

Навчальна програма

Тема заходу БПР	Менеджмент хронічного болю
Вид заходу	Майстер-клас
Цільова аудиторія	Лікарські спеціальності. Спеціальності професіоналів у сфері охорони здоров'я. Спеціальності фахівців у сфері охорони здоров'я.
Мета заходу	Метою заходу є формування та вдосконалення професійних компетентностей медичних працівників шляхом представлення доказових підходів, сучасних методик і технологій оцінки, профілактики та лікування хронічного болю, а також оптимізації міждисциплінарної взаємодії у його менеджменті. Після завершення заходу учасники зможуть: – знати та розуміти сучасні концепції фізіології та патофізіології хронічного болю, принципи його класифікації та діагностичного підходу; – застосовувати інструменти оцінки інтенсивності та впливу болю на якість життя пацієнтів (шкали, опитувальники, клінічні алгоритми); – використовувати доказові фармакологічні та нефармакологічні методи контролю хронічного болю (включно з фізичною терапією, психологічними підходами, техніками самоконтролю); – впроваджувати міждисциплінарні стратегії ведення пацієнтів з хронічним болем та принципи індивідуалізації терапії; – оцінювати ризики розвитку ускладнень, пов'язаних із тривалим болем та знеболювальною терапією, і застосовувати заходи їх профілактики; – дотримуватися стандартів інфекційної безпеки та принципів безпечного використання медичних технологій, що застосовуються при менеджменті хронічного болю.
Перелік компетентностей, що набуваються або вдосконалюються	• Опанує сучасні знання щодо патофізіології, класифікації та оцінки хронічного болю. Учасник буде здатен: – пояснити основні механізми виникнення хронічного болю та відрізнити його від гострого; – класифікувати види хронічного болю та визначати ключові клінічні характеристики; – проводити оцінку інтенсивності болю, функціональних обмежень та впливу болю на якість життя; – використовувати стандартизовані шкали та опитувальники оцінки болю. • Оволодіє доказовими підходами до фармакологічного та нефармакологічного лікування хронічного болю. Учасник буде здатен: – обґрунтовувати вибір фармакотерапії з урахуванням типу болю та коморбідних станів; – визначати ризики, побічні ефекти та правила безпечного

	застосування анальгетиків; – застосовувати нефармакологічні методи (фізична терапія, когнітивно-поведінкові підходи, релаксаційні техніки); – формувати індивідуальний план лікування пацієнта з хронічним болем. • Сформує практичні навички міждисциплінарного ведення пацієнтів із хронічним болем. Учасник буде здатен: – взаємодіяти з фахівцями різних спеціальностей (неврологами, фізичними терапевтами, психологами) для комплексного менеджменту болю; – визначати необхідність направлення до спеціалістів вузького профілю; – координувати поетапний план реабілітації та моніторингу пацієнта; – проводити навчання пацієнтів принципам самоконтролю та модифікації способу життя. • Опанує методики профілактики загострень та корекції факторів, що підтримують хронічний біль. Учасник буде здатен: – ідентифікувати фактори ризику хронізації болю (стрес, фізична неактивність, порушення сну); – розробляти індивідуальні рекомендації щодо фізичної активності, ергономіки та поведінкових змін; – проводити профілактичні бесіди для зниження ризику рецидивів; – оцінювати ефективність та динаміку проведених профілактичних заходів. • Оволодіє базовими техніками безпечного застосування фізичних та мануальних методів у межах своєї компетенції. Учасник буде здатен: – оцінювати показання та протипоказання до фізичних методів впливу (тепло, холод, вправи, позиціонування); – використовувати техніки, що знижують больовий синдром і покращують мобільність; – рекомендувати домашні вправи та програми самодопомоги; – здійснювати первинний моніторинг ефективності обраних втручань. • Засвоїть стандарти інфекційної та процедурної безпеки під час виконання терапевтичних втручань, пов'язаних із менеджментом болю. Учасник буде здатен: – застосовувати принципи інфекційної безпеки під час маніпуляцій, перев'язок та фізіотерапевтичних процедур; – дотримуватися правил використання засобів індивідуального захисту; – виконувати дезінфекцію та правильну організацію робочого простору; – запобігати виникненню процедурних ускладнень та інфекцій.
Опис структури заходу	1. Вступ • Привітання учасників, знайомство (чат/опитування) та визначення рівня підготовки групи (онлайн-анкетування). • Ознайомлення з метою заходу, очікуваними результатами,

регламентом та організаційними питаннями.

- Короткий огляд актуальності проблеми болю після поранень у клінічній практиці.
- Роль мультидисциплінарної команди у виявленні, оцінці та менеджменті болю.
- Формування очікувань учасників щодо практичної користі навчання.

