереси, захоплення, емоції, установки, ідеали тощо. В одних випадках виникає інтерес до отримання високої оцінки, в інших – до змісту навчання. Значення мотивів для поведінки, діяльності, формування особистості надзвичайно велике. Одне з завдань педагога полягає у вихованні правильної мотивації.

МОТИВ – причина, що спонукає до діяльності, спрямованої на задоволення певних потреб..

МОТОНЕЙРОНИ – нейрони, аксони яких подають імпульси до скелетних м'язів.

МОТОРИКА – сукупність можливостей рухової системи людини; рухова активність організму, окремих його органів або їх частин.

МОТОРНА (РУХОВА) ЩІЛЬНІСТЬ – відношення часу, затраченого на безпосереднє виконання фізичних вправ, до всього часу заняття.

МОЦІОН – пішохідна прогулянка з гігієнічною і лікувальною метою.

- М -

МУЗИКОТЕРАПІЯ – технологія реабілітації пацієнта з використанням різноманітних музичних засобів для лікувально-оздоровчої та психологічної корекції. Використовують музику різних жанрів, яка є не лише самостійним засобом, а й додатковим компонентом серед інших форм реабілітації.

МУТАЦІЯ – процес зміни спадкових структур.

МУТАЦІЇ ХРОМОСОМНІ – раптово виникаючі природні або штучно викликані стійкі зміни спадкових структур, що відповідають за зберігання генетичної інформації і її передачу від клітини до клітини, від предка до нащадка. Мутації властиві живим організмам, лежать в основі їхньої еволюції.

М'ЯЗОВИЙ ТОНУС – ступінь напруження м'язів у стані спокою та під час рухів.

НАБРЯК – надмірне накопичення рідини в тканинах організму і серозних порожнинах, що проявляється збільшенням об'єму тканин, зміною фізичних властивостей (тургора, еластичності) і розладом функції набряклих тканин і органів.

НАБРЯК ЛЕГЕНЬ – патологічний стан, клінічно проявляється тяжкою ядухою, ціанозом і клекотанням у грудях. Зумовлений гострим підвищенням гідростатичного тиску в капілярах малого кола кровообігу, порушенням проникності капілярної сітки, зниженням колоїдно-осматичного тиску плазми, швидким зниженням внутрішньоплеврального тиску. Іноді розвивається блискавична форма набряку легень, яка закінчується летально протягом кількох хвилин. Гострий набряк легень триває 2–4 години; затяжний може тривати кілька днів.

НАБРЯК КВІНКЕ – ангіоневротичний набряк, який має різну епіологію (алергічний, токсичний або спонтанний, генетично зумовлений). Клінічні прояви: нудота, блювання, біль голови, пронос, набряк легень, припухання обличчя (переважно губи, повіки), кінцівок; часто набряк поширюється на язик, слизову оболонку щік, надгортанник; зазнають ураження мозок та внутрішні органи.

НАБУТІ ВАДИ СЕРЦЯ – морфологічні (органічні) зміни клапанного апарату (стулок клапанів, фіброзного кільця, хорд, папілярних м'язів), атріовентрикулярних отворів, які виникають унаслідок різних захворювань або травм і призводять до порушення внутрішньосерцевої гемодинаміки.

НАВИЧКА – дія, яка внаслідок багаторазових повторень доведена до високого рівня досконалості і виконується на частково автоматизованому рівні.

НАВІЮВАННЯ (сугестія) – спрямований вплив на свідомість та поведінку людини чи групи людей. Метою навіювання є

зміна установок, вчинків і ціннісних орієнтацій. Навіювання використовують у медицині як один із методів психотерапевтичного лікування.

НАВЧАЛЬНА ТЕХНОЛОГІЯ – цілісний алгоритм організації ефективного засвоєння знань, умінь і навичок, що характеризується оптимальною комбінацією основних навчальних компонентів (зміст, прийоми, методи, засоби й форми) з урахуванням вимог наукової організації праці, збереження і зміцнення здоров'я суб'єктів навчання, забезпечує досягнення запланованих навчально-виховних результатів.

НАДНИРНИКИ – парні залози внутрішньої секреції, розміщені над верхніми полюсами нирок, беруть участь у регуляції обміну речовин, беруть участь у регуляції функції серцево-судинної системи, мають вплив на збудливість нервової системи та скорочувальну здатність гладенької мускулатури.

НАЗАЛЬНИЙ – такий, що стосується носа та його порожнин.

НАЙТПКЕРИ – люди зі стійким підвищенням (понад 22 %) нічного артеріального тиску.

НАПРУЖЕНІСТЬ – стан, що характеризується напружено-зосередженою позою, малодоступністю, готовністю до раптових дій; виникає на фоні глибокого психічного розладу.

НАРИВ (гнояк, абсцес) – обмежене скупчення гною в тканинах або в органах унаслідок запалення, спричиненого гнійними мікробами.

НАРКОЛОГІЯ – розділ психіатрії, що вивчає прояви, етіологію і патогенез токсикоманій, хронічного алкоголізму та наркоманії, розробляє методи їх попередження та лікування.

НАРКОМАНІЯ – хворобливий потяг (пристрасть) до вживання наркотиків.

НАРКОТИКИ – це речовини, які, діючи на центральну нервову систему, спричинюють втрату чутливості й розслаблення ске-

- Н -

летних м'язів, викликають приємний стан ейфорії, збудження, бадьорості, приплив сил, відчуття необмеженості своїх можливостей, однак згодом виникають слабкість, дратівливість, апатія, сомато-вегетативні розлади. Особистість, вживаючи наркотики, соціально і психічно деградує.

НАРКОЗ – штучно викликаний глибокий сон, який супроводжується виключенням свідомості, аналгезією, розслабленням скелетної мускулатури та пригніченням рефлекторної активності. Вдаються до наркозу з метою безболісного проведення хірургічних втручань та створення умов для управління функціями організму.

НЕАДЕКВАТНІСТЬ – невідповідність окремих психічних актів або їх сукупності зовнішнім обставинам.

НЕЖИТЬ (риніт) – запалення слизової оболонки носа.

НЕВРАЛГІЯ – інтенсивний біль уздовж нервового стовбура або його гілок.

НЕВРАСТЕНІЯ – нервові виснаження, спричинені перевтомою або тривалим впливом психотравматичних чинників; характеризується підвищеною збудливістю, розладами сну, стомлюваністю, зниженою працездатністю, головними болями тощо.

НЕВРИТ – запалення периферійного нерва.

НЕВРОЗ – розлад психічної діяльності, що виникає у разі тривалої психічної травматизації; простежується пониження розумової та фізичної працездатності.

НЕДУГА – хвороба, порушення нормальної життєдіяльності організму з ушкодженням його структури та функцій під впливом несприятливих зовнішніх і внутрішніх чинників.

НЕДОСТАТНІСТЬ – 1) у медицині – порушена функція органа, яка не забезпечує фізіологічні потреби.

НЕДОСТАТНІСТЬ АОРТАЛЬНОГО КЛАПАНА (відносна) – розвивається унаслідок значного розширення кореня аорти

- Н -

й суттєвого розтягнення фіброзного кільця аортального клапана, що спричиняє зворотний потік крові під час діастолі і порти в лівий шлуночок.

НЕДОСТАТНІСТЬ АОРТАЛЬНОГО КЛАПАНА (органічна) – вада серця, зумовлена значними морфологічними змінами стулок клапана чи підклапанного апарату, характеризується неповним змиканням стулок аортального клапана і зворотнім внаслідок цього потоком крові під час діастолі з аорти в лівий шлуночок.

НЕЙРОГУМОРАЛЬНА РЕГУЛЯЦІЯ – регуляція діяльності різних систем, що відбувається за участю нейрорефлекторних та гуморальних механізмів.

НЕЙРОДЕРМАТИТ (нейродерміт) – сверблячий дерматоз, зумовлений порушенням функції нервової системи.

НЕЙРОН (неврон) – нервова клітина, основний структурний і функціональний елемент нервової системи, здатна сприймати подразнення, виробляти нервові імпульси і передавати їх іншим клітинам. Тіла нейронів містяться переважно в центральній нервовій системі (спинний і головний мозок) або в гангліях. Об'єднуючись, відростки нейронів утворюють нервові волокна, які входять до складу нервів та провідних шляхів ЦНС.

НЕЙТРОФІЛИ – білі кров'яні тільця, які виконують захисну функцію.

НЕКРОЗ – змертвіння, незворотне припинення життєдіяльності тканин, зумовлене механічними, травматичними; хімічними (кислоти, луги, солі, важкі метали), фізичними (високі й низькі температури, електрика, радіаційне випромінювання тощо) чинниками, припиненням притоку крові, захворюванням нервової системи (нейрогенний некроз), алергією. Розрізняють три види некрозу: сухий, вологий і гангрену.

- Н -

НЕОПЛАЗМА – пухлина, тканина якої утворена зі змінених, нетипових щодо диференціювання, характеру росту клітин, здатних передавати ці властивості під час їхнього поділу.

НЕОПЛАСТИЧНИЙ – такий, що стосується пухлин.

НЕПРИТОМНІСТЬ – патологічний стан, раптова короткочасна втрата свідомості внаслідок анемії головного мозку, внутрішніх органів. Простежується різке погіршення самопочуття, наростаюча слабкість, вегетативно-судинні розлади, пониження м'язового тонусу тощо.

НЕРВ – анатомічний утвір, що складається із пучків нервових волокон, оточених сполучнотканинними оболонками; забезпечує проведення нервових імпульсів.

НЕРВОВИЙ ІМПУЛЬС – хвиля збудження, що поширюється по нервовому волокну; забезпечує передачу інформації від рецепторів до нервових центрів і від них до виконуючих органів скелетної мускулатури, гладеньких м'язів внутрішніх органів, судин, залоз внутрішньої секреції та ін.

НЕРВОВА СИСТЕМА – система нервових елементів та органів, що регулює і координує усі функції організму, здійснює взаємозв'язок усіх частин організму між собою і навколишнім середовищем. Нервову систему поділяють на центральний і периферійний відділи. Центральний відділ нервової системи об'єднує головний і спинний мозок, периферійний – усі інші структури, зв'язок між ними відбувається через корінці спинномозкових та черепно-мозкових нервів.

НЕРВОВА ТКАНИНА – основна тканина нервової системи. Найважливішим структурним і функціональним елементом нервової тканини є нервова клітина. Нервові клітини зв'язані одна з одною через синапси, що забезпечує передачу нервових імпульсів і виконання найрізноманітніших рефлекторних актів. Із нервових клітин побудовані органи і відділи нервової системи: головний мозок, спинномозкові та черепно-мозкові

- Н -

нерви, нервові ганглії, нервові закінчення, вегетативна нервова система.

НЕФРИТ – запалення різних елементів нефрону, інтерстицію та судин нирок.

НЕФРИТ ХРОНІЧНИЙ – запально-дистрофічний процес у нирках.

НЕФРОЛІТІАЗ – нирковокам'яна хвороба.

НЕФРОМА – пухлина нирки.

НЕФРОН – основний структурний і функціональний елемент нирок.

НЕФРОЦИРОЗ – дифузне або вогнищеве розростання сполучної тканини в нирці, що призводить до загибелі більшості нефронів і втрати функції.

НЕЦУКРОВИЙ ДІАБЕТ – (нецукрове сечовиснаження) – ураження задньої частки гіпофізу або гіпоталамусу, що призводить до зниження секреції антидіуретичного гормону (вазопресину). В результаті посилюється виділення сечі. Ця патологія іноді розвивається після черепно-мозкової травми, менінгіту, при пухлинах головного мозку.

НИРКА – парний орган, що має важливе значення у забезпеченні гомеостазу організму людини. Нирка є одним із основних гомеостатичних органів, які беруть участь у регуляції концентрації осмотично активних речовин, іонного складу, кислотно-лужної рівноваги та об'єму рідин внутрішнього середовища організму; виконують секреторну, метаболічну, ендокринну функцію.

НИРКОВА НЕДОСТАТНІСТЬ – симптомокомплекс, який розвивається внаслідок порушення ниркового кровообігу, клубочкової фільтрації, канальцевої реабсорбції та секреції, а також концентраційної здатності нирок. Проявляється азотемією, порушенням електролітно-водного балансу та кислотно-лужної рівноваги.

- Н -

НИРКОВОКАМ'ЯНА ХВОРОБА – хронічне захворювання, яке характеризується порушенням обмінних процесів в організмі та змінами у нирках з утворенням у їхній паренхімі, чашечках та мискахкаменів, що формуються із сольових та органічних сполук сечі.

НОВИЗНА – критерій якості інформації, результатів наукових досліджень, що відображає суспільно значущі нові знання, факти, дані, отримані в результаті дослідження або в практичній діяльності.

НОВОУТВОРЕННЯ (пухлина) – тканина, утворена зі змінених, нетипових щодо диференціювання, характеру росту клітин, здатних передавати ці властивості під час їхнього поділу.

НОЗОЛОГІЯ – розділ теоретичної медицини, що охоплює вчення про хвороби, їхню класифікацію і номенклатуру, діагноз, етіологію, патогенез, загальні принципи лікування та профілактику захворювань.

НОНДИПЕРИ – люди з недостатнім (до 10 %) ступенем нічного зниження артеріального тиску.

НОРИЦЯ – патологічний хід, вистелений грануляційною тканиною або епітелієм, що сполучає патологічне вогнище у м'яких тканинах або кістках, порожнистий орган або порожнину організму з навколишнім середовищем або між собою.

НОРМА – 1) загальноновизнане й узаконене правило, міра, закон, взірець, звичайний стан; 2) середня кількість, розмір чогось.

НОРМАТИВИ ГІГІЄНІЧНІ – кількісні показники факторів навколишнього середовища, які характеризують безпечні рівні їх впливу на стан здоров'я та гігієнічні умови життя населення.

НОСОВА ПОРОЖНИНА – порожнина у передній частині лицьового черепа, яка розділена перегородкою на дві половини, що відкриваються ніздрями і сполучаються через хоани (отвори)

- Н -

з носоглоткою.

НОСОГЛОТКА – верхня частина глотки, розміщена позаду порожнини носа.

НУДОТА – неприємне відчуття в ділянці надчерев'я та глотці, часто виникає перед блюванням. Розрізняють Н. мозкову, обмінну, психогенну, рефлекторну, рухову, токсичну.

НУКЛЕЇНОВІ КИСЛОТИ – високомолекулярні органічні речовини, які складаються з великої кількості зв'язаних між собою мононуклеотидів. До складу нуклеїнових кислот входять пуринові (аденін і гуанін) та піримідинові (цитозин і урацил або цитозин і тимін) основи, вуглеводи – пентоз (рибоза і дезоксирибоза) та фосфорна кислота. Розрізняють два типи нуклеїнових кислот – рибонуклеїнову кислоту (РНК) та дезоксирибонуклеїнову кислоту (ДНК). Кількість нуклеотидів у нуклеїновій кислоті може бути різною (від 80 до 30 тисяч і більше). Залежно від цього вони мають різну молекулярну масу: вищу – молекули ДНК (до 10 млн), нижчу – молекули РНК (від 20 тисяч до 2 млн). ДНК міститься переважно в ядрах клітин, головню у хромосомах, невелика кількість у мітохондріях. РНК – у ядерцях, цитоплазмі та мітохондріях. Найважливішою біологічною функцією нуклеїнових кислот є їхня участь у процесах біосинтезу білка, які лежать в основі механізмів нормального росту, розвитку, передачі та відтворення спадкових ознак.

НЮХ – здатність людини сприймати й розрізняти різні запахи.

ОБҐРУНТОВАНІСТЬ ПРОГНОЗУ – ступінь відповідності методів та початкової інформації об'єкту, цілям і завданням прогнозування.

ОБ'ЄМ НАВАНТАЖЕННЯ – кількість елементів, комбінацій, вправ технічної і фізичної підготовки. А також загальна кількість занять і їх тривалість.

ОБ'ЄМ НАВАНТАЖЕННЯ ЗА ФІЗІОЛОГІЧНОЮ ОЦІНКОЮ – кількісні затрати енергії, сумарна реакція пульсу та інших показників, зареєстрованих під час занять фізичними вправами.

ОБМІН РЕЧОВИН – сукупність процесів асиміляції й дисиміляції, що безперервно відбуваються в організмі людини і супроводжуються поглинанням чи вивільненням енергії.

ОБМОРОЖЕННЯ – ураження шкіри унаслідок дії низьких температур вологи; розвивається унаслідок розладу периферійного кровообігу, що виникає у результаті рефлекторного спазму артеріол, пасивної гіперемії та підвищення судинної проникливості.

ОБСТРУКЦІЯ – у медицині – перешкода, утруднення, закупорка, непрохідність.

ОВЕРДИПЕРИ – люди з підвищеним (понад 22 %) ступенем нічного зниження артеріального тиску.

ОВУЛЯЦІЯ – фізіологічний процес, фаза менструального циклу. Вихід яйцеклітини з яєчника в порожнину тіла в результаті розриву зрілого фолікула яєчника. З порожнини тіла яйцеклітина потрапляє до яйцеводу (який у жінок називається матковими трубами), де відбувається запліднення. Біологічний сенс овуляції полягає у звільненні яйцеклітини від фолікулу для її запліднення.

ОДУЖАННЯ – відновлення нормальної життєдіяльності організму після хвороби. Розрізняють одужання повне і неповне. Повне одужання – спонтанне або терапевтичне відновлення стану здоров'я. Неповне одужання – одужання з частковим відновленням психічних і фізичних функцій.

ОЖИРІННЯ – патологічний стан організму, зумовлений надлишковим накопиченням жиру у тканинах організму. Ожиріння може бути ендогенно-конституційним, виникає у результаті порушень діяльності залоз внутрішньої секреції і роботи головного мозку, має змішані й рідкісні форми.

ОЗДОРОВЛЕННЯ – поліпшення стану здоров'я; створення сприятливих умов для здоров'я.

ОЗДОРОВЧИЙ І ПРОФІЛАКТИЧНИЙ ЕФЕКТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ – пов'язаний із підвищеною фізичною активністю, посиленням функцій опорно-рухового апарата, активізацією обміну речовин. У результаті недостатньої рухової активності в організмі людини порушуються нервово-рефлекторні зв'язки, закладені природою і закріплені в процесі фізичної праці. Це призводить до розладу регуляції діяльності серцево-судинної та інших систем, порушення обміну речовин, розвитку дегенеративних захворювань.

ОЗДОРОВЧІ ФІЗИЧНІ ВПРАВИ – рухова діяльність, що має специфічний розвиваючий оздоровчий ефект аеробного навантаження, сприяє удосконаленню функцій центральної нервової системи, рухового аналізатора, підвищує розумову працездатність, удосконалює спритність, силу, швидкість, рухливість суглобів, формує гарну поставу.

ОЗНОБ – 1) стан організму, який характеризується відчуттям холоду і дрижанням м'язів; 2) відчуття холоду за умови швидкого підвищення температури тіла або охолодження.

ОКСИГЕНАЦІЯ – насичення організму людини киснем.

ОЛІГОКІНЕЗІЯ – порушення рухових функцій; малорухомість і скутість рухів.

