

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Волинський національний університет імені Лесі Українки**  
**Медичний факультет**  
**Кафедра фізичної терапії та ерготерапії**

**СИЛАБУС**  
**вибіркового освітнього компонента**

**ФІТОТЕРАПІЯ**

**підготовки бакалавра**

Силабус освітнього компонента «ФІТОТЕРАПІЯ» підготовки бакалавра.

**Розробник:** Струбіцька Наталія Юріївна, старший викладач кафедри фізичної терапії та ерготерапії ВНУ ім. Лесі Українки

**Погоджено**

Гарант

освітньо-професійної

програми:



(Індика С. Я.)

**Силабус освітнього компонента затверджено на засіданні кафедри фізичної терапії та ерготерапії**

протокол № 6 від 21 січня 2026 р.

Завідувач кафедри:



(Андрійчук О. Я.)

## I. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь	Характеристика освітнього компонента
Денна форма здобуття освіти	22 Охорона здоров'я 227 Терапія та реабілітація Фізична терапія, ерготерапія Бакалавр	Вибірковий
Кількість годин/кредитів 150/5		Рік навчання 3-й
ІНДЗ: немає		Семестр 5-й
		Лекції 10 год.
		Практичні 20 год.
		Самостійна робота 110 год.
		Консультації 10 год.
Мова навчання: українська		Форма контролю: залік

## II. Інформація про викладача

ППП – Струбіцька Наталія Юріївна

Посада – старший викладач кафедри фізичної терапії та ерготерапії.

Контактна інформація: (+3809678093335, [Strubitska.Natalia@vnu.edu.ua](mailto:Strubitska.Natalia@vnu.edu.ua))

Дні занять: заняття проводяться у відповідності до розкладу занять, який розміщений на сайті: <https://ps.vnu.edu.ua/cgi-bin/timetable.cgi>

## III. Опис освітнього компонента

### 1. Анотація курсу.

Силабус вибіркового освітнього компонента «Фітотерапія» складено з урахуванням можливості формування індивідуальної освітньої траєкторії здобувачів освіти першого бакалаврського рівня. ВОК «Фітотерапія» об'єднує оздоровлення, профілактику на лікування пацієнтів засобами використання лікарської рослинної сировини. Фітотерапія – це лікувально-профілактичне зовнішнє та внутрішнє застосування настоїв, відварів та настоек з лікарських рослин. Здобувачі освіти отримають знання про використання і дію лікарських рослин; біологічну дію препаратів, отриманих з лікарських рослин. Необхідними є знання про речовини первинного синтезу (вуглеводи, ліпіди, ферменти) та речовини вторинного синтезу (алкалоїди, глікозиди, гіркоти, пектини, сапоніти, стероїдні сапоніти, дубильні речовини, кумарини, леткі олії, фітонциди, крохмаль, жирні та ефірні олії, клітковина, смоли, рослинні гормони, вітаміни, мінеральні речовини). Фітотерапія як наука вивчає різні форми і способи застосування лікарських рослин: живі рослини та рослинні соки; настої і відвари як найпростіші водні витяжки; настойки як найдавніша форма спиртових витяжок; екстракти як рідкі концентровані або згущені витяжки з лікарської рослинної сировини; порошки рослинного походження; компреси; припарки. Для підвищення ефективності дії фітотерапії до них додають ароматичні та лікувальні речовини. Фізіологічна та лікувальна дія фітотерапії залежить від способу використання фітосировини. У даний навчальний курс включено комплексні засоби лікування засобами фітотерапії окремих хвороб: алергічні захворювання, тромбофлебіт, виразкова хвороба шлунку і дванадцятипалої кишки, гастрит, гіпертонічна хвороба, порушення серцевого ритму, грибкові захворювання шкіри, піхви, бронхіт,

пневмонія, сезонні гострі респіраторні захворювання, коліт, кровотечі, нефрит, уретрит, цистит, цукровий діабет. Зацікавити може адаптивна та тонізуюча дія рослин, багатих вітамінами та мікроелементами, роль вітамінів в обміні речовин організму та використання фітосировини при гіповітамінозах, авітамінозах і токсична дія вітамінів при гіпервітамінозах. Окремий напрямок фітотерапії – це використання лікарських рослин в системі раціонального харчування, застосування рослин як коректорів фізіологічних функцій, стимуляція м'язової активності лікарськими рослинами та значення вітамінів для оптимізації фізичної працездатності.