2. Теоретичний блок. Фізіологія та класифікація болю після поранень

- Основи фізіології болю: ноцицептивний, нейропатичний, змішаний біль.
- Механізми формування фантомного болю після ампутацій.
- Вплив вегетативної нервової системи на інтенсивність і перебіг больового синдрому.
- Клінічні маркери різних типів болю та їх значення для вибору тактики лікування.

Практична частина (онлайн-формат)

- Розбір стандартних клінічних ситуацій:
 - пацієнт після ампутації з фантомним болем;
 - пацієнт зі змішаним ноцицептивно-нейропатичним болем;
 - пацієнт із вираженим вегетативним компонентом болю.
- Обговорення симптомів, ключових скарг і помилок первинної оцінки.
- Інтерактивні запитання для закріплення матеріалу.

3. Теоретичний блок. Причини болю після поранень та алгоритм діагностики

- Основні причини збереження або хронізації болю після поранень.
- Диференціація больових синдромів у післятравматичному періоді.
- Алгоритм клінічної оцінки пацієнта з болем.
- Роль медичного персоналу у ранньому виявленні нейропатичного болю.

Практична частина (онлайн-формат)

- Використання опитувальника DN4 для оцінки нейропатичного болю.
- Визначення та пальпація тригерних точок.
- Базовий алгоритм оцінки пацієнта після ампутації (скарги, огляд, функціональний стан).
- Аналіз типових клінічних помилок.

4. Теоретичний блок. Мультиmodalний менеджмент болю

- Принципи мультиmodalного підходу до лікування болю.
- Поєднання медикаментозних та немедикаментозних методів.
- Психоемоційні фактори болю: тривога, порушення сну, ПТСР.
- Комунікація з пацієнтом, який має хронічний біль.

Практична частина (онлайн-формат)

- Формування індивідуального мультиmodalного плану лікування.
- Вибір немедикаментозних втручань (позиціонування, фізичні методи, релаксація).
- Робота з пацієнтом, що має біль, безсоння і тривожність (кейс-обговорення).

	• Командне обговорення клінічних сценаріїв. 5. Теоретичний блок. Фармакотерапія болю. • Основні групи препаратів для лікування болю. • Особливості лікування нейропатичного болю. • Переваги та обмеження різних фармакологічних стратегій. • Безпечне та відповідальне застосування опіоїдів. Практична частина (онлайн-формат) • Підбір препаратів при нейропатичному болю. • Ведення пацієнта з залишковим (резидуальним) болем. • Визначення показів до обмеженого застосування опіоїдів. • Розбір клінічних прикладів і типових ускладнень. 6. Теоретичний блок. Інтервенційні методи лікування болю. • Загальні принципи інтервенційного лікування болю. • Неврома як причина болю після ампутації. • Покази та обмеження до інтервенційних втручань. • Роль медичного персоналу у підготовці та супроводі пацієнта. Практична частина. • Алгоритм ведення пацієнта з підозрою на неврому. • Обговорення показів до інтервенційних методів. • Розбір клінічних випадків болю після ампутації. • Аналіз результатів втручань та подальшого спостереження. 7. Рефлексія та підведення підсумків, оцінювання набутих знань. • Обговорення ключових знань та практичних навичок. • Відповіді на запитання учасників. • Самооцінка готовності до застосування отриманих знань у практиці. • Підбиття підсумків та рекомендації для подальшого професійного розвитку.
Загальний обсяг навчального навантаження	8 академічних годин / 6 астрономічних годин
Форми організації та проведення заходу	• Онлайн форма навчання із синхронною участю тренерів та слухачів, забезпеченням можливості інтерактивного спілкування, демонстрації матеріалів та обговорення практичних ситуацій. • Майстер-клас у форматі онлайн-демонстрації сучасних методик оцінки інтенсивності болю, виявлення «червоних прапорців», технік нефармакологічної допомоги та основ фізичної активності при хронічному болю. • Інтерактивна презентація з розглядом теоретичних аспектів патофізіології хронічного болю, принципів фармакологічного та нефармакологічного лікування, підходів до довготривалого менеджменту та оцінки ефективності терапії. • Групові дискусії та онлайн-розбір клінічних випадків із застосуванням доказових підходів, аналізом варіантів лікування, вибором оптимальних стратегій та міждисциплінарних рішень. • Зворотний зв'язок та рефлексія, включаючи онлайн-оцінювання знань, аналіз практичних навичок, обговорення професійних труднощів та визначення індивідуальних шляхів удосконалення компетентностей.