ОМАРТРИТ – запалення плечового суглоба.

ОНАНИЗМ (мастурбація) – подразнення статевих органів або інших еротичних зон руками чи якими-небудь предметами з метою досягнення оргазму.

ОНЕЙРОДИНІЯ – розлади сну з яскравими сновидіннями, переживанням болю і неспокою; важкі сни.

ОНІХІЯ (оніхоз) – ураження нігтів; розрізняють грибкову, діабетичну, дистрофічну, професійну, псоріатичну та ін.

ОНКОМЕТРИЯ – вимірювання змін об'єму органа або тканин.

ОНКОЛОГІЯ – розділ медицини, що вивчає причини виникнення і механізми розвитку пухлин, розробляє методи їх діагностики, профілактики та лікування.

ОНТОГЕНЕЗ – індивідуальний розвиток живого організму.

ОПТИМАЛЬНА ІНТЕНСИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ АЕРОБНИХ ВПРАВ – виконання вправ з оздоровчою метою: 50–85 % від максимального поглинання кисню чи 60–90 % пульсового резерву при тривалості занять від 15 до 60 хвилин.

ОПТИМАЛЬНА РУХОВА АКТИВНІСТЬ – індивідуальний рівень фізичної працездатності, що забезпечує розвиток і вдосконалення різноманітних процесів життєдіяльності, зміцнення здоров'я та компенсацію вікових змін в організмі.

ОПТИМАЛЬНЕ НАВАНТАЖЕННЯ – навантаження такої інтенсивності, що дає максимальний оздоровчий ефект для конкретного індивіда.

ОПТИМАЛЬНИЙ РІВЕНЬ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ – індивідуальний тренувальний ефект, який ґрунтується головню на адаптованому синтезі білків для збільшення активно функціонуючих клітинних структур і з метою різних функцій.

ОПТИМІЗМ – бадьоре й життєрадісне світосприйняття, коли людина позитивно налаштована, вірить у майбутнє, в успіх.

ОПТИМУМ НАВАНТАЖЕННЯ НА ОРГАНІЗМ – визначається співвідношенням між характеристиками м'язової роботи і попередньою адаптованістю організму до м'язової діяльності.

ОРГАН – частина тіла багатоклітинного організму, що виконує специфічну функцію.

ОРГАНІЗАЦІЯ БІОЛОГІЧНА – сукупність зв'язків і співвідношень між елементами системи, визначає їхню опірність несприятливим впливам навколишнього середовища.

ОРГАНОГЕНЕЗ – формування органів у процесі розвитку організму.

ОРІЄНТУВАННЯ У ПРОСТОРИ – здатність людини визначати свою позицію і характер переміщення у просторі стосовно лінії горизонту та навколишніх предметів.

ОРТЕЗ – різновид протезних виробів, пристрій для фіксації сегмента кінцівки чи суглоба.

ОРТОСТАТИЧНИЙ ШОК (колапс) – запаморочення, яке виникає у випадку довготривалого нерухомого перебування у вертикальному положенні.

ОСВІТА – 1) фундаментальна категорія гуманітарного знання, що має багато аспектів: процес і результат оволодіння людиною системою знань про світ, суспільство, саму себе, способами мислення і діяльності, формування образу власної особистості; 2) феномен культури, що забезпечує її трансляцію, відтворюваність і зміну; 3) освітній простір – сукупність освітніх закладів, державної системи управління і суспільних об'єднань, які реалізують освітні програми.

ОСВІТНЯ ТЕХНОЛОГІЯ – відображає загальну стратегію розвитку освіти, єдиного освітнього простору, її призначення – прогнозування розвитку освіти, його проектування і пла-

нування, передбачення результатів, а також визначення відповідним освітнім цілям стандартів. Прикладом освітніх технологій можуть бути концепції освіти, освітні закони, освітні системи тощо.

ОСМОРЕГУЛЯЦІЯ – регулювання величини осмотичного тиску в організмі.

ОСМОТИЧНИЙ ТИСК – тиск розчину на півпроникну мембрану, відокремлює його від розчинника або від розчину з меншою концентрацією.

ОСМАТИЧНИЙ ТИСК В ОРГАНІЗМІ – один із найважливіших факторів, який впливає на розподіл у тканинах води і різних речовин

ОСМОТИЧНИЙ ТИСК КРОВІ – сила, яка змушує переходити розчинник (для крові це вода) через напівпроникну мембрану з меншого в більше концентрований розчин. Осмотичний тиск крові залежить в основному від розчинених у ній низькомолекулярних з'єднань, головню солей.

ОСНОВНИЙ ОБМІН – мінімальні кількість енергії, потрібна для життя організму у стані повного спокою. Основний обмін відображає інтенсивність метаболічних процесів в організмі, спрямованих на підтримку життєво важливих функцій.

ОСОБА – 1) людина як суб'єкт стосунків і свідомої діяльності; 2) стійка система соціально значущих рис, які характеризують індивіда або члена суспільства; 3) єдність унікальних і соціальних, життєвих характеристик людини.

ОСОБИСТА ГІГІЄНА – один із розділів загальної гігієни, що вивчає питання стосовно догляду за тілом, виховання гігієнічних навичок у населення.

ОСОБИСТІСНА ПЕДАГОГІКА – стратегія реформування і розвитку освітніх систем в умовах інформаційної цивілізації, суспільної значущості людини, її активної, вільної, цілеспря-

мованої і відповідальної діяльності, духовно-гуманітарне підґрунтя суспільства.

ОСОБИСТІСНО-ОРІЄНТОВАНЕ ВИХОВАННЯ – педагогічно керований процес культурної ідентифікації, соціальної адаптації і творчої самореалізації особистості.

ОСОБИСТІСНО-ОРІЄНТОВАНЕ НАВЧАННЯ – навчання, яке передбачає врахування суб'єктивного досвіду особистості.

ОСОБИСТІСНО-ОРІЄНТОВАНА ОСВІТА – цілісний педагогічний процес, епіцентром якого є людина, що пізнає світ і творить культуру у процесі спілкування.

ОСОБИСТІТЬ – одне з основних понять психології, в якому відображається людина як свідома істота, що здатна пізнавати й перетворювати дійсність. Особистість є суб'єктом суспільних відносин і сукупністю соціально значущих психологічних якостей, властивих конкретній людині.

ОСТЕО- – перша частина складних слів, що позначає «кістка», «кістковий».

ОСТЕОАРТРИТ – запалення суглоба і суглобових кінців кістки.

ОСТЕОАРТРОПАТІЯ – хворобливий стан суглобів і суглобових кінців кісток.

ОСТЕОДИСПЛАЗІЯ – ненормальний розвиток кісткової тканини.

ОСТЕОГЕННИЙ – той, що сприяє росту кісткової тканини.

ОСТЕОМА – доброякісна пухлина кісткової тканини.

ОСТЕОМІЄЛИТ – інфекційне запалення кісткового мозку, яке поширюється на кістки й окістя.

ОСТЕОПОРОЗ – системне захворювання скелета, для якого характерні зниження маси кістки в одиниці об'єму (розрідження кісткової тканини) й порушення мікроархітекτονіки кісткової тканини. Остеопороз призводить до збільшення крихкості

кісток і високого ризику переломів. Виділяють первинний і вторинний остеопороз. До *первинного* відносять постменопаузальний (клімактеричний), сенільний (старечий), ювенільний (дитячий) та ідіопатичний (невідомої етіології). Причинами *вторинного* остеопорозу можуть бути захворювання ендокринної системи, ревматичні хвороби, захворювання нирок, крові, тривала іммобілізація, спадкові порушення остеогенезу (утворення кісткової тканини).

ОСТЕОФІТ – патологічний кістковий виріст на поверхні кістки.

ОСТЕОХОНДРОЗ ХРЕБТА – захворювання, що характеризується дистрофічними змінами в міжхребцевих дисках і тілах хребців. Виникає внаслідок повторних травм хребта (підйом вантажів, надмірне статичне й динамічне навантаження, падіння тощо) і вікових дегенеративних змін.

ОСТЕПАТІЯ – хворобливий стан кісток.

ОСТУДА – 1) стан організму, який характеризується відчуттям холоду і дрижанням м'язів; 2) відчуття холоду у разі швидкого підвищення температури тіла або охолодження.

Осцилографія – графічна реєстрація коливальних процесів (електричних, електромагнітних, механічних) у живих тканинах за допомогою самописного приладу.

ОТИТ – запалення вуха; залежно від локалізації ураження виділяють зовнішній, середній і внутрішній отит.

ОТРУЄННЯ – патологічний стан, який розвивається внаслідок впливу на організм екзогенних токсичних речовин, здатних спричинити порушення різних фізіологічних функцій і створити загрозу для життя.

ОЦІНКА ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ – оцінюється (за Tanner) за показниками: 1) ендоморфного; 2) мезоморфного; 3) екторморфного; 4) рівня фізичного розвитку; 5) функціонального стану аеробних процесів; 6) функціонального стану анаеробних процесів; 7) функціонального стану нейром'язової

- 0 -

координації; 8) функціонального стану м'язової сили і витривалості; 9) стану суглобів (гнучкості); 10) стану здоров'я; 11) психічного стану (мотивації).

ОЧЕРЕВИНА – серозна оболонка, яка вистилає внутрішню поверхню черевної стінки і розміщені в порожнині черева **органи**. Виконує бар'єрну функцію, має здатність виробляти серозну рідину і резервувати рідину і зависі.

ПАМ'ЯТЬ – одна з найважливіших функцій центральної нервової системи, завдяки якій сприймається, закріплюється, зберігається і відтворюється отримана інформація.

ПАЛАТА МЕДИЧНА, ЛІКАРНЯНА – приміщення у лікувально-профілактичній установі, обладнане для постійного перебування хворих. Розрізняють палати загального профілю та спеціалізованого.

ПАЛІАТИВНИЙ – такий, що тимчасово полегшує перебіг захворювання, але не ліквідує його.

ПАЛІНЕРГІЯ – психічний розлад, який виявляється у безглуздому повторенні хворим будь-якої дії.

ПАЛЬПАЦІЯ – один з основних клінічних методів для вивчення фізичних властивостей тканин і органів, топографічних співвідношень між ними, їхньої чутливості і виявлення деяких функціональних явищ в організмі.

ПАМОРОЧНИЙ СТАН – утрата ясності свідомості з повною відстороненістю від оточуючого або з його уривчастим та викривленим сприйняттям, зі збереженням звичних автоматичних дій. Характерні при епілепсії, а також травматичних ураженнях головного мозку, інколи при соматичних і реактивних психозах.

ПАНАЛГІЯ – загальний біль, біль у всьому тілі.

ПАНАРИЦІЙ – запалення тканин пальця, яке виникає внаслідок його пошкодження та інфікування.

ПАНКРЕАТИТ – запалення підшлункової залози. Виділяють гострий і хронічний панкреатит. Розрізняють різні форми гострого панкреатиту. Виділяють три фази захворювання: 1) ензимної токсемії; 2) тимчасової ремісії; 3) секвестрації.

- П -

ПАНКРЕАТИЧНИЙ (підшлунковий) СІК – травний сік, який виділяє підшлункова залоза, він потрапляє у дванадцятипалу кишку, містить ферменти, які у процесі травлення каталізують розщеплення білків, жирів і вуглеводів.

ПАНТОМІМІКА – сукупність виразних рухів обличчя, кінцівок, тулуба, які супроводжують мовлення та емоції.

ПАНФЛЕГМОНА – гостре гнійне запалення усіх м'яких тканин будь-якої частини тіла.

ПАПІЛОМА – доброякісна пухлина, яка розвивається із покритого епітелію; нагадує сосочкове розростання, що виступає над поверхнею епітелію.

ПАПУЛА – шкірний утвір, вузлик.

ПАПІЛОМАТОЗ – патологічний процес, який характеризується утворенням множинних папілом на якій-небудь ділянці шкіри чи слизової оболонки.

ПАРАБІОЗ – стан збудливості тканини, що виникає під впливом сильних подразників і характеризується втратою провідності та збудливості, тобто ознаками гальмування.

ПАРАДОКСАЛЬНИЙ ПУЛЬС – зменшення амплітуди пульсових хвиль під час вдихання; простежується здебільшого при фіброзному медіастино-перикардиті, а також при лівобічному ексудативному плевриті.

ПАЗИТАРНІ ХВОРОБИ – захворювання, які зумовлені тваринами-паразитами і характеризуються циклічністю, тривалістю перебігу, розвитком постінвазійного, звичайно нетривалого імунітету. Серед паразитарних хвороб розрізняють гельмінтози, протозоозни, ентомози й окаріази.

ПАРАЛІЧ – розлад рухової функції: повна відсутність довільних рухів у разі ураження рухових центрів або периферійної нервової системи.

- П -

ПАРАЛІЧ БЕЛЛА – параліч лицьового нерва, в результаті якого розвивається слабкість м'язів однієї половини обличчя. У деяких хворих виникають розлади слуху, звуки, які вони чують, здаються їм занадто голосними, дехто втрачає смакові відчуття, і не може заплющити ока.

ПАРАЛІЧ ТОДДА – параліч частини тіла, ураженої в результаті фокального епілептичного припадку.

ПАРАПАРЕЗ – ослаблення або обмеження рухових можливостей обох верхніх чи нижніх кінцівок.

ПАРАСИМПАТИЧНА НЕРВОВА СИСТЕМА – частина вегетативної нервової системи людини; бере участь у регуляції діяльності м'язів внутрішніх органів і фізіологічних систем.

ПАРАЩИТОПОДІБНІ (наркоцитоподібні) ЗАЛОЗИ – залози внутрішньої секреції. Виділяють паратиреоїдний гормон, що регулює обмін речовин і збудливість нервово-м'язової системи.

ПАРЕЗ – частковий або неповний параліч; характеризується слабкістю і зменшенням сили м'язів, яка зумовлена порушенням їхньої іннервації.

ПАРЕНХІМА – специфічні елементи якого-небудь органа, що виконують основну функцію цього органа.

ПАРЕТИЧНІСТЬ – нерухомість м'язів.

ПАРЦІАЛЬНИЙ – частковий, неповний, такий, що є тільки частиною.

ПАРЦІАЛЬНИЙ ОБ'ЄМ – об'єм, який займав би один із компонентів газової суміші при тій же температурі, якщо б його тиск дорівнював тиску всієї суміші.

ПАРЦІАЛЬНИЙ ТИСК – тиск, який би спричиняв газ, що входить до складу суміші газів, за умов, коли б він при даній температурі займав об'єм, заповнений всією сумішшю газів.

- П -

ПАСИВНІСТЬ – байдужість, безвілля, бездіяльність. Відсутність у людини прагнення виявляти активність, енергію, наполегливість, ініціативність.

ПАТОГЕНЕЗ – 1) вчення про загальні закономірності розвитку, перебігу та наслідків хвороби; 2) механізм розвитку і перебігу патологічного процесу або стану.

ПАТОГНОМОНІЧНИЙ СИМПТОМ – характерний, типовий для цієї хвороби.

ПАТОЛОГІЧНИЙ – хворобливий, зумовлений захворюванням.

ПАТОЛОГІЧНА РЕАКЦІЯ – неадекватна й біологічно недоцільна дія організму чи його систем на вплив звичайних або надзвичайних подразників.

ПАТОЛОГІЧНИЙ ПРОЦЕС – послідовність реакцій на дію патогенного чинника, що виникають в організмі.

ПАТОЛОГІЧНИЙ СТАН – стійке відхилення від норми, що має біологічно негативне значення для організму. Причинами можуть бути патологічна спадковість, а також раніше перенесені патологічні процеси (наслідки травм – рубці, втрата кінцівки, відсутність рухливості у суглобі, кульгавість) і захворювання (горб у результаті туберкульозу хребта; деформація скелета після перенесеного рахіту).

ПАТОЛОГІЯ – 1) наука, що вивчає закономірності виникнення, розвитку та наслідки захворювання; 2) будь-яке відхилення від норми.

ПАТРОНАЖ – форма організованої профілактично-лікувальної діяльності, яка проводиться в домашніх умовах лікувально-профілактичними установами.

ПАХВОВА ДІЛЯНКА – ділянка, межі якої збігаються з межами пахвової ямки.

ПЕДАГОГ-МАЙСТЕР – педагог, який досяг високого ступеня компетентності, володіє різноманітними засобами викладан-

- П -

ня й отримує високі результати роботи, зрілий і вмілий педагог.

ПЕДАГОГ-НОВАТОР – автор нових педагогічних систем; реалізатор новацій.

ПЕДАГОГ-ФАСИЛІТАТОР – 1) педагог, який працює в парадигмі особистісно-орієнтованої (гуманістичної) педагогіки і керується такими установками в роботі: відкритість власних думок, переживань, заохочень, довіри, як вираження внутрішньої особистісної впевненості в можливостях і здібностях вихованців; 2) такий, що має “емфатичне розуміння” (бачення поведінки вихованця, його реакцій, дій, навичок).

ПЕДАГОГІЧНА ОЦІНКА – узагальнюючий ступінь успіху в певному завданні.

ПЕДАГОГІКА СПІВПРАЦІ – сучасна педагогічна концепція, що ґрунтується на співпраці, демократичних і творчих засадах. Вихованець – активний суб’єкт спільної з педагогом діяльності.

ПЕДАГОГІЧНА СИСТЕМА – сукупність таких взаємопов’язаних компонентів, як: мета освіти, суб’єкти педагогічного процесу (педагог і учні), зміст освіти (загальна, базова і професійна культура), методи і форми педагогічного процесу і матеріальна база (засоби).

ПЕДАГОГІЧНА ТВОРЧИСТЬ – активний процес, спрямований на пошук досконаліших форм навчально-виховної роботи, успішне вирішення педагогічних проблем, поліпшення якості навчання і виховання учнів.

ПЕДАГОГІЧНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ – комплексний дослідницький метод, суть якого полягає в дослідженні педагогічного явища у спеціально створених умовах, організованих ситуаціях.

ПЕПСИН – фермент, що міститься в шлунковому соці, який прискорює та розщеплює тваринні й рослинні білки.

- П -

ПЕРВЕРСІЯ – відхилення від норми, протиприродність, збочення.

ПЕРЕДМІХУРОВА ЗАЛОЗА – непарний орган чоловічої статевої системи, розміщений у порожнині таза, під сечовим міхуром.

ПЕРЕДПЛІЧЧЯ – ділянка верхньої кінцівки від ліктьового до зап'ясткового суглоба; скелет передпліччя становлять ліктьова і променева кістки, які з'єднуються суглобами і міжкістковою перетинкою.

ПЕРЕДСЕРДЯ – парна камера серця, яка приймає кров із судин і спрямовує її у шлуночки.

ПЕРЕЛОМ КІСТКИ – порушення цілісності кістки під впливом зовнішньої сили, супроводжується пошкодженням м'яких тканин.

ПЕРЕЛОМ КІСТКИ ВІДКРИТИЙ – це пошкодження кістки, а також цілісності шкірних покривів і м'яких тканин.

ПЕРЕЛОМ КІСТКИ ЗАКРИТИЙ – порушення цілісності кістки, у цьому випадку шкірні покриви залишаються неушкодженими.