## 2. Мета і завдання освітнього компонента.

Метою вибіркового освітнього компонента «Фітотерапія» є ознайомлення здобувачів освіти з найпоширенішими лікарськими рослинними препаратами, які ростуть в Україні і поза її межами, і здавна використовуються в народній і науковій медицині. Формуванні у здобувачів освіти системних знань про лікувальні властивості лікарських рослин та набутті практичних навичок їх безпечного й обґрунтованого використання у комплексі реабілітаційних заходів. Курс спрямований на підвищення ефективності відновного лікування, профілактики ускладнень і покращення якості життя пацієнтів з урахуванням індивідуальних потреб та сучасних принципів доказової медицини. Особлива увага приділяється найбільш поширеним лікарським рослинам помірних широт, їх ботанічній та фармакологічній характеристиці; практичному застосуванню цих рослин у народній медицині та заходам безпечної поведінки з ними. Висвітлено питання застосування лікарських рослин при різних захворюваннях; загальні питання заготівлі, сушіння та їх зберігання; дозування і тривалість застосування препаратів з лікарських рослин; загальні відомості про діючі речовини.

Основним завданням курсу є формування уявлень про фітотерапію як допоміжний метод у комплексній реабілітації пацієнтів; вивчення лікарських рослин, що застосовуються для відновлення функцій опорно-рухового апарату, нервової, серцево-судинної та дихальної систем. Ознайомлення з механізмами впливу фітозасобів на процеси відновлення, регенерації та адаптації організму. Навчання принципам добору рослинних засобів з урахуванням реабілітаційного діагнозу та функціонального стану пацієнта. Формування знань щодо поєднання фітотерапії з фізичною терапією, масажем та іншими реабілітаційними втручаннями. Вивчення протипоказань, можливих взаємодій фітопрепаратів з медикаментозним лікуванням. Розвиток навичок безпечного застосування фітотерапії у різних періодах реабілітації. Формування відповідального та доказового підходу до використання фітотерапії у професійній діяльності фахівця з реабілітації.

## 3. Soft skills.

Застосування методів навчання у формуванні soft skills здобувачів при опрацюванні матеріалу вибіркового освітнього компоненту «Фітотерапія»

<b>Зміст soft skills</b>	<b>Методи навчання</b>
Критичне мислення	Робота в малих групах
Креативність	Моделювання ситуацій
Уміння приймати рішення	Симуляція – імітація реальних клінічних ситуацій або процедур
Когнітивна гнучкість	Створення проблемних ситуацій
Уміння працювати в команді	Дебати
Тайм менеджмент	Виконання індивідуальних завдань
Комунікабельність	Дискусія
Стресостійкість	Практикум
Самоменеджмент	Виконання індивідуальних завдань

#### 4. Структура вибіркового освітнього компонента

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практичні	Сам. роб.	Конс.	*Форма контролю/ Бали
<b>Змістовий модуль 1. Загальна фітотерапія</b>						
<b>Тема 1.</b> Історичні етапи становлення фітотерапії та її роль у комплексному лікуванні пацієнтів. Фармакодинамічні характеристики основних груп біологічно активних речовин лікарських рослин.	16	2	2	10	2	ДС/5
<b>Тема 2.</b> Нормативні вимоги та технологічні аспекти заготівлі, сушіння, первинної обробки й зберігання лікарської рослинної сировини. Особливості пакування, маркування та транспортування ЛРС.	16	2	2	10	2	Т /5
Разом за модулем 1	32	4	4	20	4	5
<b>Змістовий модуль 2. Спеціальна фітотерапія</b>						
<b>Тема 3.</b> Вітамінні та мінеральні засоби рослинного походження. Фітозасоби, що регулюють функціональний стан травної системи та метаболічні процеси.	40	2	6	30	2	РЗ/К/5
<b>Тема 4.</b> Фітотерапевтичні засоби, що впливають на функціональний стан кардіо-респіраторної системи. Фітозасоби, що модулюють систему крові та процеси гемопоезу.	40	2	6	30	2	РМГ/5
<b>Тема 5.</b> Лікарські рослинні засоби що впливають на функціональний стан нервової системи та опорно-руховий апарат.	38	2	4	30	2	ДС/5
Разом за модулем 2	118	6	16	90	6	5
<b>Всього годин / Балів</b>	<b>150</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>110</b>	<b>10</b>	<b>200 балів</b>

Форма контролю\*: ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач/кейсів, ІНДЗ/ІРС – індивідуальне завдання/індивідуальна робота здобувача освіти, РМГ – робота в малих групах, МКР/КР – модульна контрольна робота/ контрольна робота.

#### 5. Завдання для самостійного опрацювання

Самостійна робота здобувачів освіти – основний вид засвоєння навчального матеріалу. Під час самостійної роботи здобувач освіти опрацьовує теоретичний матеріал, виконує індивідуальні завдання, тощо. Самостійна робота здобувачів освіти оцінюється під час поточного контролю та підсумкового контролю.

Тема 1. Історичний розвиток фітотерапії та її значення у фізичній терапії. Роль рослинних засобів у відновному лікуванні, профілактиці ускладнень та підвищенні якості життя пацієнтів.

Тема 2. Фармакодинаміка біологічно активних речовин лікарських рослин у реабілітаційній практиці. Механізми дії флавоноїдів, сапонінів, ефірних олій, алкалоїдів при болю, запаленні та м'язовій дисфункції.

Тема 3. Нормативні вимоги до якості лікарської рослинної сировини у медичній та реабілітаційній практиці. Безпечність застосування ЛРС у роботі фізичного терапевта.