Методи організації та проведення заходу	• Інтерактивна лекція – подача теоретичного матеріалу з патофізіології, класифікації та оцінки хронічного болю із застосуванням презентацій, клінічних прикладів, відео-ілюстрацій та елементів діалогу для підвищення залученості слухачів. • Майстер-клас – демонстрація сучасних методик оцінки болю (шкали, опитувальники), технік нефармакологічної допомоги (дихальні вправи, позиціонування, релаксаційні методи), базових підходів фізичної активності та самодопомоги з можливістю практичного відпрацювання. • Проблемно-орієнтоване навчання (PBL) – розгляд клінічних кейсів пацієнтів із різними видами хронічного болю (ноцицептивний, нейропатичний, змішаний), аналіз вибору стратегій лікування, визначення тактики міждисциплінарної взаємодії та обґрунтування прийнятих рішень. • Групові дискусії та обговорення клінічних ситуацій – спільний аналіз складних випадків, типових помилок у менеджменті хронічного болю, порівняння альтернативних підходів та формування оптимальних алгоритмів дій. • Рефлексія та підсумкове обговорення – узагальнення отриманих знань, обмін професійним досвідом між учасниками, відповіді на запитання, визначення зон подальшого розвитку компетентностей. • Навчальні тести та ситуаційні завдання – оцінювання засвоєння ключових понять, алгоритмів оцінки та менеджменту хронічного болю через тестування, клінічні задачі та міні-кейси.
Матеріально-технічне забезпечення освітнього заходу	• Комп'ютер або ноутбук з доступом до мережі Інтернет – для проведення онлайн-трансляції освітнього заходу, демонстрації презентацій, клінічних алгоритмів менеджменту хронічного болю, шкал оцінки болю та навчальних відеоматеріалів. • Платформа для відеоконференцій (Zoom, Microsoft Teams, Google Meet або аналогічна) – для інтерактивної взаємодії з учасниками, проведення опитувань, тестування, обговорення клінічних кейсів та забезпечення зворотного зв'язку в режимі реального часу. • Навчальні відеоматеріали – відеодемонстрації методів оцінки болю (VAS, NRS, DN4), принципів комунікації з пацієнтом із хронічним болем, прикладів мультимодального підходу та міждисциплінарної взаємодії. • Інтерактивні інструменти оцінки – електронні опитувальники та шкали оцінки болю (VAS, NRS, DN4, шкали якості життя), доступні у цифровому форматі для демонстрації та практичного використання. • Навчально-методичні матеріали – електронні презентації, клінічні протоколи, алгоритми менеджменту хронічного болю, чек-листи, рекомендації щодо фармакотерапії та немедикаментозних втручань, роздаткові матеріали у форматі PDF. • Тестові та оціночні матеріали – онлайн-тести, ситуаційні задачі, кейси для підсумкового контролю знань та оцінки клінічного мислення учасників. • Організоване навчальне середовище – робоче місце тренера, обладнане належним освітленням, аудіо- та відеотехнікою; учасники забезпечують власні робочі місця з можливістю

	повноцінної участі в онлайн-навчанні.
Форми підсумкового контролю	• Тестування – перевірка теоретичних знань учасників через онлайн-платформу з питань патофізіології та класифікації хронічного болю, причин його хронізації, методів оцінки болю, принципів мультимодального менеджменту, фармакотерапії (зокрема нейропатичного болю), немедикаментозних втручань та безпечного застосування анальгетиків; тестові завдання (10 питань, 100%), з яких не менше 8 правильних відповідей (80%) необхідні для успішного проходження. • Вирішення ситуаційних задач – аналіз змодельованих клінічних онлайн-сценаріїв, пов'язаних із хронічним болем: – пацієнт зі змішаним ноцицептивно-нейропатичним болем; – пацієнт із хронічним болем після травми або ампутації; – пацієнт з болем, тривогою та порушенням сну; – неефективність попередньої терапії або побічні реакції на лікування. Оцінюється здатність визначити тип болю, обрати алгоритм діагностики, сформулювати план лікування, визначити пріоритети допомоги та аргументувати клінічні рішення під час онлайн-обговорення. • Практично-демонстраційний блок – демонстрація через відеотрансляцію алгоритмів оцінки пацієнта з хронічним болем (збір скарг, використання шкал оцінки болю, опитувальника DN4, визначення тригерних точок), а також прикладів формування мультимодального плану лікування; учасники здійснюють аналіз і коментування дій у дистанційному форматі. • Симуляційна оцінка навичок – оцінювання здатності учасників діяти у змодельованих онлайн-клінічних ситуаціях хронічного болю через інтерактивні платформи та відеосесії з урахуванням: – правильності оцінки типу та інтенсивності болю; – обґрунтованого вибору медикаментозних і немедикаментозних втручань; – безпечного підходу до застосування анальгетиків (у т.ч. опіоїдів); – логіки клінічного мислення та дотримання алгоритмів менеджменту болю. • Рефлексія та самооцінка – обговорення учасниками власного рівня готовності до ведення пацієнтів із хронічним болем у щоденній клінічній практиці, аналіз типових помилок і складних клінічних ситуацій, оцінка впевненості у застосуванні мультимодального підходу та визначення напрямів подальшого професійного розвитку.