ПЕРЕЛОМ ПАТОЛОГІЧНИЙ – перелом, спричинений хворобливим станом кісткової тканини – ураженням її пухлиною, остеомієлітом, остеодистрофією, остеопорозом тощо.

ПЕРИАРТРОЗ – дегенеративно-дистрофічний процес із ураженням навколо суглобових тканин.

ПЕРИКАРД (навколосерцева сумка) – оболонка, яка оточує серце й гирла аорти, стовбур легеневої артерії, порожнистих і легеневих вен.

ПЕРИКАРДИТ – запаленнясерозної оболонки серця.

ПЕРИКАРДІАЛЬНИЙ ВИПІТ – накопичення рідини у порожнині перикарда.

ПЕРИСТАЛЬТИКА – моторика порожнистого органа, яка виникає під час узгодженого скорочення циркулярних і поздовжніх м'язових шарів його стінки.

- П -

ПЕРИТОНІТ – гостре або хронічне запалення очеревини, що супроводжується тяжкими розладами діяльності органів і систем організму; розрізняють серозний, фіброзний, гнійний, жовчний та ін. перитоніти.

ПЕРИФЕРІЙНИЙ – зовнішній, віддалений від якогось центра.

ПЕРИФЕРІЙНА НЕРВОВА СИСТЕМА – складається з черепно-мозкових нервів, нервових сплетінь і спинномозкових нервів, які доносять імпульси з центральної нервової системи безпосередньо до м'яза, а інформацію з периферії в центральну нервову систему.

ПЕРИДУОДЕНІТ – запалення серозної оболонки дванадцятипалої кишки або тканин, що прилягають до її задньої стінки.

ПЕРИКОЛІТ – запалення серозної оболонки товстої кишки.

ПЕРИЛІМФАНГІТ – запалення тканин навколо лімфатичних судин.

ПЕРИМІЗІЙ – сполучнотканинна оболонка м'язових волокон або м'язового пучка.

ПЕРИНЕАЛЬНИЙ – такий, що стосується промежини; промежинний.

ПЕРИНЕВРОГРАФІЯ – рентгенологічне дослідження нервових стовбурів.

ПЕРИПРОКТИТ – запалення тканин навколо прямої кишки і каналу заднього проходу.

ПЕРИРЕНАЛЬНИЙ – такий, що розміщений навколо нирки; навоклонирковий.

ПЕРИСПЛЕНІТ – запалення серозної і фіброзної оболонки селезінки.

ПЕРИФРЕНІТ – запалення очеревини, яка покриває діафрагму.

ПЕРИХОЛАНГІОЛІТ – запалення сполучної тканини печінки.

- П -

ПЕРІОСТАЛЬНІ РЕФЛЕКСИ – пропріоцептивні рефлексі, зумовлені подразненням глибоких рецепторів; належать до рефлексів соматичної нервової системи; фізіологічна роль П. Р. полягає в координації рухів, регулюванні статичності і позиції тіла.

ПЕРІОСТИТ – запалення надкiсничі.

ПЕРМАНЕНТНИЙ – постійний, неперервний.

ПЕРОМЕЛІЯ – аномалія розвитку, яка виявляється у надмірному вкороченні кінцівок.

ПЕРСПІРАЦІЯ – шкірне дихання, піт; непомітне випаровування води через шкіру, виділяється потовими залозами.

ПЕРФОРАЦІЯ – порушення цілісності органа, поява отвору в результаті захворювання, травми і т.д. Потребує термінової операції, оскільки може призвести до смерті.

ПЕРЦЕПТИВНА СИСТЕМА – сукупність аналізаторів, які забезпечують акт сприйняття.

ПЕРША СИГНАЛЬНА СИСТЕМА – сукупність нервових процесів, що виникають у корі великого мозку при безпосередній дії подразників зовнішнього і внутрішнього середовища на рецептори. Пов'язана з роботою органів чуттів

ПЕРША МЕДИЧНА ДОПОМОГА – комплекс невідкладних найпростіших заходів з метою врятування життя людини і попередження ускладнень у разі нещасного випадку або раптового захворювання. Невідкладну допомогу надають безпосередньо на місці події, іноді це робить сам постраждалий (самодопомога) чи інша особа, яка перебуває поблизу (взаємодопомога).

ПЕЧІНКА – орган травної системи, розміщений у черевній порожнині; найбільша залоза в організмі людини, бере участь у процесах травлення, обміну речовин і кровообігу.

ПІДШЛУНКОВА ЗАЛОЗА (панкреас) – залоза травної системи, яка одночасно виконує екзокринну та ендокринну функції;

- П -

розміщена в заочеревинному просторі на рівні верхніх поперекових хребців. П.з. виконує дві основні функції: 1) секреція у дванадцятипалу кишку соку, що містить набір ферментів, які гідролізують усі основні групи харчових полімерів; 2) секреція в кров ряду поліпептидних гормонів, що регулюють метаболічні процеси в організмі.

ПІЕЛОНЕФРИТ – запальний процес із ураженням проміжної тканини нирки та її чашково-мискової системи.

ПІКНІЧНИЙ ТИП БУДОВИ ТІЛА – тіло з округлими формами, великою кількістю жирової тканини і слабким розвитком м'язів скелета.

ПОДЕРМІЯ – будь-яке гнійничкове захворювання шкіри, яке зумовлене мікробами (наприклад, стафілококами чи стрептококами).

ПІРАМІДНІ ШЛЯХИ – низхідні нервові шляхи, що йдуть від кори головного мозку через спинний мозок до м'язів тулуба й кінцівок.

ПУРІЯ – один із показників аналізу сечі, свідчить про гнійно-запальний процес в органах сечостатевої системи (піонефроз, піелонефрит, цистит, простатит, уретрит тощо).

ПЛАЗМА – рідка частина крові, в якій знаходяться формені елементи крові - еритроцити, лейкоцити, тромбоцити та інші компоненти.

ПЛАНТОГРАФІЯ – метод отримання відбитків стопи, який уможливорює висновок про її ресорну функцію.

ПЛЕВРА – серозна оболонка, в якій знаходяться легені; складається з двох листків.

ПЛЕВРАЛЬНА ПОРОЖНИНА – вузька порожнина між листками плеври.

ПЛЕКСАЛГІЯ – біль у ділянці нервового сплетіння.

ПЛОСКА СПИНА – порушення постави, характеризується згладженістю всіх фізіологічних вигинів хребетного стовпа (*шийний лордоз менше 2 см, грудний кіфоз менше 3 см, поперековий лордоз менше 2,5 см*) і зменшенням кута нахилу таза (менше 23°). Грудна клітка сплющена, здається випнутою вперед, лопатки відстають від грудної клітки, передньозадній розмір грудної клітки зменшується, що негативно впливає на розвиток і положення органів грудної порожнини і функції органів дихання.

ПЛОСКОСТОПІСТЬ – деформація стопи, що полягає в зміні висоти повздожнього склепіння в поєднанні з пронацією п'ятки та супінаційною контрактурою переднього відділу стопи. Розрізняють плоскостопість вроджену, травматичну, паралітичну, рахітичну, статичну.

ПНЕВМОНІЯ (запалення легенів) – група різних за етіологією, патогенезом із морфологічною характеристикою ексудативних запальних процесів у легенях із ураженням їхніх респіраторних відділів. Здебільшого причиною виникнення пневмонії є інфікування різними бактеріями.

ПОДАГРА – захворювання, зумовлене порушенням обміну нуклеїнових кислот; характеризується підвищеним вмістом сечової кислоти в крові, повторними нападами запалення суглобів і відкладенням кристалів сечокислового натрію в хрящах, слизових сумках суглобів, іноді в шкірі, м'язах і нирках.

ПОДОМЕТРІЯ – метод вимірювання стопи, що відображає пружні коливання дуги повздожнього склепіння стопи.

ПОДРАЗНЕННЯ – стан, що супроводжується запальною або болісною реакцією організму на дію зовнішнього або внутрішнього подразника. Подразники можуть бути хімічними, механічними, термальними, променевими. За перебігом розрізняють подразнення гострі та хронічні. Хронічне подразнення найчастіше впливає на тканини шкіри, очей, легень, слизових органів травлення та видільної системи.

ПОЗИТИВНИЙ ЕФЕКТ ОЗДОРОВЧОГО ТРЕНУВАННЯ – стан, зумовлений впливом тренування у тижневому циклі занять за умови, що нове тренування починається з фону, який характеризується суперкомпенсацією енергетичних ресурсів і підвищеним обсягом клітинних структур.

ПОЛІАДЕНІТ – запалення кількох груп лімфатичних вузлів.

ПОЛІАРТРИТ – запалення кількох суглобів.

ПОЛІАРТРОЗ – дистрофічно-дегенеративне захворювання багатьох суглобів.

ПОЛІМОРФІЗМ – у медицині й біології наявність у межах одного виду особин, які різко відрізняються одна від одної, виражених якихось ознак чи явищ.

ПОЛІОНЕВРИТ – запалення кількох периферійних нервів.

ПОЛІОМІЄЛІТ - гостра інфекційна хвороба, спричинена вірусом; характеризується ураженням клітин передніх ділянок спинного мозку, оболонки головного і спинного мозку, лімфоїдної тканини та органів травлення; передається кишковим, повітряно-крапельним шляхом, уражає здебільшого дітей. Симптоми поліомієліту: головний біль, діарея та підвищена температура. Крім цього, простежуються різні неврологічні порушення. Вірус в організмі проходить декілька етапів, які в медицині розрізняють: інкубаційний період (тривалість від 2-х до 21 дня); період предпаралітичний, коли діагностується млявість і слабкість м'язів (тривалість від 2-х до 6 днів); паралітичний: м'язи стають важко керованими і більш щільними; відновний (тривалість складає приблизно один рік); період залишкових явищ, коли зміни м'язів спричиняють деформацію кінцівки.

ПОЛІОЕНЦЕФАЛІТ – запалення сірої речовини головного мозку, мозкового стовбура.

ПОЛІНЕВРИТ – запалення нервів; множинний неврит.

- П -

ПОЛІФІБРОМІОЗИТ – запалення поперечносмугастих м'язів, що поширюються на різні групи м'язів; призводить до заміщення м'язової тканини фіброзною.

ПОЛІОЕНЦЕОФАЛОМІЄЛИТ – одночасне запалення сірої тканини головного і спинного мозку.

ПОЛІОПІЯ – порушення зору, коли одиночний предмет сприймається як кілька предметів. В оптичних середовищах ока (рогівка, кришталик) утворюються ділянки, що неоднаково заломлюють світлові промені, внаслідок чого на сітківку проєктується кілька зображень одного предмета.

ПОЛІП(И) – різні за походженням патологічні утворення, які виникають на слизових оболонках органів шлунково-кишкового тракту, дихальних і сечовивідних шляхів, матки; серед поліпоподібних утворень озрізняють: пухлини, дифегенераторні і гіперпластичні поліпи, поліпи запальної й алергічної природи, гамартоми, тератоми, гетеротопії, плацентарний поліп, поліпоподібні утворення неясної етіології.

ПОЛІНОЗ – утворення або наявність численних поліпів; множинні поліпи.

ПОЛІСАХАРИДИ – вуглеводи, що складаються з кількох однакових чи різних залишків простих цукрів (моносахаридів).

ПОЛІТРАВМА – одночасне пошкодження кількох анатомічних ділянок в одного потерпілого.

ПОЛІУРІЯ – збільшення кількості виділеної сечі.

ПОЛІХРОМАТИЧНИЙ – багатоколірний.

ПОЛІХРОМАТИЧНІ ТАБЛИЦІ – таблиці із зображенням цифр і геометричних фігур, які складаються із кружків різного кольору; застосовують для дослідження кольорового зору.

ПОЛОГИ – фізіологічний процес, яким затверджується вагітність; вихід із тіла матері зрілого плоду і посліду.

ПОПЕРЕДНІЙ КОНТРОЛЬ – визначення й оцінювання фізичного розвитку та функціонального стану організму з метою допуску до занять фізичними вправами, розподілу на медичні групи і визначення режиму тренувань.

ПОПЕРЕК – нижня частина спини, яка обмежена зверху дванадцятьма ребрами, знизу – гребенями круглових кісток та основою крижів.

ПОРЕНЦЕФАЛІЯ – наявність у півкулях великого мозку кист, з'єднаних із бічними шлуночками; наслідок аномалії розвитку або травми.

ПОРІВНЯННЯ – 1) операція мислення, засіб аналізу й синтезу пізнавальних об'єктів, який передбачає диференціювання ознак на підставі їхнього зіставлення (однакові, схожі, відмінні); 2) дидактичний прийом, який передбачає зіставлення, коли виділяються ознаки, за якими має проводитися порівняння, і власне порівняння, де визначається загальне й відмінне. Розрізняють види порівняння за напрямом, складністю, способом проведення; 3) засіб створення образності.

ПОРІГ ВІДЧУТТЯ – мінімальна сила подразника, яка викликає відчуття у конкретних умовах. Визначення порогу відчуття при порушеннях у роботі аналізаторів допомагає діагностувати порушення й визначити шляхи та засоби корекції відхилень від норми.

ПОРОГОВЕ НАВАНТАЖЕННЯ АЕРОБНИХ ВПРАВ – обсяг фізичних вправ певної спрямованості, які виконують систематично і викликають позитивні зрушення в ліпопротеїновому складі крові. Для чоловіків поріг навантаження у бігу складає 56 км, для жінок – 48 км (К. Купер).

ПОСТАВА – вроджене положення, розташування яких-небудь частин тіла; відображає особливості конфігурації тіла, характеризується положенням голови, надпліччя, лопаток, кінцівок, формою тулуба, вираженим вигином хребта, лінією остистих відростків.

ПОСТАВА НОРМАЛЬНА – у цьому положенні вісь голови й тулуба знаходиться на одній вертикалі, що перпендикулярна площі опори; кульшові й колінні суглоби розігнуті; шийний, грудний і поперековий вигини хребта виражені, надпліччя помірно розвернені й опущені; лопатки симетричні й не виділяються; трикутники талії симетричні; черевна стінка плоска або рівномірно чи помірно опукла.

ПОРУШЕННЯ ПОСТАВИ В САГІТАЛЬНІЙ ПЛОЩИНІ – надмірно збільшений чи зменшений вигин хребта у шийному, грудному й поперековому відділах, що призводить до таких порушень постави, як кругла (сутула), кругло-ввігнута і плоска спина. Ці види порушень постави зазвичай супроводжуються зниженням функції кардіореспіраторної системи, травлення, затримкою фізичного розвитку, порушенням ресорної функції хребта.

ПОСТНАТАЛЬНИЙ – такий, що відбувся після народження, після пологів; післяпологовий.

ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ – такий, що виник після травми, після поранення або внаслідок травми чи поранення.

ПОТОВІДІЛЕННЯ – процес виділення поту потовими залозами більшості ссавців, у т.ч. людини. Відбувається рефлекторно (регулюється сенсорною системою організму). Рецептори, які відповідають за рефлекси потовиділення, розташовані в шкірі, слизових оболонках, м'язах. Центри потовиділення містяться в корі великих півкуль головного мозку, у гіпоталамусі, довгастому мозку і спинному мозку.

ПОТОВІ ЗАЛОЗИ – це маленькі трубчасті структури, розташовані в шкірі людини, які виробляють піт. Беруть участь у терморегуляції організму, водному та сольовому обміні.

ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ ЗАНЯТЬ – проводять протягом всього періоду занять, а також у разі зміни рухового режиму. Визначає віддалений ефект, аналізує ступінь втоми і відновлення

- П -

організму після заняття, уможливилює висновок про повторення тренування й дозування фізичного навантаження у ньому.

ПОТРЕБИ – виникають у певних умовах і є джерелом активності людини. Завдяки потребам відбувається регулювання поведінки людини, визначається спрямованість мислення, почуттів і волі. Виділяють біологічні (їжа, одяг, рух тощо), соціальні (спілкування з іншими людьми) й особисті (умови життя, місце людини в житті); духовні (прагнення до знань, творчість, сприйняття творів мистецтва).

ПОТЕНЦІАЛ – 1) можливість, наявні сили, запаси, засоби, що можуть бути використані.

ПРАВА ПАЦІЄНТА – встановлений законодавством перелік видів поведінки і вимог пацієнта, який звернувся за допомогою.

ПРАЦЕТЕРАПІЯ – активний лікувальний метод відновлення або компенсації утрачених функцій. Виконання певних завдань передбачають формування у пацієнта знань та навичок, які допоможуть компенсувати дефект.

ПРИНЦИП – 1) основне початкове положення будь-якої теорії, учення, науки, світогляду, організації; 2) внутрішнє переконання людини, визначальне її відношення до дійсності, норми поведінки й діяльності; 3) категорія педагогічного знання, наукове положення, яке, з одного боку, відображає пізнану й обґрунтовану закономірність, а з іншої – наказує, як правильно будувати процес виховання й навчання відповідно до пізної закономірності.

ПРИНЦИПИ ОБСТЕЖЕННЯ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ – огляд (спереду, у профіль, ззаду); симетричні орієнтири (вухні раковини, сосковидні відростки, надпліччя, лопатки тощо); величина фізіологічних вигинів хребта.

ПРИНЦИПОВІСТЬ – позитивна моральна людська якість, яка виявляється у послідовному відстоюванні певних переконань і поглядів.

ПРИРОДА – 1) у широкому розумінні – весь світ у багатогранності його форм (синонім понять “матерія”, “Всесвіт”; 2) сукупність природних умов існування людського суспільства; 3) об’єкт природознавства.

ПРИРОДНИЙ ВІДБІР – виживання найбільш пристосованих у боротьбі за існування організмів, здатних залишити потомство; процес, завдяки якому сприятливі спадкові характеристики стають загальнішими в наступних поколіннях популяції організмів, що розмножуються, а несприятливі спадкові характеристики стають менш загальними.

ПРОБА – 1) перевірка, випробування властивостей, якостей чогонебудь і результат такої перевірки; 2) частина чогонебудь, узята для дослідження, визначення складу, якостей, властивостей тощо; 3) дослідний зразок, екземпляр чогонебудь, взірець.

ПРОБА ШТАНГЕ – вимір максимального часу затримки дихання після глибокого вдиху. У здорових людей затримка дихання становить у середньому 40–50 с, у спортсменів високого гатунку: чоловіків – до 5 хв; жінок – від 1,5 хв до 2,5 хв. Зі збільшенням тренувань спортсмена час затримки дихання зростає.

ПРОБА ГЕНЧІ – вимір максимального часу затримки дихання на видиху після неглибокого вдиху. Здорові люди затримують дихання в середньому на 25–30 с, а спортсмени на 60–90 с. З настанням фізичної втоми та перевтоми час затримки дихання звичайно зменшується.

ПРОБА РОМБЕРГА – статична координаційна проба, уможливорює висновок про здатність зберігати рівновагу.

ПРОБЛЕМА – 1) в широкому сенсі – складне теоретичне або практичне питання, яке потребує розв’язання, вивчення й дослідження; 2) ситуація діяльності, яка містить протиріччя наукового, організаційного або іншого характеру і є перепорою, що виникає при досягненні суб’єктом цілеспрямованого результату своєї діяльності; 3) конкретне знання про незнання,

- П -

уявлення про вузлові завдання, які необхідно вирішити, про суттєві питання, на які потрібно знайти відповідь.

ПРОГЕСТЕРОН – один із жіночих статевих гормонів, утворюється в яйнику, а в період вагітності і в плаценті. Необхідний для збереження і розвитку вагітності.

ПРОГНОЗ ПРОФЕСІЙНИЙ – науково обґрунтований прогноз щодо майбутньої працездатності хворого з визначенням форми праці, яка буде доступною та безпечною для здоров'я.

ПРОГРЕСУЮЧІ ШКАЛИ ОЦІНЮВАННЯ – шкали, за якими більш високі результати прогресивно змінюють свою оцінку.

ПРОДОВГУВАТИЙ МОЗОК – частина головного мозку хребетних тварин і людини, що переходить у спинний; 1) слугує провідником для волокон, що з'єднують різні відділи головного мозку зі спинним мозком, а через нього з периферією; 2) має значення як центральний апарат – у ньому закладені рефлекторні центри, крім цього він є місцем появи складних актів (ковтання, дихання).

ПРОЗОПОПЛЕГІЯ – параліч м'язів.

ПРОЕКТУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ – науково обґрунтоване передбачення педагогом найбільш оптимальних результатів взаємодії в педагогічному процесі між загальними цілями виховання, конкретними педагогічними завданнями, особистими цілями, з одного боку, а з іншого – умовами, засобами виховання й індивідуально-психологічними можливостями конкретного індивіда.

ПРОКТИТ – запалення слизової оболонки прямої кишки.

ПРОЛЕЖЕНЬ – різновид гангрені, змертвіння ділянок тіла (шкіра, м'які тканини) відбувається в результаті їхнього тривалого стискування. Пролежні з'являються в крижовій ділянці остистих відростків хребта, великого вертлюга стегнової кістки у важких хворих при серцево-судинних, інфекційних або нервових захворюваннях.

ПРОЛІФЕРАЦІЯ – розростання тканини, зумовлене новоутворенням і розмноженням клітин.

ПРОНАЦІЯ – термін, який означає обертання кінцівки навколо її довгої осі так, щоб її передня поверхня була повернута до серединної лінії тіла.

ПРОПОРЦІЇ ТІЛА – співвідношення проєкційних діаметрів окремих частин тіла (тулуба, кінцівок, їхніх сегментів тощо). Залежать передусім від співвідношення скелетних розмірів, товщини підшкірно-жирової клітковини, ступеня розвитку м'язової системи й постави.

ПРОПОРЦІЙНІ ШКАЛИ ОЦІНЮВАННЯ – такі системи перерахування первинних (прямих) результатів обстеження (вимірювання), відповідно до яких певний приріст результату дає однаковий приріст оцінки.

ПРОПРІОРЕЦЕПТОРИ – чутливі нервові закінчення, що розташовані в м'язах і забезпечують сприйняття інформації про положення частин тіла, напруження і розміщення м'язів.

ПРОПРІОРЕЦЕПТИВНІ ВІДЧУТТЯ – тілесні відчуття, які виникають у результаті скорочення і розслаблення м'язів, що беруть участь в руховій діяльності.

ПРОСТРАЦІЯ – стан, який характеризується зниженням психічного тону, мовною та руховою загальмованістю, послабленою реакцією на зовнішні подразники.

ПРОТЕЇНОТЕРАПІЯ – лікування речовинами білкової природи (із заміщувальною метою або для корекції імунного статусу).

ПРОТЕОЛІЗ – процес поступового розщеплення (гідролізу) білків на пептиди й амінокислоти під дією ферментів-протеаз. Відбувається у живих організмах та у навколишньому середовищі під впливом мікроорганізмів. Протеоліз відіграє важливу роль в утворенні ферментів, гормонів та біологічно активних пептидів із неактивних попередників.

ПРОТИПОКАЗАННЯ – стан організму або певна ознака, що свідчить про шкідливість чи неможливість застосування яких-небудь ліків, способів лікування тощо; ознака або обставина, яка унеможлиблює застосування чи виконання чого-небудь.

ПРОТИПОКАЗИ ДЛЯ ЗАНЯТЬ АЕРОБНИМИ ВПРАВАМИ – всі захворювання в стадії загострення і при неповному одужанні; тяжкі психічні захворювання; органічні захворювання центральної нервової системи (епілепсія, параліч); злоякісні новоутворення; хвороби серцево-судинної системи: а) аневризми серця і великих судин; б) нещодавно перенесений інфаркт міокарда; в) ішемічна хвороба серця з важкими приступами стенокардії чи серцевої астми; г) недостатність кровообігу II і III ступеня; д) різні порушення ритму серця (мерехтлива аритмія тощо); хвороби органів дихання: а) бронхіальна астма з частими приступами; б) бронхоектатична хвороба; захворювання органів травлення в період їхнього загострення; захворювання печінки і жовчних шляхів, що супроводжуються ознаками ниркової недостатності чи частими больовими приступами; захворювання нирок і сечовивідних шляхів у разі ниркової недостатності чи каміння, що потребує оперативного втручання; хвороби ендокринних залоз при вираженому порушенні їхньої функції; хвороби органів руху з різко вираженими порушеннями функції суглобів і больовим синдромом; тромбоемболія; часті кровотечі будь-якої етіології; глаукома.

ПРОФІЛАКТИКА – система соціальних, медичних, гігієнічних та виховних заходів, спрямованих на запобігання виникненню і поширенню хвороб, на охорону здоров'я.

ПСАМОТЕРАПІЯ – лікування піском.

ПСИХІАТРІЯ – розділ клінічної медицини, що вивчає етіологію, патогенез, клініку психічних хвороб, розробляє методи їхньої діагностики, лікування та профілактики, порядок і методи експертизи психічно і організацію допомоги хворим із психічними порушеннями.

- П -

ПСИХОГІГІЕНА – розділ гігієни і психіатрії, що вивчає вплив зовнішнього середовища на психіку людини, розробляє заходи щодо збереження та зміцнення психічного здоров'я, попередження психічних захворювань.

ПСИХОЛОГІЯ СПОРТУ – наука, яка вивчає закономірності психічної діяльності окремих людей і колективів у процесі тренувань і змагальної діяльності.

ПСИХОДІАГНОСТИКА – визначення психічного стану хворих за допомогою експериментально-психологічних тестів.

ПСИХОЗ – психічне захворювання, яке виявляється у порушеннях відображення реальності і поведінки та виникненням невластивих нормальній психіці явищ (галюцинації, марення, виражені рухові та афективні розлади та ін.).

ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕСТИ – стандартні випробування, які уможливають визначення розвитку психофізіологічних та особистісних характеристик, а також дають змогу оцінити знання і навички досліджуваного.

ПСОРИАЗ – хронічний рецидивний дерматоз; характеризується висипом на шкірі (чітко обмежені, сухі, сріблясті папули і бляшки різних розмірів), розрізняють прогресивну, стаціонарну та регресивну стадії перебігу хвороби.

ПУЛЬМОНАЛЬНИЙ – такий, що стосується легень або належить до легень; легеневий.

ПУЛЬМОНОЛОГІЯ – розділ науки про внутрішні захворювання, який вивчає патологію органів дихання, а також розробляє методи її профілактики, діагностики та лікування.

ПУЛЬМОФОНОГРАФІЯ – акустичне локальне дослідження легень, яке полягає в реєстрації зміни амплітуди коливання різних ділянок грудної стінки під час подавання у верхні дихальні шляхи неперервного звукового сигналу постійної частоти та інтенсивності.

- П -

ПУЛЬС – поштовхоподібні ритмічні коливання стінок артерій, спричинене скороченням серця і викидом крові.

ПУЛЬСОМЕТРІЯ – визначення частоти серцевих скорочень (пульсу) прощупуванням (пальпацією) скроневої, сонної, променевої, стегнової артерій, за черевною пульсацією і серцевим поштовхом.

ПУЛЬСОТАХОМЕТР – прилад для безперервного вимірювання частоти пульсу.

ПУХЛИНА – новоутворення, для якого характерним є патологічний процес, основним проявом якого слугує нестримне, безмежне, не координоване з організмом розростання власних клітин будь-яких тканин. Пухлини ділять на дві групи – доброякісні і злоякісні. *Доброякісні* за своєю будовою мало відрізняються від зрілої материнської тканини. Для них характерні: тканинний атипізм; експансивний (не вростаючи в сусідні тканини); повільний ріст. *Злоякісні* втрачають схожість із початковою тканиною, оскільки вони знаходяться на більш ранньому ступені розвитку (звідси назва – незрілі). Для них характерні: клітинний атипізм; інфільтруючий (проростає в сусідні тканини); швидкий ріст. Іноді доброякісні пухлини перетворюються у злоякісні. Класифікація пухлин базується на їхньому походженні з тих чи інших тканин. До назви тканини, з якої утворена пухлина, додається частинка “ома”: остеома – пухлина з кісткової тканини; міома – пухлина з м'язової тканини; ангиома – пухлина з судин; фіброма – пухлина із сполучної тканини; папілома – пухлина з плоского або перехідного епітелію; аденома – пухлина із залозистих органів і слизових оболонок.

ПАДИКУЛОНЕВРИТ – ураження спинномозкових нервів та їх корінців; клінічно виявляється болями та порушеннями чутливості за змішаними корінцевим та невротичним типом, периферійними паралічами або неврозами.

РАДИКУЛІТ – запалення корінців спинномозкових нервів.

РАДІОІЗОТОННЕ ДОСЛІДЖЕННЯ – визначення функціонального стану, анатомо-топографічних характеристик або морфологічних змін органів та систем за допомогою радіоактивних сполук. Р.д. ґрунтується на реєстрації інтенсивності випромінювання радіонукліда, введеного в організм або в зразки біологічного середовища організму.

РАДІАЦІЙНИЙ ЕФЕКТ – реакція клітин або організму на дію іонізуючих випромінювань; реєструють як зміну швидкості поділу клітини, мутацій або пошкоджень хромосом, пікноз ядер, порушення тонкої будови ядра, мітохондрій та інших органел клітини, порушення формоутворюючих процесів та обміну речовин.

РАДІОБІОЛОГІЯ – наука, що вивчає механізми впливу іонізуючих випромінювань на біополімери (нуклеїнові кислоти і білки), надмолекулярні структури, віруси, клітинні органели, клітини, тканини, цілісні організми, а також на угруповання організмів (біоценози) і на всю біосферу.

РАДІОІЗОТОПНА ДІАГНОСТИКА – розпізнавання патологічних змін окремих органів та систем за допомогою методів радіоізотопного дослідження. Залежно від мети та завдань виділяють такі основні методи. Р.д.: клінічну радіометрію, радіографію, радіометрію всього тіла, сканування і сцинтиграфію, визначення радіоактивності біологічних проб, радіоізотопне дослідження.

РЕАБІЛІТАЦІЯ – комплекс заходів спрямованих на відновлення здоров'я, спеціальної тренованості (спортсменів) після перенесених захворювань, травм і патологічних станів.

РЕАДАПТАЦІЯ – комплекс заходів, спрямованих на відновлення втрачених або послаблених реакцій організму на зміни зовнішнього або внутрішнього середовища.

РЕАКТИВНІСТЬ – властивість організму реагувати на чинники зовнішнього середовища зміною своєї життєдіяльності, що забезпечує той чи інший ступінь пристосування організму до зовнішнього середовища зміною. Виділяють такі види реактивності: видова; групова, індивідуальна, фізіологічна, патологічна, специфічна, неспецифічна.

РЕАКЦІЯ – 1) дія або стан, що виникає на будь-які подразнення, враження; 2) хімічний процес; 3) зміна психічної діяльності під впливом психологічної травми.

РЕАНІМАТОЛОГІЯ – розділ медицини, що вивчає процеси в організмі під час термінальних станів, під час і після клінічної смерті, розробляє методи реанімації та інтенсивної терапії.

РЕВМАТИЗМ – хвороба з гострим або хронічним рецидивним перебігом, етіологічно пов'язана зі стрептококом групи А; характеризується запаленням сполучної тканини серця, суглобів, центральної нервової системи, підшкірної жирової клітковини, інших органів; призводить до клапанних вад серця.

РЕВМОКАРДИТ (кардит ревматичний) – ураження сполучної тканини та скорочувального міокарду серця при ревматизмі.

РЕГЕНЕРАЦІЯ – відновлення втрачених унаслідок патологічних процесів або ушкоджених структур організму в процесі його життєдіяльності.

РЕЖИМ – 1) розпорядок життя, праці, відпочинку тощо; 2) система правил для забезпечення функціонування, існування чого-небудь.

РЕЖИМ ВІЛЬНИЙ – хворий не потребує постійного медичного нагляду і може себе обслуговувати.

- Р -

РЕЖИМ ЛІЖКОВИЙ – хворий перебуває у ліжку, потребує постійного медичного нагляду та допомоги під час самообслуговування.

РЕЖИМ ПАЛАТНИЙ – хворий 50 % часу перебуває у ліжку, 50 % – у палаті, має потребу в постійному медичному нагляді, але може сам себе обслуговувати.

РЕЗЕРВНЕ ПОВІТРЯ – повітря, яке людина може видихнути після звичайного видиху.

РЕЗИСТЕНТНІСТЬ – опірність, стійкість організму до дії різних шкідливих факторів.

РЕЗУС-ФАКТОР – один із видів аглютиногенів – речовин, які беруть участь у процесі згортання крові завдяки склеюванню еритроцитів.

РЕІНВАЗІЯ – повторне зараження хворого або перехворілого збудником тієї самої хвороби, що спричинила розвиток первинного інфекційного захворювання.

РЕКРЕАЦІЯ – комплекс заходів, спрямованих на вдосконалення процесів відновлення працездатності після фізичної і розумової праці, організація активного відпочинку людей.

РЕКОНВАЛЕСЦЕНТНИЙ – такий, що перебуває в стадії одужання; одужуючий.

РЕЛАКСАЦІЯ – 1) розслаблення скелетних м'язів; 2) зняття психічного напруження.

РЕМІСІЯ – тимчасове полегшення або зникнення проявів хвороби.

РЕНАЛЬНИЙ – нирковий, ниркового походження.

РЕНТГЕНОГРАФІЯ – рентгенологічне дослідження, при якому за допомогою рентгенівського випромінювання на чутливому до нього матеріалі, як правило, на фотоплівці, отримують фіксоване зображення об'єкта, який досліджують.

РЕНТГЕНОДІАГНОСТИКА – розпізнавання захворювань, патологічних змін тканин або органів за допомогою рентгенівського випромінювання.

РЕОГРАФІЯ – дослідження кровонаповнення органів і тканин або окремих ділянок тіла, що ґрунтується на реєстрації змін їх електричного опору.

РЕОЕНЦЕФАЛОГРАФІЯ – дослідження мозкового кровообігу, що ґрунтується на вимірюванні змін та запису пульсових коливань повного електричного опору (імпедансу) головного мозку під час пропускання через нього струму високої частоти, слабкого за силою і напругою.

РЕОКАРДІОГРАФІЯ – дослідження серцевої діяльності, що ґрунтується на вимірюванні змін імпедансу грудної клітки, які пов'язані з динамікою кровонаповнення серця та великих судин упродовж серцевого циклу.

РЕОПУЛЬМОГРАФІЯ – дослідження легеневого кровообігу та легеневої вентиляції, що ґрунтується на принципах реографії та полягає в графічній реєстрації змін опору тканин легень змінному електричному струму, що проходить через неї, в умовах пульсуючого кровотоку та дихання.

РЕПАРАЦІЯ – 1) процес відновлення після ушкоджень, зумовлених різними факторами; 2) процес ліквідації радіаційного ураження клітин або організму; 3) повне або неповне відновлення внутрішньоклітинних структур, клітин, ділянок тканини або органа, пошкоджених унаслідок будь-якого патологічного процесу.

РЕСТИТУЦІЯ – відновлення ушкодженого органа або частини тіла до нормального його об'єму й будови.

РЕФЛЕКСИ – процеси, що відбуваються в організмі за участю нервової системи у відповідь на подразнення рецепторів.

РЕФЛЕКСИ УМОВНІ – рефлексії, які виробляються протягом життя індивідуума на базі безумовних рефлексів. Фізіологіч-

- Р -

ною основою умовних рефлексів є формування тимчасових зв'язків за участю кори великих півкулі.

РЕФЛЕКСИВНІСТЬ – здатність особистості виходити за межі власного “Я”, осмислювати, вивчати, аналізувати будь-що за допомогою порівняння образу свого “Я” з будь-якими подіями.

РЕФЛЕКСІЯ – 1) (у психології) самоаналіз, роздуми людини над власним душевним станом; 2) осмислення людиною власних дій та їхніх мотивів, діяльність, самопізнання, що розкриває специфіку духовного світу людини.

РЕФЛЕКСІЯ ПЕДАГОГІЧНА – здатність педагога дати собі і своїм вчинкам об'єктивну оцінку, зрозуміти, як його сприймають діти та інші люди, насамперед ті, з ким він взаємодіє у процесі педагогічного спілкування.

РЕФЛЕКСОГЕННІ ЗОНИ – ділянки кровоносної системи, які багаті рецепторами.

РЕФЛЕКТОРНА ДУГА – сукупність нервових утворень, що здійснює певний рефлекс. Шлях, по якому збудження, що виникло в рецепторі, передається до робочого органа.

РЕФРАКТЕРНІСТЬ – тимчасове зниження чи зникнення збудливості.

РЕЦЕПТОРИ – органи, що сприймають подразнення, яке йде ззовні або з внутрішнього середовища організму.

РЕЦИДИВ – повторна поява симптомів захворювання після ремісії.

РЕЦИПІЄНТ – людина, якій переливають кров чи пересаджують якусь тканину.

РЕЦИПІЄНТИ УНІВЕРСАЛЬНІ – люди з четвертою групою крові.

РИГІДНІСТЬ – заляклість, заціпенілість, негнучкість, спричинені напруженням м'язів.

РИЗИК СЕРЦЕВО-СУДИННИХ УСКЛАДНЕНЬ ВИСОКИЙ – хворі з артеріальною гіпертензією I чи II ступеня при наявності 3-х і більше факторів ризику, при ураженні органів-мішеней або цукровому діабеті. В цю ж групу входять хворі з артеріальною гіпертензією III ступеня без інших факторів ризику, за відсутності ураження органів-мішеней і асоційованих серцево-судинних захворювань. Ризик виникнення серцево-судинних ускладнень у найближчі 10 років складає 20–30 %.

РИЗИК СЕРЦЕВО-СУДИННИХ УСКЛАДНЕНЬ ДУЖЕ ВИСОКИЙ – хворі з будь-яким ступенем артеріальної гіпертензії, що мають асоційоване захворювання, а також хворі з артеріальною гіпертензією III ступеня та іншими факторів ризику, ураженням органів-мішеней чи цукровим діабетом. Ризик розвитку серцево-судинних ускладнень у найближчі 10 років становить понад 30 %.

РИЗИК СЕРЦЕВО-СУДИННИХ УСКЛАДНЕНЬ НИЗЬКИЙ – чоловіки й жінки віком до 55 років з артеріальною гіпертензією I ступеня за відсутності інших факторів ризику, без ураження органів-мішеней і без асоційованих серцево-судинних захворювань. Ризик розвитку серцево-судинних ускладнень у найближчі 10 років складає 15 %.

РИЗИК СЕРЦЕВО-СУДИННИХ УСКЛАДНЕНЬ СЕРЕДНІЙ – чоловіки й жінки з артеріальною гіпертензією I чи II ступеня та 1–2 факторів ризику і відсутності ураження органів-мішеней та асоційованих серцево-судинних захворювань. Ризик розвитку серцево-судинних ускладнень у найближчі 10 років 15–20 %.

РИНИТ – нежить, запалення слизової оболонки носа.

РИНОГЕННИЙ – носового походження; пов'язаний із хворобами носа.

РИНОРАГІЯ – носова кровотеча.

РИНОСИНУСИТ – запалення слизової оболонки носа та навколоносових пазух.

РОЗВИТОК – цілеспрямоване накопичення інформації з подальшим її впорядкуванням, структуралізацією; процес послідовних, незворотніх зовнішніх і внутрішніх змін, що характеризують перехід від нижчих рівнів до вищих; мета і результат виховання.

РОЗМНОЖЕННЯ – відтворення собі подібних. Розрізняють: 1) вегетативне – при якому від організму відділяється його частина, що дає нову особину; 2) статеве, при якому формування організму відбувається зі статевих клітин.

РОЗСІЯНИЙ СКЛЕРОЗ – хронічне прогресуюче захворювання, що характеризується симптомами дифузного ураження центральної та периферичної нервової системи.

РОЗТЯГНЕННЯ ЗВ'ЯЗОК – ушкодження зв'язок, м'язів, сухожилля та інших тканин без порушення їхньої анатомічної цілісності.

РОТАЦІЯ – рух у суглобі, що забезпечує обертання.

РУХЛИВІСТЬ НЕРВОВИХ ПРОЦЕСІВ – одна з основних функціональних властивостей нервової системи, що характеризується швидкістю, з якою процеси збудження і гальмування змінюють один одного; у випадку хорошої рухливості така зміна відбувається швидко, а у випадку малої рухливості – поволі, іноді й зовсім не відбувається.

РУХОВА АКТИВНІСТЬ – рухова діяльність людини, спрямована на досягнення необхідних фізичних кондицій, підтримання рівня здоров'я і фізичного розвитку. Розрізняють звичну і спеціально організовану рухову активність. До звичної рухової активності відносять побутові дії, а також навчальну і виробничу діяльність. Спеціально організована рухова активність охоплює різні форми занять фізичними вправами.

РУХОВА ДИСТОНІЯ – одночасне скорочення м'язів-агоністів і м'язів-антагоністів, що супроводжується спазмом, м'язовою активністю від 1 с й більше.

САДНО – поверхнева рана, що виникла унаслідок різкого тертя шкіри об твердий предмет, наприклад, під час удару об гімнастичну жердину (в гімнастів), при падінні на підлогу (у волейболістів), на полотно треку (у велосипедистів), бігову доріжку (у легкоатлетів) тощо. Супроводжується різким болем, капілярною кровотечею, виділенням лімфи.

САКРАЛЬНИЙ – такий, що стосується крижів; крижовий.

САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ – 1) самостійна навчальна діяльність, зорієнтована на застосування знань, розумінь і вмінь відповідно до сучасних вимог; 2) процес втілення потенційних можливостей і здібностей індивіда в конкретних результатах його наочної діяльності; вищий рівень прояву духовного і творчого потенціалу особистості, прагнення до повного виявлення своїх особистісних можливостей.

САМОВИЗНАЧЕННЯ – 1) ступінь самооцінки; 2) змістовна сторона спрямованості особистості; 3) визначення людиною себе як особистості в суспільстві, активна позиція особистості щодо соціокультурних цінностей і визначення сенсу свого існування (з орієнтацією на майбутнє).

САМОКОНТРОЛЬ – система спостережень за своїм здоров'ям, функціональним станом.

САМОНАВІЮВАННЯ – своєрідний вплив людини на саму себе з метою самовиховання, вироблення нових установок, за допомогою повторення словесних формул чи яскравих уявлень (автотренінг), внаслідок чого виникають різні психічні та соматичні стани.

САМООРГАНІЗАЦІЯ – 1) властивість будь-якої системи до саморозвитку за допомогою надбудови, формування нових, стійкіших структур; 2) процес упорядкування, що відбувається в системі за рахунок дії її зовнішніх і внутрішніх складових.

САМООЦІНКА – полягає у визначенні власних знань, можливостей і якостей та місця серед людей. Вона є важливим регулятором поведінки людини (її критичності, вимогливості до себе, ставлення до своїх успіхів та невдач). Самооцінка може бути адекватною і неадекватною (завищена, занижена).

САМОПОЧУТТЯ – відчуття фізіологічної та психологічної комфортності чи дискомфорту внутрішнього стану. Самопочуття є системною характеристикою людини, єдності її соматичних і душевних процесів.

САМОРЕАЛІЗАЦІЯ – прагнення до визнання свого “Я” оточенням, самостійне створення умов для його повного вияву.

САМОРЕГУЛЯЦІЯ – здатність біологічної системи до відновлення стабільного рівня тих чи інших функцій після їхньої зміни.

САМОРОЗВИТОК – процес активної, послідовної, прогресивної і загалом зворотної якісної зміни психологічного статусу особистості. Можливий на певному ступені вікового розвитку, коли сформувалися механізми саморегуляції.

САНАТОРІЙ – лікувально-профілактична установа, у якій хворих лікують переважно природними фізичними факторами у поєднанні з фізіотерапією, лікувальною фізкультурою та харчуванням із дотриманням певного режиму, що забезпечує повноцінне лікування і відпочинок.

САНИТАРІЯ – система гігієнічних заходів, спрямованих на оздоровлення умов побуту і праці людини.

САНИТАРНИЙ – такий, що стосується здоров'я, оздоровлення, охорони здоров'я населення, підтримки чистоти та гігієни; гігієнічний, оздоровчий.

САНАЦІЙНИЙ – оздоровчий, який сприяє поліпшенню стану здоров'я.

САНАЦІЯ – оздоровлення, поліпшення стану здоров'я; вилікування від хвороби; створення сприятливих умов для здоров'я.

САНОГЕНЕЗ – механізми відновлення саморегуляції організму, порушеної унаслідок хвороби; механізм видужання.

САНОЛОГІЯ – теорія і практику формування, збереження, зміцнення здоров'я. Основним завданням санології є: розробка і реалізація уявлення про суть здоров'я, побудова методів його оцінки; кількісна оцінка здоров'я індивіда, розробка на цій основі систем скринінгу і моніторингу за станом здоров'я населення, формування психології здоров'я; зміцнення здоров'я індивіда; забезпечення первинної і вторинної профілактики захворювань; розробка програм зміцнення здоров'я популяції.

САРКОМА – злоякісна пухлина з клітинних елементів мезенхіми.

СВІДОМІСТЬ – форма відображення людиною об'єктивних властивостей предметів і явищ навколишнього світу, процесів, що відбуваються в ньому, своїх ідей.

СВІТОГЛЯД – система поглядів людини на світ (природу, суспільство та закономірності їхнього розвитку), що відображає її ставлення до навколишньої дійсності (система наукових знань, переконання та ідеали).

СЕКСОПАТОЛОГІЯ – галузь медицини, що вивчає етіологію, патогенез, клініку, перебіг і прогноз статевих розладів, а також їхнє лікування та профілактику.

СЕКРЕТОРНІ НЕРВИ – нерви, які регулюють діяльність залоз.

СЕКРЕЦІЯ – процес утворення і виділення залозами людини специфічних продуктів – секретів, потрібних для життєдіяльності організму.

СЕЛЕЗІНКА – непарний паренхіматозний орган, розміщений у черевній порожнині, який виконує імунологічну, фільтрацій-

ну та кровотворну функції, бере участь в обміні речовин. Маса селезінки у дорослої людини - 140–200 г, довжина 80–150 мм, ширина 60–90 мм, товщина 40–60 мм.

СЕМІОТИКА (симптоматологія) – вчення про симптоми хвороби та їх діагностичне значення.

СЕНЕСТОПАТІЇ – тяжкі, нестерпні болісні відчуття у різних частинах тіла.

СЕНІЛІЗМ – раннє, передчасне старіння; старечий стан або розвиток старечих змін у молодих людей.

СЕНІЛЬНІСТЬ – комплекс фізичних та розумових змін, що вичають у старечому віці.

СЕНС – внутрішня, глибинна основа будь-якої речі або явища, його суть, ядро. СENS розуміється і приймається людьми як живе знання. Це знання не може бути засвоєне. Воно може бути побудоване лише самою людиною.

СЕНСИБІЛІЗАЦІЯ – 1) підвищена чутливість організму або органа під впливом певних чинників до дії якогось подразника; 2) процес, унаслідок якого підвищується імунологічна реактивність організму, тканин і клітин.

СЕНСИТИВНІСТЬ – підвищена чутливість і вразливість особистості, невпевненість у собі, заглиблення у свої переживання; чутливість, сприйнятливність (до хвороби).

СЕПСИС – загальне неспецифічне інфекційне захворювання нециклічного типу, яке виникає в умовах порушеної реактивності організму при постійному або періодичному прониканні з місцевого вогнища інфекції в кровеносне русло різних мікроорганізмів та їх токсинів; за клінічним перебігом розрізняють сепсис блискавичний, гострий, підгострий, хронічний, рецидивний.

СЕРЕДНЄ ВУХО – частина органа слуху; розміщене в барабанній порожнині скроневої клітки; відмежовуване від зовніш-

нього вуха барабанною перетинкою. Середнє вухо з'єднується з носоглоткою евстахієвою трубою, за допомогою якої тиск повітря в порожнині середнього вуха підтримується на рівні атмосферного, що забезпечує вільні коливання барабанної перетинки. Середнє вухо, як звукопровідна частина органу слуху, здійснює передачу звукових коливань із навколишнього середовища до слухового аналізатора.

СЕРЕДНЯ ТРИВАЛІСТЬ ЖИТТЯ – статистичний показник смертності населення, виражений кількістю років, яку в середньому проживають народжені особи або ті, які досягли певного віку в даному календарному році, за умов, що протягом їхнього життя смертність у кожній віковій групі буде ідентична цьогорічній.

СЕРЦЕ – центральний орган кровоносної системи, унаслідок скорочення якого забезпечується рух крові по судинах.

“СЕРЦЕВИЙ” ГОРБ – випинання грудної клітини в ділянці серця (найчастіше зумовлене вадами серця).

СЕРЦЕВИЙ РИТМ – важлива характеристика фізіологічного стану організму. Зазвичай розраховується як число скорочень серця за хвилину та виражається в числі ударів за хвилину. У стані спокою середній серцевий ритм дорослої людини становить біля 70 ударів за хвилину для чоловіків і 75 ударів за хвилину для жінок; проте, ця величина значно варіює серед різних людей і, зазвичай, нижча у спортсменів. Серцевий ритм новонароджених становить 130–150 ударів за хвилину, у підлітків біля 100 – 130 ударів за хвилину. Найпоширенішим методом вимірювання серцевого ритму є пульс. Цей метод, проте, може бути неточним у випадку низького серцевого тиску, наприклад при аритмії, при цьому пульс є нижчим, ніж серцевий ритм. Точнішим методом вимірювання серцевого ритму є використання стетоскопа, що також дає змогу вимірювати шуми серця.

СЕРЦЯ СПОРТИВНОГО СИНДРОМ – характеризуються синусо-

вою брадикардією у спокої, III і IV тонами серця, систолічними шумами, різними змінами на електрокардіограмі та збільшенням серця за рентгенологічними даними. У разі швидкісних та силових навантажень виникає гіпертрофія скелетних м'язів і міокарда, дилатація та гіпертрофія усіх чотирьох відділів серця у спортсменів, які треновані на витривалість, збільшує насосні можливості серця, подовження діастолічної фази наповнення, яке пов'язане з брадикардією, зумовлює ще більший ударний об'єм крові у коронарному кровоотоці. Частота серцевих скорочень як у спокої, так і при будь-якому рівні субмаксимального фізичного навантаження з тренуванням на витривалість поступово зменшується. Це пов'язано передусім з підвищенням тону блукаючих нервів. Певну роль відіграє також і зниження симпатичної стимуляції. Не зважаючи на збільшення ударної роботи лівого шлуночка, зумовлене збільшенням його об'єму, переважає характерний для брадикардії ефект збереження O₂, так, що споживання міокардом O₂ при рівних об'ємах зовнішньої роботи менше, ніж у нетренованих осіб. Тиск у порожнинах серця у спокої у спортсменів тренованих на витривалість, не змінений. Він, як і тиск у легеневих та периферичних судинах, нормально реагує на навантаження. Характерно, що збільшення серця і брадикардія регресують після закінчення активних тренувань. Кореляція між рівнем тренованості або ефективністю роботи серцево-судинної системи та ступенем брадикардії, збільшенням серця або змінами на електрокардіограмі не простежується.

СЕРЦЕВИЙ ЦИКЛ – період, що охоплює одне скорочення (систола) і наступне розслаблення (діастола) серцевих м'язів.

СИМПТОМ – характерний прояв, ознака хвороби або якогось явища.

СИМП ТОМАТИКА – сукупність ознак хвороби.

СИМУЛЯЦІЯ – помилкове зображення хвороби або окремих її симптомів людиною, не страждаючим даним захворюванням.

Розрізняють умисну і патологічну симуляцію. Умисна симуляція зазвичай переслідує корисливі цілі (здобуття листка непрацездатності, ухилення від військової служби тощо). Патологічна симуляція обумовлена хворобливим станом людини. Від симуляції треба відрізнити: самонавіяння, коли людина переконана, що має важку соматичну недугу; **агравацию** – перебільшення ознак хвороби; **каліцтво** – штучно викликане пошкодження або захворювання.

СИНАПСИС – ділянка контакту між нейронами, що слугує передачі й перетворенню нервових імпульсів.

СИНАРТРОЗ – майже нерухомий суглоб, у якому краї кісток тісно з'єднані між собою щільною волокнистою (синдесмоз) хрящовою (синхондроз) або кістковою (синостоз) тканиною.

СИНДРОМ ГОСТРОГО ЖИВОТА – умовний термін, який об'єднує велику кількість гострих захворювань органів черевної порожнини та їхніх ускладнень, коли виникає потреба термінового хірургічного втручання. Виділяють три види захворювання або ускладнень цього типу: перфорація внутрішніх порожнистих органів; гострі запальні захворювання (апендицит, холецистит, панкреатит); непрохідність кишківника, защемлення внутрішніх або зовнішніх кил. Основні симптоми (сильний біль у животі; ознаки подразнення очеревини: крім болю, обмежене або поширене напруження м'язів черевної стінки, обмеження або зникнення дихальних екскурсій; ознаки, що відображають різке порушення моторної функції травного тракту: нудота, блювота, сильне здуття живота, закрепи; явища судинного колапсу: блідість, непритомний стан, холодний піт, частий пульс, загострені риси обличчя).

СИНЕРГЕТИКА – теорія самоорганізації, формування впорядкованості у фізичних, біологічних, соціальних системах.

СИНЕРГІЗМ – спільна й однорідна дія органів та систем організму (наприклад, м'язів).

СИНКОПЕ – (непритомність, раптова втрата свідомості, зомління), напад слабкості, запаморочення, потемніння в очах і втрата свідомості, зумовлені короткочасним недокрів'ям головного мозку.

СИНОВІОАРТРИТ – запалення суглоба з переважною локалізацією процесу у синовіальній оболонці.

СИНОВІОМА (мезотеліома суглоба) – пухлина з клітин синовіальної оболонки, сухожилкових піхв, апоневрозів; характеризується поліморфізмом синовіальних та інших мезенхімних структур.

СИНОВІТ – запалення синовіальної оболонки суглоба.

СИНУЇТ – запалення слизової оболонки однієї або декількох навколоносових пазух.

СИНУС (пазуха) – 1) порожнина в деяких органах (кістки черепа тощо), заповнена повітрям; канал чи порожнина, що містить венозну кров або лімфу; 3) розширення в кровоносних судинах.

СИНУСИТ – запалення пазухи найчастіше слизової оболонки приносової.

СИСТЕМА – сукупність елементів, які взаємодіють, утворюють певну цілісність, єдність.

СИСТЕМИ ОРГАНІВ – групи органів, які виконують спільні функції (рух, травлення, дихання тощо).

СИСТЕМНИЙ ПІДХІД – метод, що застосовують для аналізу об'єктів, які мають безліч взаємопов'язаних елементів, об'єднаних спільністю функцій і мети, єдністю управління і функціонування.

СИСТОЛА – скорочення м'язів серця після розслаблення, одна із фаз серцевого циклу. Внаслідок систоли кров нагнітається в артеріальну систему.

СІРА РЕЧОВИНА – частина центральної нервової системи, яка утворена головно тілами нейронів. До сірої речовини належать кора великого мозку і мозочка; ядра головного мозку, спинного мозку.

СКОЛІОЗ – дугоподібне викривлення хребта у фронтальній площині зі скручуванням (торсією) хребців, навколо їхньої вертикальної осі, що супроводжується деформацією таза і грудної клітки, значними змінами опорно-рухового апарату, органів грудної клітки, черевних і тазових органів. Залежно від напрямку дуги розрізняють правосторонні й лівосторонні сколіози; залежно від локалізації викривлення – шийний, грудний, поперековий, тотальний.

СКОЛІОЗ I СТУПЕНЯ – кут відхилення первинної дуги до 10 градусів, хребет нагадує літеру С. При вольовому напруженні м'язів і розвантаженні в горизонтальному положенні ці прояви зменшуються.

СКОЛІОЗ II СТУПЕНЯ – внаслідок утворення додаткової компенсаторної дуги хребет має S-подібну форму з кутом відхилення основної дуги до 30 градусів. При цьому простежується скручування хребців, реброве випинання і м'язовий валик. Горизонтальне положення і невелике витягнення не змінює викривлення.

СКОЛІОЗ III СТУПЕНЯ – характеризується наявністю двох дуг із кутом відхилення основної дуги 30–60 градусів. Простежується зміна кута нахилу таза. В результаті цього порушується розміщення внутрішніх органів та їхніх функцій, подразнюються корінці спинного мозку.

СКОЛІОЗ IV СТУПЕНЯ – внаслідок тяжкої деформації грудної клітки і хребта спотворюється тулуб. Розвивається кіфосколиоз. Відхилення хребта з кутом понад 60 градусів, скручування його по осі, утворюються задній і передній горби. Значно порушується функція всіх органів і систем.

СКОЛІОЗОМЕТРІЯ – вимірювання ступені деформації хребта (сколіозу).

СЛИННІ ЗАЛОЗИ – залози, що виділяють слину. У людини їх три пари – під'язикові, підщелепні й навколо вушні.

СЛПОТА СНІГОВА – опік поверхні очей ультрафіолетовим промінням, що відбивається від блискучої снігової поверхні в яскравий сонячний день (особливо в горах).

СЛОВЕСНО-ЛОГІЧНА ПАМ'ЯТЬ – вид пам'яті, коли фіксують поняття, думки, ідеї у формі конкретних слів.

СМЕРТЬ ВНУТРІШНЬОУТРОБНА – смерть зародка чи плоду, що настала до моменту його народження на будь-якому етапі внутрішньоутробного розвитку.

СМЕРТЬ ПРИРОДНА – смерть у результаті природної вікової інволюції організму і поступового припинення функціонування його тканин, органів та систем.

СМЕРТЬ НАСИЛЬНА – смерть, що наступила в результаті дії на організм людини фізичних, механічних, хімічних факторів.

СОМАТИЧНИЙ – тілесний, пов'язаний із тілом на протизагу психічному.

СОМАТИЧНІ ТЕСТИ – стандартні випробування, які дають змогу визначити моторні здібності людини відносно антропометричних показників.

СОМАТОЛОГІЯ – галузь морфології людини, що досліджує варіації будови людського тіла.

СОМАТОТИП – тип будови тіла людини.

СОМАТОСКОПІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА МУСКУЛАТУРИ – визначається її рельєфністю та пропорційністю.

СОМАТОСКОПІЯ – методи точного опису зовнішніх особливостей будови тіла людини; огляд тіла.

СОМНАБУЛІЗМ – розлад свідомості, коли людина в стані сворідного сну автоматично виконує певні дії (ходить, перекладає речі тощо).

СОН – стан відносного спокою організму людини, що характеризується нерухомістю, відсутністю реакцій на зовнішні подразники, особливою реакцією нейронів головного мозку.

СОНЯЧНЕ СПЛЕТІННЯ – одне з важливих сплетінь нервів симпатичної системи. Знаходиться на передній поверхні черевної аорти.

СОЦІАЛІЗАЦІЯ – 1) процес перетворення людської істоти на суспільний індивід, утвердження її як особистості; залучення до суспільного життя як активної, дієвої сили. Соціалізація передбачає взаємодію людини з соціальним оточенням, яке впливає на формування її певних соціальних якостей та рис, на активне засвоєння і відтворення нею певної системи суспільних цінностей (норм, зразків, знань, уявлень), що дає змогу індивіду функціонувати як члену суспільства; 2) процес здобуття власного соціального досвіду й активного формування особистості.

СПАДКОВІСТЬ – властивість живих організмів передавати від покоління до покоління морфологічні, фізіологічні та біохімічні ознаки. Визначає певну сукупність потенційних задатків, можливостей організму. Розвиток будь-якої ознаки зумовлюється, з одного боку, спадковістю, а з іншого – умовами життя індивіда.

СПАЗМ – раптове і тривале мимовільне скорочення одного м'яза або групи м'язів.

СПИННИЙ МОЗОК – частина центральної нервової системи, яка розміщена в каналі хребта. Проміжна ланка між периферією і головним мозком.

СПИННОМОЗКОВА РІДИНА – рідина, що подібна за складом до лімфи, заповнює канал спинного мозку та шлуночки головного мозку.

СПІЛКУВАННЯ – процес, суть якого полягає не лише у факті передачі та прийомі інформації, а й у виробленні нової, загальної інформації для людей, які спілкуються, що й породжує їхню спільність.

СПНАЛГІЯ – біль, що пов'язаний із хребтом.

СПНАЛЬНИЙ – такий, що стосується хребта або спинного мозку; хребтовий, спинномозковий.

СПРОГРАМА – графічна крива запису об'єму повітря, що потрапляє в легені під час вдиху і виходить з них під час видиху.

СПРОМЕТРІЯ – вимірювання життєвої ємності легень та інших легеневих об'ємів за допомогою спеціального приладу – спірометра.

СПОНДИЛІТ – запалення одного або кількох хребців.

СПОРТИВНА АНТРОПОЛОГІЯ – наука про закономірності зміни морфологічних і функціональних особливостей організму спортсменів унаслідок занять спортом.

СПОРТИВНИЙ ВІДБІР – комплекс заходів, що забезпечують своєчасне й вірогідне визначення здатності (обдарованості) до тренування (занять) у певному виді спорту.

СПОРТИВНА МЕТРОЛОГІЯ – наука про вимірювання та контроль у фізичному вихованні та спорті.

СПОРТИВНА СТАТИСТИКА – наука про аналіз явищ у практиці фізичного виховання та спорту.

СПОРТИВНА ТРАВМА – пошкодження органу зі зміною його анатомічних структур і функцій, яке відбулося внаслідок дії фізичного чинника у процесі занять фізичним вихованням і спортом.

СПОСІБ ЖИТТЯ – 1) єдність об'єктивного і суб'єктивного, що відображає конкретну лінію поведінки суб'єкта, його ціннісних

орієнтацій, настанов, мотивів діяльності; 2) одна з найважливіших діалектичних категорій, що інтегрує уявлення про певний вид (тип) життєдіяльності людини; 3) розподіл людиною протягом життєвого циклу її фундаментальних життєвих ресурсів – часу та енергії між основними формами соціальної життєдіяльності: життєзабезпечення, соціальна комунікація, рекреація, соціалізація. Фіксує в собі специфіку спілкування, поведінки, склад мислення. Залежить від економічних, соціальних, політичних, культурних, природних та інших умов. Цілісна система, що складається з елементів матеріального та духовного життя спільноти.

СПРИЙНЯТТЯ – відображення у свідомості людини предметів або фізичних явищ при їхній безпосередній дії на органи чуття.

СПРИЙНЯТТЯ ПРОСТОРУ – процес відображення протяжності предметів, об'єктів дійсності у вигляді форми, величини, об'єму, а також відстані між ними, їхнього взаємного розміщення, віддаленості і напрямку в розміщенні за показниками тривимірного простору.

СПРИЙНЯТТЯ РУХІВ – процес відображення переміщення предметів, об'єктів дійсності, а також змін їхнього положення у просторі.

СПРИЙНЯТТЯ ЧАСУ – процес відображення тривалості, швидкості та послідовності показників часових відношень дійсності.

СТАБІЛОГРАФІЯ – інструментальна методика, що реєструє коливання тіла людини в положенні стоячи.

СТАНДАРТ – документ, що встановлює для загального і багаторазового застосування правила, загальні принципи або характеристики, які стосуються діяльності чи її результатів, з метою досягнення оптимального ступеня впорядкованості у певній галузі, розроблений у встановленому порядку на основі консенсусу.

СТАНДАРТНІ ШКАЛИ ОЦІНЮВАННЯ – такі шкали, де одиницею вимірювання відхилення вимірювального результату від середнього значення є середнє квадратичне відхилення (S) емпіричної (одержаної практичним шляхом) вибіркової сукупності.

СТАНДАРТНІСТЬ ТЕСТУ – властивість тесту, яка визначається ступенем однаковості процедури тестування.

СТАРІННЯ – тривалий біологічний процес вікових змін організму, що неухильно веде до поступового зростання обмеження можливостей пристосування організму і вірогідності смерті.

СТАРІСТЬ ПАТОЛОГІЧНА – вирізняється різними захворюваннями, що призводять до передчасної інвалідності.

СТАРІСТЬ ФІЗІОЛОГІЧНА – характеризується поступовим зниженням усіх функцій організму при тривалому збереженні працездатності й загальної активності.

СТАТЕВЕ ДОЗРІВАННЯ – комплекс процесів, результатом якого є досягнення людиною статевої зрілості. Як біологічна істота, людина досягає статевої зрілості в підлітковому віці (11–15 років), а як соціальна – в підлітковому та юнацькому віці (12–20 років).

СТАТЕВІ ЗАЛОЗИ – сукупність залоз, які належать до статевої системи.

СТАТЕВІ КЛІТИНИ (гамети) – яйцеклітини (жіночі статеві клітини) і сперматозоїди (чоловічі статеві клітини).

СТАТОКІНЕТИЧНІ РОЗЛАДИ – загальна назва порушень рівноваги тіла і координації рухів у результаті ураження мозочка або його провідних шляхів.

СТАТУС – становище суб'єкта в системі міжособистісних стосунків, які визначають його права, обов'язки та привілеї щодо інших людей чи груп.

СТЕНОЗ ГИРЛА АОРТИ (аортальний стеноз) – вада серця, що характеризується звуженням тракту лівого шлуночка в ділянці аортального клапана, що створює перешкоду для відтоку крові з лівого шлуночка в аорту і спричиняє високий градієнт тиску між ними.

СТЕНОЗ ЛЕГЕНЕВОЇ АРТЕРІЇ – вада серця, що характеризується порушенням відтоку крові з правого шлуночка в легеневу артерію та високий градієнт тиску між ними.

СТІЛ ЛІКУВАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ – загальна назва стандартних дієт (з нумерацією від 1 до 15). Зазначається енергетична цінність, хімічний склад, фізичні властивості кожного лікувального столу, які підібрані для максимального лікувального ефекту зважаючи на певні захворювання.

СТИБОРЕЦЕПТОРИ – нюхові рецептори, які відповідають за сприйняття запахів.

СТРАТИФІКАЦІЯ СЕРЦЕВО-СУДИННОГО РИЗИКУ – визначення індивідуального ризику розвитку серцево-судинних ускладнень для кожного пацієнта.

СТРАХ – емоційна реакція, що виникає у разі загрози біологічному чи соціальному існуванню індивіда й спрямована на уникнення справжньої чи уявної небезпеки (тривога, побоювання, переляк, жах).

СТРЕС – 1) стан психічного напруження, що виникає у людини при діяльності в скрутних умовах. Стрес може обумовлювати як позитивний (при здатності захисних механізмів протистояти можливим порушенням), так і негативний (при капітуляції цих механізмів) вплив на життєдіяльність організму; 2) стан напруження реактивності організму у відповідь на дію несприятливих зовнішніх або внутрішніх чинників; характеризується адаптаційним синдромом.

СТЕНОКАРДІЯ (жаба грудна) – напад за грудинного болю з іррадіацією у ліву руку тривалістю до 30 хв.; форма ішемічної хвороби серця.

- С -

СТЕТОГРАФІЯ (пневмографія) – метод дослідження дихання людини або тварини.

СТЕТОМЕТР – прилад для вимірювання грудної клітки і її змін під час дихання.

СТРУКТУРА – сукупність стійких зв'язків між безліччю компонентів об'єкта, що забезпечують його цілісність.

СТРУС – закрите механічне пошкодження тканин та органів, що характеризується порушенням їхніх функцій без чітко виражених морфологічних змін.

СУБ'ЄКТ – конкретний носій наочно-практичної діяльності й пізнання.

СУБ'ЄКТНИЙ ДОСВІД – 1) досвід особистості; 2) досвід життєдіяльності й самореалізації, який особистість набуває у процесі спілкування, діяльності, пізнання, спостереження, ухвалення рішень, що стосуються її життя, переживань успіхів, і невдач, саморефлексії.

СУГЛОБИ – рухомі з'єднання кісток скелета, розділені щільною. Суглоби розташовані в скелеті там, де відбуваються чітко виражені рухи: згинання й розгинання, відведення і приведення, обертання. Як цілісний орган, суглоб бере важливу участь у здійсненні опорної і рухової функцій. Всі суглоби діляться на прості, утворені двома кістками, і складні, що є зчленуваннями трьох і більше кісток.

СУГЛОВОВА СУМКА – капсула, що з'єднує кінці кісток. Вона захищає суглоб від механічних пошкоджень і розривів. Саме тут знаходиться скупчення нервових закінчень, які дають больові відчуття при травмах. У суглобовій сумці є волокна м'язів і сухожиль, які оточують суглоб. Тут знаходиться синовіальна рідина, яка забезпечує ковзання кісток у суглобі.

СУДОМА – раптове мимовільне скорочення м'язів.

- С -

СУПНАЦІЯ – обертальний рух передпліч назовні до положення долоні догори або рух стопи до середини з підйомом її при середнього краю; поворот долоні вгору.

СУРДОТЕРАПІЯ – сукупність методів лікування глухуватості та глухоти.

СУХОЖИЛЛЯ – з'єднувальні-тканинні ланцюги, тяжі чи пластинки, що приєднують м'язи до кісток.

СТРУМА (зоб) – ненормально збільшена щитоподібна залоза; збільшенні щитоподібної залози III–IV ступеня.

СФІГМОГРАФІЯ – метод запису пульсових коливань стінок артерії; запис пульсу.

ТАКСОН – група організмів, об’єднаних на підставі загально-прийнятих методів класифікації, пов’язаних між собою тим чи іншим ступенем спорідненості, достатньо відокремлена від інших груп, щоб їй можна було призначити визначену таксономічну категорію (таксономічний ранг) – вид, рід, родина і т. д.

ТАКТИЛЬНЕ ВІДЧУТТЯ – відчуття дотику чи тиску.

ТАКТИЛЬНІ РЕЦЕПТОРИ – рецептори, що сприймають подразнення, зумовлені дотиком, тиском, ударом, струсом тощо.

ТАХІКАРДІЯ – збільшена частота серцевих скорочень понад 100 ударів за хвилину у стані спокою (у дорослих); прискорене серцебиття.

ТВОРЧІ ЗДІБНОСТІ – вміння й можливості творчо виконувати певну діяльність, спрямовану на конкретний результат із метою поліпшення будь-чого або будь-кого.

ТВОРЧІСТЬ (креативність) – вища форма активної і самостійної діяльності особистості. Творчість оцінюють за її соціальною значущістю й оригінальністю (новизною). Треба розмежовувати об’єктивну і суб’єктивну сторони творчості. З об’єктивного погляду творчість визначається її кінцевим продуктом – науковим відкриттям або новизною наукового дослідження, винаходом, раціоналізацією, створенням художнього твору, розв’язанням нової задачі (математичної, лікувальної, педагогічної, виробничої тощо). Із суб’єктивної точки зору, творчість визначається самим процесом творення і наявністю психічних процесів, характерних для неї, навіть якщо кінцевий продукт немає необхідної соціальної цінності та новизни. Творчість передбачає наявність певних особистісних і процесуальних характеристик: здібностей, мотивів, умінь, уяви, інтуїції тощо.

ТЕМПЕРАМЕНТ – природні особливості психічної діяльності людини, які виявляються у її поведінці, реакції на різні впливи, у швидкості, темпі, ступені врівноваженості реакцій.

ТЕПЛОВИЙ УДАР – стан, який розвивається в результаті декомпенсації терморегуляції під впливом екзогенного й ендогенного тепла, яке своєчасно не віддає організм у зовнішнє середовище внаслідок недостатності потовиділення. Надмірне теплонакопичення призводить до швидкого підвищення температури органів і тканин, що обумовлює зміни в центральній нервовій системі, зміни у водно-електролітному обміні.

ТЕРМІНАЛЬНИЙ СТАН – згасання функцій організму, що передує біологічній смерті. Характерною особливістю термінального стану є нездатність вмираючого організму без допомоги ззовні самостійно вийти з нього, навіть якщо причинний фактор уже не діє.

ТЕРМОРЕГУЛЯЦІЯ – підтримання температури тіла на певному рівні.

ТЕРМОРЕЦЕПТОРИ – рецептори, які відповідають за сприйняття температурних подразників.

ТЕРЕНКУР – метод оздоровлення та лікування за допомогою дозованої ходьби у помірному темпі спеціальними маршрутами по гористій місцевості.

ТЕНДОБУРСИТ – запалення сухожилка і синовіальної сумки.

ТЕСТ – 1) науково-практична процедура вимірювання, що складається із серії коротких завдань, спрямована на діагностику властивостей і станів об'єкта тестування; 2) вимірювання або випробування з метою визначення функціонального стану чи здібностей спортсмена.

ТЕСТИ ІЗ СУБМАКСИМАЛЬНИМ ЗУСИЛЛЯМ – тести з використанням 75 % максимального навантаження. Застосовують під час тестування висококваліфікованих спортсменів.

ТЕСТИ НА ВІДНОВЛЕННЯ – передбачають урахування змін і визначення часу відновлення після стандартного фізичного навантаження таких показників кардіореспіраторної системи, як частота серцевих скорочень, артеріальний тиск, показники електрокардіограми, частота дихання тощо.

ТЕХНОЛОГІЗАЦІЯ – цілісне впровадження інтенсивних технологій навчання та виховання – ознака інноватики в діяльності сучасних навчальних закладів.

ТИРЕОАПЛАЗІЯ – аномалія розвитку: відсутність щитоподібної залози.

ТКАНИННА РІДИНА – рідина, яка знаходиться в міжклітинних проміжках тканин і є внутрішнім середовищем організму. Близька за складом до плазми крові.

ТКАНИНИ – групи клітин, подібних за своєю структурою, функціями і походженням.

ТКАНИННЕ ДИХАННЯ – газообмін між кров'ю і тканинами, в процесі якого клітини поглинають кисень і виділяють вуглекислий газ.

ТОВСТА КИШКА – задній відділ кишківника, знаходиться за тонкою кишкою.

ТОЛЕРАНТНІСТЬ – здатність організму переносити вплив умов середовища без істотних змін життєдіяльності.

ТОМОГРАФІЯ – рентгенографія, що дає пошарове зображення об'єкта.

ТОНЗИЛІТ – запалення мигдаликів, особливо піднебінних.

ТОНКА КИШКА – початковий відділ кишківника, що знаходиться за шлунком.

ТОНОГРАФІЯ – 1) дослідження гідродинаміки ока; графічна реєстрація результатів вимірювання внутрішньо очного тиску за допомогою тонометра; 2) метод запису м'язового тону.

- Т -

ТОНОМЕТРІЯ – метод вимірювання тиску (артеріальний, внутрішньоочний тощо).

ТОНУС М'ЯЗІВ – стан постійного мимовільного напруження м'язів.

ТОРАКАЛЬНИЙ – грудний.

ТРАВМА – порушення цілості й функції тканин унаслідок зовнішнього впливу (удар, поранення, опік тощо).

ТРАВМАТИЧНИЙ ШОК – загальна важка реакція організму у разі значних травм тканин. Головним фактором розвитку шоку є травма нервової системи, крововтрата та інтоксикація.

ТРАВНА СИСТЕМА – група органів, що здійснює процес травлення.

ТРАВНІ ЗАЛОЗИ – залози травної системи, що виробляють травні соки.

ТРАДИЦІЇ – форма діяльності й поведінки, а також звичаї, правила, цінності, уявлення, які мають історичне коріння і передаються з покоління в покоління.

ТРАНС – психічний розлад: автоматичні дії і вчинки у стані потьмарення свідомості.

ТРАНСФОРМАЦІЯ – перенесення генетичної інформації від однієї клітини до іншої.

ТРАХЕЇТ – запалення трахеї.

ТРАХЕЯ (дихальне горло) – циліндрична трубка, яка є продовженням глотки і складається з низки хрящових кілець.

ТРЕМОГРАФІЯ – метод дослідження тремтіння тіла. Дає змогу в комплексі з іншими даними підійти до оцінки емоційного стану, скласти уявлення про втому, стежити за динамікою функціонального стану організму.

ТРЕНАЖЕР – спеціальний механічний, електричний або комбінований пристрій, за допомогою якого можна виконувати

певні вправи, спрямовані на розвиток сили м'язів, тренування серцево-судинної або дихальної систем, поліпшення координації рухів тощо.

ТРЕНІНГ АУТОГЕННИЙ – вид психотерапії: максимальне м'язове розслаблення під впливом самонавіювання.

ТРЕНОВАНІСТЬ – стан організму з високим рівнем розвитку функціональних можливостей і добрим пристосуванням до фізичних навантажень; хороший розвиток організму у процесі систематичного тренування.

ТРЕНОВАНІСТЬ ОРГАНІЗМУ – стан, що відображає готовність організму до найефективнішого виконання м'язової роботи. Розвивається внаслідок багаторазового повторення фізичних вправ.

ТРЕНУВАННЯ З ПОСТІЙНОЮ ІНТЕНСИВНІСТЮ – максимальна інтенсивність встановлюється за результатами індивідуального тесту толерантності до фізичних навантажень.

ТРИВОЖНІСТЬ – негативний емоційний стан людини, який характеризується відчуттям схвильованості і тривоги.

ТРИКУСПІДАЛЬНА РЕГУРГІТАЦІЯ – надходження під час систоли частини крові з правого шлуночка в праве передсердя.

ТРИКУСПІДАЛЬНИЙ СТЕНОЗ (стеноз правого атріовентрикулярного отвору) – вада серця, зумовлена патологією апарату тристулкового клапана, що характеризується звуженням правого атріовентрикулярного отвору, внаслідок чого створюється перепона протіканню крові з правого передсердя в правий шлуночок.

ТРИЦЕПС – триголовий м'яз плеча.

ТРІЙЧАСТИЙ НЕРВ – п'ята пара черепно-мозкових нервів. До складу входить три гілочки нервів: очний, верхньо і нижньощелепні.

- Т -

ТРОМБ – ущільнена маса крові або лімфи, яка згорнулася і утворилася прижиттєво у кровоносній або лімфатичній судині.

ТРОМБОВАСКУЛІТ – запалення стінки і тромбоз дрібної кровоносної судини.

ТРОМБОЗ – процес прижиттєвого виділення з крові щільних мас і осадження цих мас на стінці судини або в порожнинах серця. Тромб може локалізуватися в будь-якій ділянці серцево-судинної системи. Розрізняють тромб пристінковий і обтурувальний (закупорювальний). Тромби утворюються внаслідок порушення цілісності судинної стінки; спричиняють сповільнення і порушення потоку крові; порушення регуляції згортальної і протизгортальної систем та зміни складу крові.

ТРОМБОЗ КАМЕР СЕРЦЯ – утворення внутрішньосерцевих тромбів із локалізацією в певній камері серця.

ТРОМБОЦИТИ (кров'яні пластинки) – кров'яні тільца, що беруть участь в зортанні крові.

ТРОМОФОБІЯ (тремо фобія) – нав'язливий страх появи тремтіння при сторонніх.

ТРОФІКА – стан живлення, обмінних процесів у тканинах та органах, пов'язаний із функціонуванням нервової системи. Трофічні впливи - впливи нервової системи, а також окремих гормонів і метаболітів, що стимулюють живлення й життєздатність тканин.

ТОРОХОНЕВРОЗ – порушення трофіки, зумовлене ураженням вегетативної нервової системи; нервовий розлад трофіки.

ТРОХОКАРДІЯ – поворот або зміщення серця навколо по-вздожньої осі.

ТРОХОЦЕФАЛІЯ – аномалія розвитку: голова круглої форми; круглоголовість.

- У -

УВЕОПАТІЯ – хворобливий стан судинної оболонки ока незапального характеру.

УДАРНИЙ ОБ'ЄМ КРОВІ – кількість крові, що поступає в судинне русло протягом одного серцевого скорочення.

УЗАГАЛЬНЕННЯ – логічна операція мислення, що полягає в поєднанні істотного (абстрагування) з класом предметів і явищ.

УЛЬТРАЗВУКОВА ТЕРАПІЯ – метод використання лікувального впливу механічних коливань ультразвукової частоти, які викликають у тканинах перемінне стиснення і розрідження середовища.

УМІННЯ – здатність людини виконувати певні дії в нових умовах. Ці дії забезпечуються раніше набутими знаннями.

УРЕМІЯ – клініко-біохімічний прояв вираженої гострої або хронічної ниркової недостатності. Уремія – це синдром аутоінтоксикації, який розвивається при вираженій нирковій недостатності внаслідок затримки в організмі азотистих метаболітів та інших токсичних речовин, розладу водно-сольового, кислотно-лужного і осмотичного гомеостазу. Супроводжується вторинними обмінними і гормональними порушеннями, загальною дистрофією тканин та дисфункцією усіх органів та систем.

УРЕТРИТ – запалення сечовивідного каналу специфічного і неспецифічного походження.

УРТИКАРІЯ – захворювання, має прояв у своєрідній реакції організму на різні подразнення, є вираженням патологічно підвищеної чутливості щодо певних екзогенних та ендогенних речовин. Характерний типовими поодинокими висипами – пухирями на шкірі, в деяких випадках і на слизових обо-

- у -

лонках, які раптово з'являються і швидко зникають. Висипи супроводжуються свербінням, а інколи і запальними явищами.

УРУНКУЛЬОЗ – поява кількох фурункулів чи одного за одним.

УХИТУВАННЯ – патологічний стан організму, який виникає в результаті подразнення вестибулярного аналізатора, а також особливого сприймального апарату рухливих внутрішніх органів (шлунка, кишківника тощо). Може виникнути під час морської хитавиці (морська хвороба), польотів на літаку (повітряна хвороба), при автомобільній їзді дорогами, де багато поворотів, підйомів, спусків, під час занять фігурним катанням, вітрильним і водно-моторним спортом, плаванням, гімнастикою, акробатикою та іншими видами спорту, пов'язаними з різким обертанням.

УЯВА – психічний процес, що полягає у створенні людиною нових образів, думок на базі її попереднього досвіду. Уява тісно пов'язана з абстрагованою діяльністю мислення, здійснюється на основі переробки сприймань і переживань. Може бути мимовільною і довільною, творчою і репродуктивною. Найскладнішим видом уяви є рефлексія, коли людина поринає у свій внутрішній світ (міркування про свої емоції, спонукання, дії).

ФАГОЦИТИ – загальна назва клітин організму, здатних захоплювати і перетравлювати мікроорганізми, зруйновані клітини й сторонні часточки.

ФАГОЦИТАРНА ТЕОРІЯ (клітинна теорія) – теорія імунітету, запропонована І.І. Мечніковим. Згідно цієї теорії організм захищається від інфекції, що проникла в нього, шляхом захоплювання й перетравлювання мікроорганізмів, зруйнованих клітин, сторонніх частинок фагоцитами.

ФАЗА ВПРАЦЮВАННЯ (стадія зростаючої працездатності) – період, протягом якого відбувається перехід від стану оперативного спокою до робочого стану. Вона характеризується переходом функцій на новий, більш високий рівень інтенсивності. Зокрема, в організмі посилюються обмінні процеси, робота органів і систем. Однак посилення різних функцій має гетерохронний (неодночасний) характер. Передусім посилюється діяльність рухового апарату, пізніше – вегетативних органів. Зразу після початку роботи спостерігається інтенсивне посилення функцій, а потім воно сповільнюється. Енергозабезпечення на початку роботи здійснюється переважно анаеробним шляхом, пізніше аеробним (якщо немає великого кисневого боргу). Отже, можна говорити про дві фази впрацювання – швидку і повільну. В результаті відбувається адаптація організму до навантажень, злагоджена система рухів і відповідна їм взаємодія між органами і системами.

ФАКТОР РИЗИКУ – будь-які дії, особливість організму чи його поведінки, що призводять до виникнення захворювання (наприклад, куріння або надмірна маса тіла).

ФАРИНГІТ – запалення слизової оболонки та лімфатичних утворів задньої стінки горла.

ФЕРМЕНТ – специфічний білок, який виконує функцію каталізатора перетворення речовин в організмі. Ферменти присутні у всіх живих клітинах; відіграють важливу роль у процесах життєдіяльності; беруть участь в біологічних реакціях, що протікають в організмі, спрямовуючи й регулюючи обмін речовин.

ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ – природна потреба живого організму в русі на всіх етапах онтогенезу, одна з необхідних умов життя, є важливим чинником корекції способу життя людини.

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ – спеціалізований педагогічний процес цілеспрямованого систематичного впливу на людину фізичними вправами, силами природи, гігієнічними факторами з метою зміцнення здоров'я, розвитку фізичних якостей, удосконалення морфологічних і функціональних можливостей, формування і поліпшення основних життєво важливих рухових навичок, умінь і пов'язаних із ними знань, що забезпечують готовність людини до активної участі в суспільному, виробничому і культурному житті.

ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я – динамічний стан, що характеризується резервом функцій органів і систем, є основою виконання індивідом своїх біологічних і соціальних функцій. Інтегральним показником резервів функцій органів і систем є енергопотенціал біосистеми (резерв енергоутворення).

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА – 1) частина загальної культури, сукупність спеціальних духовних і матеріальних цінностей, способів їхнього виробництва і використання з метою оздоровлення людей і розвитку фізичних якостей; 2) сукупність досягнень суспільства у створенні та раціональному використанні спеціальних засобів, методів і умов цілеспрямованого фізичного та духовного удосконалення людини.

ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЯ – комплекс фізичних навантажень відповідно до клінічного прояву хвороби, рівня фізичної підготовленості людини, її статі й віку.

ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ – 1) потенційна здатність людини виконувати максимум фізичної роботи статичного, динамічного чи змішаного характеру тривалий час без значних ознак втоми; 2) інтегрований показник функціональних можливостей людини, який характеризується будовою тіла та антропометричними даними; потужністю, ємністю й ефективністю механізмів енергопродукції аеробним і анаеробним шляхом; силою і витривалістю м'язів; нейром'язовою координацією, станом опорно-рухового апарату (зокрема, гнучкості), станом ендокринної системи.

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ – застосування з лікувальною і профілактичною метою фізичних вправ і природних факторів у комплексному процесі відновлення здоров'я, фізичного стану та працездатності хворих, інвалідів.

ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК – 1) комплекс морфо-функціональних ознак, що характеризують віковий рівень біологічного розвитку людини; 2) комплекс функціональних показників, що визначають запас фізичних сил організму; 3) один із аспектів розвитку індивідуума, біологічний процес, детермінований середовищними й генетичними факторами. Оцінюючи фізичний розвиток враховують: а) соматичні ознаки – довжина й маса (вага) тіла, окіл грудної клітки, довжина тулуба, кінцівок; б) соматоскопічні ознаки – форма грудної клітки, спини, ніг, стоп, постава, рельєф і пружність м'язів; в) фізіометричні ознаки – життєва ємність легень, станова і ручна динамометрія.

ФІЗІОКІНЕЗОТЕРАПІЯ – застосування активної і пасивної гімнастики, фізичних чинників, масажу та психотерапії з метою відновлення функцій опорно-рухового апарату.

ФІЗІОЛОГІЧНІ ТЕСТИ – стандартні випробування, які дають змогу визначити певну функціональну діяльність систем і органів людини.

ФІЗІОТЕРАПІЯ – галузь клінічної реабілітації, що вивчає лікувальні властивості природних та штучних фізичних факторів,

їхнє застосування для лікування й профілактики захворювань.

ФІЛОСОФІЯ НАВЧАННЯ Й ВИХОВАННЯ – тлумачення сутності навчання й виховання, їхніх принципів і цінностей як взаємодії загальнолюдського, конкретно історичного й національного компонентів культури в процесі становлення особистості та передачі культурологічних цінностей.

ФІТБОЛ – м'яч, який використовують з оздоровчою метою. М'яч, що витримує вагу до 300 кг, використовують як тренажер, як предмет і як обтяження. На заняттях використовують фітболи різного діаметру, зважаючи на вік та зріст людини. Зокрема для дітей 3–5 років діаметр м'яча становить 45 см, для дітей 6–10 років – 55 см; для тих, хто має зріст від 150 до 165 см – 65 см, і для дітей та дорослих, які мають зріст від 170 до 190 см, використовують м'яч діаметром 75 см. М'яч підібраний правильно в тому випадку, якщо, сівши на нього, кут між стегном і гомілкою становить дещо більше 90°. Фітболи мають також вібраційну дію в ділянці низькочастотного спектра частот. Легке похитування на фітболі покращує відтік лімфи й венозної крові, збільшує скоротливу здатність м'язів, нормалізує перистальтику кишківника, стимулює функцію кори наднирників.

ФОНОКАРДІОГРАФІЯ – графічний метод дослідження тонів і шумів, що виникають у серці під час його роботи. Метод сприяє діагностиці пороків серця, уможливорює висновки про скорочувальну функцію міокарда, функцію проведення, динаміку тиску в порожнинах серця та судин.

ФОТОАЛГІЯ – біль в очах від світла.

ФРЕНОКАРДІЯ – біль у ділянці серця і ядуха психогенної природи.

ФРОНТИТ – запалення слизової оболонки лобової пазухи. Розвивається внаслідок ускладнення гострого нежитю, грипу, кору, скарлатини тощо.

ФУНКЦІЯ – коло діяльності, обов'язок, призначення, роль.

ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ МІЄЛОЗ – захворювання спинного мозку, причиною якого є дефіцит в організмі вітаміну В12.

ФУНКЦІОНАЛЬНА ДІАГНОСТИКА – визначення й оцінка фізичного стану організму людини, ґрунтується на дослідженні функціонального стану органів і фізіологічних систем за допомогою різних інструментальних (простих та складних) методів дослідження, як-от: електрокардіографія, фонокардіографія, реографія, електроенцефалографія, спірографія, спірометрія, гоніометрія, динамометрія, пульсометрія та інші, а також на використанні різних функціональних проб в оцінці функціонального стану серцево-судинної, дихальної, нервово-м'язової та інших систем, фізичної працездатності в лабораторних умовах та умовах спортивного тренування.

ФУНКЦІОНАЛЬНІ ЗДІВНОСТІ – реалізація можливостей організму в результаті тривалого систематичного тренування.

ФУНКЦІОНАЛЬНІ КРИТЕРІЇ БІОЛОГІЧНОЇ ЗРІЛОСТІ – показники, що відображають зрілість нервової системи, опорно-рухового апарату й вегетативних систем.

ФУНКЦІОНАЛЬНІ МОЖЛИВОСТІ – потенційні задатки для досягнення успіху в обраному виді м'язової діяльності чи спорту. Визначаються рівнем максимальної мобілізації функцій та функціональною стійкістю систем організму.

ФУНКЦІОНАЛЬНА НАДІЙНІСТЬ – здатність людини до стабільного підтримання високих функціональних можливостей, які дають змогу виявляти високу ефективність і результативність професійної діяльності в екстремальних умовах.

ФУНКЦІОНАЛЬНЕ НАВАНТАЖЕННЯ – стандартне навантаження на орган, систему або організм, призначене для оцінки їхнього стану та функціональних можливостей, а також для виявлення компенсаторних змін.

ФУНКЦІОНАЛЬНА ПРОБА – метод оцінки діяльності органу або системи органів, що ґрунтується на функціональному навантаженні.

ФУНКЦІОНАЛЬНІ СИСТЕМИ – динамічні центрально-периферичні одиниці, що характеризуються самоорганізацією, усі компоненти яких у взаємодії забезпечують стійкість різних процесів метаболізму й адаптації людини до середовища проживання, праці та відпочинку.

ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН – визначає рівень життєдіяльності організму, дає змогу оцінити рівень адаптації організму до навколишнього середовища і до фізичних навантажень. Визначається дослідженням функцій систем і органів людини у стані спокою, під впливом різних навантажень та інших факторів.

ФУРУНКУЛ – гостре, гнійно-некротичне запалення волосяного мішечка і навколишньої тканини, спричинене стафілококом.

ФУРУНКУЛЬОЗ – хронічне запальне захворювання, характерною ознакою якого є поява фурункулів.

ХАРАКТЕР – сукупність стійких властивостей індивіда, в яких відбиваються засоби його поведінки й емоційного реагування.

ХАРЧУВАННЯ ЗБАЛАНСОВАНЕ – харчування у якому закладено оптимальні співвідношення харчових та біологічно активних речовин, здатних вплинути на організм із максимальною користю.

ХАРЧУВАННЯ ЛІКУВАЛЬНЕ – система організації харчування і диференційованого застосування з лікувальною метою харчових продуктів.

ХАРЧУВАННЯ НЕПОВНОЦІННЕ – харчування, яке характеризується недостатністю або відсутністю будь-якого компонента (компонентів) їжі, потрібного для нормальної життєдіяльності організму.

ХАРЧУВАННЯ РАЦІОНАЛЬНЕ – харчування, яке задовольняє енергетичні, пластичні та інші потреби організму, водночас забезпечуючи необхідний рівень обміну речовин в організмі, гомеостаз внутрішнього середовища організму, підтримуючи ріст, функціонування органів і систем, сприяючи розвитку організму загалом за різноманітних умов праці та відпочинку.

ХАРЧУВАННЯ ПЕРЕНТАЛЬНЕ – штучне харчування, коли різні поживні речовини вводять хворому у кровоносне русло або підшкірно, інколи – внутрішньо-кістково або внутрішньо-м'язево.

ХАРЧУВАННЯ ПОВНОЦІННЕ – харчування, яке характеризується достатньою кількістю усіх необхідних для нормальної життєдіяльності компонентів.

ХВИЛИННИЙ ОБ'ЄМ ДИХАННЯ (ХОД) – кількість повітря, вентиляованого в легенях за одну хвилину. Нормальна величина ХОД (в умовах основного обміну) складає в середньому 5 л (від 3 до 8,4 л).

- X -

ХВИЛИННИЙ ОБ'ЄМ КРОВІ (ХОК) – кількість крові, що надходить до судинної системи за 1 хв. $ХОК = \text{ударний об'єм крові } x \text{ на частоту серцевих скорочень за хвилину}$.

ХВОРОБА – процес протидії захисних сил організму несприятливому або надмірному за своєю інтенсивністю чиннику, що супроводжується, зазвичай, погіршенням самопочуття та значним зниженням функціональних можливостей організму.

ХЕМОРЕЦЕПТОРИ – органи, що сприймають хімічні подразнення.

ХОЛЕЦИСТИТ – запалення жовчного міхура. Причинами виникнення є: інфекції, глистова інвазія, ураження слизової оболонки жовчного міхура у разі закидання в нього соку підшлункової залози. Виділяють гостру та хронічну форми. *Гострий* холецистит; супроводжується різким болем у ділянці правого підребер'я, який поширюється по всій верхній половині живота, віддає в праву половину грудної клітки, шию, а іноді і в ділянку серця, продовжується протягом декількох днів, а то й більш тривалий час. Для *хронічного* холециститу характерні періодичні неприємні відчуття в правому підребер'ї. Біль може поширюватися у праве плече, лопатку, ділянку серця, в праву половину спини, поперек, провокується струсом і нахиленим положенням тіла.

ХОНДРОДИСПЛАЗІЯ – хвороба, яка характеризується неправильним розвитком хрящової тканини.

ХОНДРОМАНТОЗ КІСТОК – вроджена хвороба; порушення процесів росту і розвитку кісткової тканини, що супроводжується затримкою росту кінцівок, численними енхондромами в довгих трубчастих кістках.

ХРИЗОТЕРАПІЯ – лікування препаратами золота.

- X -

ХРОМОСОМИ – органοїди клітинного ядра, сукупність яких визначає основні спадкові властивості клітин та організмів. Хромосоми складаються з ядерного хроматину, де головним хімічним компонентом є ДНК. Кількість хромосом у ядрах усіх клітин даного виду постійна.

ХРОМОФОБІЯ – 1) нав'язливий страх перед яким-небудь кольором або предметом; 2) нездатність клітини, органели, тканини забарвлюватися.

ХРОНОКСИМЕТРІЯ – метод дослідження нервової системи, аналізаторів, рухового апарату (м'язів).

- Ц -

ЦЕЛЮЛІТ – дифузне гостре запалення глибоких шарів шкіри та підшкірної клітковини.

ЦЕНТРАЛЬНА НЕРВОВА СИСТЕМА – відділ нервової системи хордових і людини, що охоплює головний і спинний мозок, які координують всі процеси в організмі, визначаючи поведінку людини та її взаємини з навколишнім середовищем.

ЦЕРВІКАЛЬНИЙ – 1) шийний; такий, що стосується шиї; такий, що розміщений у ділянці шиї; 2) такий, що стосується шийки матки.

ЦЕРЕБРАЛЬНИЙ – мозковий.

ЦЕРЕБРАЛІЗАЦІЯ – розвиток головного мозку.

ЦЕРЕБРАСТЕНІЯ (енцефалостенія) – функціональна слабкість і підвищена збудливість головного мозку; поєднання астенії з болем голови, запамороченням, погіршенням пам'яті тощо.

ЦЕРЕБРОСПІНАЛЬНИЙ – такий, що стосується головного і спинного мозку.

ЦЕРЕБРОСПІНАЛЬНА НЕРВОВА СИСТЕМА – черепно-мозкова і спинно-мозкова частина нервової системи.

ЦЕФАЛГІЯ (кефалгія) – біль головний.

ЦИКЛІТ – запалення війчатого тіла ока.

ЦИКАТРИЗАЦІЯ – рубцювання; за живлення з утворенням рубця.

ЦИКЛ – сукупність взаємопов'язаних явищ, процесів, що створюють закінчене коло розвитку протягом певного проміжку часу.

ЦИНІЗМ – зневажливо-зухвале ставлення до загальноприйнятих норм моралі й етики.

- Ц -

ЦИРОЗ – надмірне розростання щільної сполучної тканини в паренхіматозному органі та заміщення нею активних клітин, зумовлюють перебудову його структури.

ЦИСТИТ – запалення сечового міхура, спричинене з інфекцією, переохолодженням; провокується іншими факторами (механічна травма, порушення сечовиділення, різні хронічні захворювання, алкоголь тощо).

ЦИСТОЛІТІАЗ – наявність каменів у сечовому міхурі.

ЦИТОБЛАСТОМА – пухлина з мало диференційованих клітин нез'ясованого походження.

ЦИТОМЕГАЛІЯ – інфекційна хвороба, спричинена цитомегаловірусами; уражає слинні залози й інші органи; розвиваються включення в цитоплазмі або ядрах надмірно збільшених клітин; характеризується гепатоспленомегалією, жовтяницею, томбоцитопенічною пурпурою, гарячкою тощо.

ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ – соціальні цінності, котрі свідомо поділяє (або відкидає) особистість, виступають як мета життя та основні засоби її досягнення; є найважливішими регуляторами соціальної поведінки та задоволення потреб індивіда.

ЦІННІСТЬ – суспільна функція, що визначає роль, статусність, структуру і властивості особи; те, до чого можна прагнути, споглядати, відноситися з повагою, визнанням, пошаною.

ЦІННОСТІ ОСВІТИ – ідеали, спрямовані на етичні орієнтири виховання і навчання: істина, добро, особистість, користь, свобода, любов, творчість, вибір тощо. Цінності, як переваги ідеалів, диктуються відчуттями і приймаються свідомістю. Вони визначають те, до чого треба прагнути, відноситися з повагою і визнанням.

ЦУКРОВИЙ ДІАБЕТ – група ендокринних захворювань, що розвиваються внаслідок абсолютної чи відносної недостатності гормону інсуліну, внаслідок чого виникає стійке підвищення рівня глюкози в крові гіперглікемія. Захворювання характе-

- Ц -

ризується хронічним перебігом і порушенням усіх видів обміну речовин: вуглеводного, жирового, білкового, мінерального і водно-сольового. Характерними симптомами є невгамовна спрага (полідипсія) та надмірне сечовиділення (поліурія), однак ці симптоми можуть бути слабко вираженими, якщо рівень глюкози в крові підвищений помірно.

ЧАРІВНІСТЬ – важлива психологічна якість людини, яка відіграє значну роль у сприйманні та розумінні її іншими людьми (зовнішня привабливість і манера триматися в товаристві інших, психологічна досконалість).

ЧВАНЛИВІСТЬ – негативна морально-психологічна риса людини, схильність до випинання у розмовах і стосунках свого “Я”, демонстрування своїх уявних переваг, надмірна увага до себе, до своєї зовнішності.

ЧЕРЕПНА СУБСТАНЦІЯ – група клітин середнього мозку, що бере участь у регуляції руху.

ЧЕРСТВІСТЬ – негативна морально-психологічна риса людини, яка виявляється в її нездатності до співпереживання, співчуття, готовності прийти на допомогу.

ЧЕСНІСТЬ – позитивна морально-психологічна риса особистості людини, яка впливає на її стосунки з іншими людьми, тісно пов’язана з її принциповістю (дотримання даного слова, правдивість, сумлінне виконання певних завдань).

ЧЕСТЬ – внутрішня моральна гідність людини, благородство душі й чиста совість.

ЧУЙНІСТЬ – морально-психологічна риса людини, особливо бережне та уважне ставлення до людей, здатність жити їхніми радощами й турботами, відгукуватися на їхні проблеми.

ШЕЙПІНГ – система занять фізичними вправами з метою оздоровлення організму. Шейпінг дає змогу комплексно реалізувати всі напрямки пластичного трансформування тіла: збільшення або зменшення обсягу м'язової тканини; зниження вмісту жиру в організмі. Система шейпінг-вправ послідовно навантажує всі м'язові групи, зокрема й ті, які слабо задіяні в повсякденному житті.

ШЕПЕЛЯВІСТЬ (сигматизм) – дефект вимови свистячих і шиплячих звуків.

ШКАЛА ВЕЛИЧИН – впорядкована послідовність її значень, прийнята за погодженням на основі результатів точних вимірювань.

ШКАЛА ВИМІРЮВАННЯ – базові правила, за якими проводять вимірювання.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ – це закон переведення результатів тестування чи будь-якого вимірювання в бали, умовні одиниці, який визначає відповідність результату і його оцінки.

ШЛУНОК – орган травлення, що являє собою розширену частину травного тракту.

ШЛУНКОВИЙ СІК – продукт діяльності шлункових залоз та покривного епітелію слизової оболонки шлунка. До складу шлункового соку входять соляна кислота, ферменти, мінеральні речовини, вода, особливі фізіологічні активні речовини та слиз. Має кислу реакцію. Добова кількість близько 2 л.

ШЛУНОЧОК – частина порожнини серця, яка регулює рух крові по кровоносній системі.

ШОК – клінічний синдром, який характеризується розладами життєво важливих функцій організму і супроводжується зни-

- Ш -

женням артеріального тиску, порушенням мікроциркуляції, олігурією тощо; зумовлений дією дуже сильного патологічного подразника (травма, опік, кровотеча, інфекція, тощо).

ЩЕПЛЕННЯ – головний засіб запобігання дитячим інфекційним захворюванням. Роблять проти туберкульозу, натуральної віспи, дифтерії, кору, поліомієліту, правця, коклюшу.

ЩИТОВИДНА ЗАЛОЗА – залоза внутрішньої секреції у хребетних тварин і людини. Гормони залози беруть участь у регуляції обміну речовин і росту організму.

ЩІЛЬНІСТЬ ЗАНЯТТЯ – відношення виправданих затрат часу до всього часу заняття.

ШПОРА П'ЯТКОВА – розростання кісткової тканини на нижній або задній поверхні п'яtkової кістки.

ШУМ СЕРЦЕВИЙ – шум, що виникає в порожнинах серця і надклапанному відділі висхідної частини аорти або легеневого стовбура внаслідок порушення у них ламінарного потоку крові.

ШУМ СИСТОЛІЧНИЙ – серцевий шум, який прослуховується між першим та другим тонами серця, тобто під час систолічної паузи, зумовлений зазвичай переміщенням крові через аномальні отвори чи клапани, які патологічно не змикаються, а також зниженою в'язкістю крові.

- Ю -

ЮВЕНАЛЬНИЙ – юний, молодий; такий, що не досяг зрілого віку; статеві незрілий.

ЮВЕНІЛЬНІ КРОВОТЕЧІ – маткові кровотечі, що виникають у період статевого дозрівання.

ЮНАЦЬКИЙ ВІК – період життя психічного розвитку в межах від 14 до 18 років. У цей період відбувається інтенсивний фізіологічний і психічний розвиток.

ЮНІОР – спортсмен віком 18–20 років, учасник змагань у своїй віковій групі.

ЮСТУВАТИ – вивіряти, регулювати механізм, прилад.

- Я -

“Я” – категорія у психології для означення індивідуальної неповторності особистості. **“Я”** – результат виділення людиною самої себе з навколишнього середовища, перетворення її в суб’єкт власних почуттів, вражень, діяльності. **“Я”**– концепція складається з таких частин: реальне **“Я”** (уявлення про себе тепер), ідеальне **“Я”** (те, яким себе суб’єкт, на його думку, повинен був би стати, орієнтуючись на моральні норми), динамічне **“Я”** (те, яким суб’єкт бажав би стати, якби це було можливо).

ЯДРО – складова частина клітини, в якій міститься основна маса ДНК. Утворена з оболонки й напіврідкого вмісту з різних білків та нуклеїнових кислот; забезпечує найважливіші метаболічні і генетичні функції клітин.

ЯЙНИК – орган жіночої статевої системи, де відбувається формування жіночих статевих клітин.

ЯКІСТЬ ЖИТТЯ – інтегральна характеристика фізичного, психологічного, емоціонального і соціального функціонування особистості, що базується на її суб’єктивному сприйнятті. Змістова сторона способу життя й умов життєдіяльності індивідуума – ступінь комфортабельності його життєвого середовища.

ЯКІСТЬ ЗНАНЬ – характеристика результатів засвоєння знань; охоплює повноту, глибину, усвідомленість, систематичність, конкретність, узагальненість, які виявляються під час багатаспектного аналізу результатів засвоєння і застосування знань.

ЯРЕМНА ЯМКА – заглиблення в передній поверхні шиї, обмежене знизу яремною вирізкою грудини, а з боків – грудинно-ключично-соскоподібними м’язами.

- Я -

ЯДРА ЦЕНТРАЛЬНОЇ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ – скупчення нервових клітин у речовині головного і спинного мозку; ядра беруть участь у складних інтеграційних функціях.

ЯДРО КЛІТИНИ – складова частина клітини, в якій міститься основна маса ДНК і забезпечує найважливіші метаболічні та генетичні функції клітин.

ЯТРОГЕННІ ЗАХВОРЮВАННЯ (ятрогенії) – 1) будь-які нові, побічні захворювання, що пов'язані з діями (лікування, діагностичні дослідження, профілактика, поведінка) медичного персоналу; 2) ускладнення основного захворювання, спричинене помилковими або неадекватними діями лікаря. Психічні травми, що викликають ятрогенні захворювання, є головно наслідком порушення правил медичної деонтології. Виявляються переважно як невротичні розлади, з якими пов'язані у хворого нові хворобливі відчуття. Вирішальне значення мають підвищена навіюваність хворого. Недовірливі риси вдачі сприяють появі нав'язливих думок про невиліковну хворобу. Різні забобони і упередження, що стосуються здоров'я, елементи недовіри до можливостей медицини, інколи страх перед медичним обстеженням сприяють ятрогеніям.

ЯЧМІНЬ – гостре гнійне запалення волосяного мішечка вії або сальної залози повіки.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. *Амосова Е.Н.* Клиническая кардиология / Е.Н. Амосова. – К. : Здоров'я, 2006. – Т. 1–2.
2. *Булич В.К.* Здоровье человека. Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции : научное издание / Э.Г. Булич, И.В. Мурахов. – К., 2003. – 422 с.
3. *Валецька Р.О.* Основи медичних знань : підручник / Р.О. Валецька. – Луцьк : Волинська книга, 2007. – 378 с.
4. *Гайдаров Л.Ф.* Реабилитация после заболеваний : полный справочник / Л.Ф. Гайдаров, Г. Ю. Лазарева. – М. : Эксмо, 2008. – 704 с.
5. *Горбатюк С.О.* Фізична реабілітація та рухова активність при порушенні опорно-рухової системи / С.О. Горбатюк. – Тернопіль : Підручники та посібники, 2008. – 192 с.
6. *Грейда Б.П.* Реабілітація хворих засобами лікувальної фізкультури / Б.П. Грейда, В.А. Столяр, Ю.М. Валецький. – Луцьк : Волин. обл. друк., 2003. – 310 с.
7. *Деделюк Н.А.* Наукові методи дослідження у фізичному вихованні / Н.А. Деделюк. – Луцьк : РВВ “Вежа”, 2009, – 198 с.
8. *Дубогай О.Д.* Основні поняття і терміни здоров'язбереження та фізичної реабілітації в системі освіти / О.Д. Дубогай, А.І. Альошина, В.Є. Лавринюк. – Луцьк : Посібники та підручники, 2011. – 295 с.
9. *Журавлева А.И.* Спортивная медицина и лечебная физкультура / А.И. Журавлева, Н.Д. Граевская. – М. : Медицина, 1993.
10. *Краснобокий Б. М.* Словник-довідник науковця-початківця : 2-е вид., випр. і доп. / Б.М. Краснобокий, К. М. Лемківський. – К. : НМЦВО, 2001. – 72 с.
11. *Круцевич Т.Ю.* Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания / Т.Ю. Круцевич. – К., 1999. – 240 с.
12. *Круцевич Т.Ю.* Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків, і молоді : [навч.посіб.] / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. – К., 2011. – 220 с.

13. *Круцевич Т.Ю.* Реакція у фізичній культурі різних груп населення : [навч. посіб.] / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. – К. Олімпійська література, 2010. – 248 с.
14. *Личко А.Е.* Подростковая психиатрия : [Руководство для врачей] / А.Е. Личко. – Ленинград : Медицина, 1979. – 336 с.
15. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина / за ред. В.В. Клапчука, Г.В. Дзяка. – К. : Здоров'я, 1995. – 312 с.
16. *Максименко С.Д.* Загальна психологія : навч.посіб. – Видання друге, перероблене та доповнене. – К. : Центр навчальної літератури, 2004. – 240 с.
17. *Мамуйлов В.Г.* Основы научно-литературной сработки в медицине / В.Г. Мамуйлов, В.С. Лучкевич. А.П. Румянцев и др. – СПб, 1996.
18. *Макрідіна Л.О.* Використання сучасних технологій у педагогічній діяльності. ТРВЗ – педагогіка / Л.О. Макрідіна // Початкова школа. – 1995. - № 7.
19. *Мухін В.М.* Фізична реабілітація / В.М. Мухін. – К., 2000 – 274 с.
20. *Носков С.М.* Реабилитация при заболеваниях сердца и суставов / С.М. Носков, В.А. Маргазин. – М. : Геотармедиа, 2010. – 625 с.
21. *Окороков А.Н.* Лечение болезней внутренних органов [в 4-х т.] / А.Н. Окороков. – Витебск : Белмедкнига, 2002.
22. *Пасиешвили Л.М.* Справочник по терапии с основами реабилитации / Л.М. Пасиешвили, А.А. Заздравнов. – Ростов : Феникс, 2009. – 413 с.
23. Педагогічні дослідження. Методологічні поради молодим науковцям. – К., 1995. – 45 с.
24. *Попов С.Н.* Лечебная физическая физкультура / С.Н. Попов. – М., 1998. – 380 с.
25. *Порада А.М.* Основи фізичної реабілітації / А.М. Порада, О.В. Солодовник, Н.Є. Прокопчук. – К. : Медицина, 2008. – 246 с.
26. *Присяжнюк С.І.* Фізичне виховання / С.І. Присяжнюк. – К., 2008. – 504 с.

27. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О. М. Степанов. – К. : Академвидав, 2006. – 424 с.
28. *Селевко Г.К.* Современные образовательные технологии : учеб. пособие / Г.К. Селевко. – М. : Народообразование, 1998.
29. *Селуянов В.Н.* Научная методическая деятельность : учебник / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина. – М., 2005. – 287.
30. *Сергієнко Л.П.* Тестування рухових здібностей школярів / Л.П. Сергієнко. – К., 2001. – 440 с.
31. *Симонов В.П.* Диагностика личности и профессионального мастерства преподавателя : учеб. пособ. для студ. педвузов, учителей и слушателей ФПК / В.П. Симонов. – М., 1995.
32. *Сіренко Р.Р.* Гігієнічні основи фізичного виховання студентів / Р.Р. Сіренко, А.Г. Киселевич, В.М. Стельникович, М. О. Сапронов : Навч. посіб. – Львів : Видав.центр ЛНУ імені Івана Франка, 2005. – 144 с.
33. *Страшко С.В.* Інфекційні хвороби, що набули соціального значення / С.В. Страшко, І.П. Кривич, В.Д. Чорненька, К.М. Флоренсова. – К. : Освіта України, 2006. – 55 с.
34. *Червяк П.І.* Медична енциклопедія. – Київ : Вид. центр “Просвіта”, 2001. – 1024 с.
35. *Шаповалова М.А.* Спортивна медицина і фізична реабілітація / В.А Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова та ін. – К. : Медицина, 2008. – 246 с.
36. *Шиян Б.М.* Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні і спорті : навч. посіб. / Б.М. Шиян, О.М. Вацеба. – Тернопіль : Навч. книга – Богдан, 2010. – 275 с.

Д о в і д к о в е в и д а н н я

**ТЛУМАЧНИЙ СЛОВНИК
ТЕРМІНІВ І ПОНЯТЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ТА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

Укладачі: СІРЕНКО Романа Романівна,

ПАВЛИШИН Оксана Федорівна,

САВКА Ірина Вячеславівна

Редактор *М. Коперсако*

Технічний редактор *С. Сенік*

Комп'ютерне верстання *Л. Семенович*


Обкладинка *В. Роган*

Підписано до друку 01.03.2018 р. Формат 60x84/16.

Папір офсетний. Гарнітура UkrainianSchoolBook.

Друк на різнографі. Умов.друк.арк.13.13.

Наклад 100 прим. Зам. № 36/03/18

<p><i>ПАЛІТУРНИК</i></p> 	<p>Колективне підприємство «Палітурник» Свідоцтво № 378675 від 17.12.1997р. м. Львів, вул. Руська, 20 т. (032) 235-58-78 e-mail: kp_palityrnik@ukr.net</p>
--	---