Тема 4. Технологія заготівлі, сушіння та зберігання лікарських рослин з урахуванням збереження терапевтичної ефективності. Вплив технологічних процесів на біологічну активність фітозасобів.

Тема 5. Вітамінні та мінеральні фітозасоби у відновленні після травм і захворювань. Значення рослинних джерел вітамінів і мікроелементів у регенерації тканин і відновленні обміну речовин.

Тема 6. Фітотерапія при функціональних порушеннях травної системи. Роль фітозасобів у покращенні травлення, всмоктування та енергетичного забезпечення організму.

Тема 7. Рослинні засоби у комплексній реабілітації пацієнтів із серцево-судинними захворюваннями. Застосування фітотерапії для покращення кровообігу, толерантності до фізичних навантажень.

Тема 8. Фітотерапевтичні засоби, що підтримують функцію дихальної системи під час фізичної терапії. Використання лікарських рослин у легеневій реабілітації.

Тема 9. Фітозасоби, що впливають на систему крові та гемопоєз у реабілітаційному процесі. Значення рослинних препаратів у профілактиці анемічних станів та відновленні працездатності.

Тема 10. Фітотерапія при захворюваннях нервової системи та опорно-рухового апарату. Рослинні засоби з протизапальною, знеболювальною, міорелаксуючою та седативною дією у фізичній терапії.

#### **IV. Політика оцінювання**

*Політика викладача щодо здобувача освіти* полягає в послідовному та цілеспрямованому здійсненні навчального процесу на засадах прозорості, доступності, наукової обґрунтованості, методичної доцільності та відповідальності учасників освітнього процесу.

Всі учасники освітнього процесу повинні дотримуватись вимог чинного законодавства України, Статуту і Правил внутрішнього розпорядку ВНУ імені Лесі Українки, загальноприйнятих моральних принципів, правил поведінки та корпоративної культури; підтримувати атмосферу доброзичливості, порядності та толерантності.

Вивчення вибіркового освітнього компонента передбачає постійну роботу здобувачів освіти на кожному занятті. Середовище під час проведення занять є творчим, дружнім, відкритим для конструктивної критики та дискусії. Здобувачі освіти не повинні спізнюватися на заняття, дотримуватись правил техніки безпеки, мати засоби індивідуального захисту та спецодяг.

До початку курсу необхідно встановити на мобільні пристрої або ноутбуки застосунки Microsoft Office 365 (Teams, Forms, One Note), зареєструватись на [платформі](#) дистанційного навчання ВНУ імені Лесі Українки для проходження тестування та роботу з доступними матеріалами курсу. Вхід для активації облікового запису відбувається через корпоративну пошту з доменом – @vnu.edu.ua.

Оцінювання здобувачів освіти здійснюється відповідно до [Положення](#) про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів вищої освіти спеціальностей «Медицина», «Фармація», «Стоматологія», «Терапія та реабілітація» Волинського національного університету імені Лесі Українки.

В освітньому процесі застосовується дві шкали оцінювання: багатобальна (200-бальна) шкала та 4- бальна шкала. Результати конвертуються із однієї шкали в іншу.

Оцінювання поточної успішності здійснюється на кожному занятті за 4-бальною

шкалою (5 – «відмінно», 4 – «добре», 3 – «задовільно», 2 – «незадовільно»).

– 5 («відмінно») – здобувач бездоганно засвоїв теоретичний матеріал теми заняття, демонструє глибокі і всебічні знання відповідної теми, основні положення наукових джерел, логічно мислить і формує відповідь, вільно використовує набуті теоретичні знання при аналізі практичного матеріалу, висловлює своє ставлення до тих чи інших проблем, демонструє високий рівень засвоєння практичних навичок;

– 4 («добре») – здобувач добре засвоїв теоретичний матеріал заняття, володіє основними аспектами з джерел, аргументовано викладає його; володіє практичними навичками, висловлює свої міркування з приводу тих чи інших проблем, але припускається певних неточностей і похибок у логіці викладу теоретичного змісту або при виконанні практичних навичок;

– 3 («задовільно») – здобувач в основному опанував теоретичними знаннями навчальної теми, орієнтується в рекомендованих джерелах, але непереконливо відповідає, плутає поняття, додаткові питання викликають у здобувача невпевненість або відсутність стабільних знань; відповідаючи на запитання практичного характеру, виявляє неточності у знаннях, не вміє оцінювати факти та явища, припускається помилок при виконанні практичних навичок;

– 2 («незадовільно») – здобувач не опанував навчальний матеріал теми, не знає наукових фактів, визначень, майже не орієнтується в джерелах, відсутнє наукове мислення, практичні навички не сформовані.

Оцінювання здійснюється згідно [Положення](#) про електронний журнал.

У разі переходу на дистанційне навчання викладання освітнього компоненту відбувається відповідно до [Положення](#) про дистанційне навчання та додаткових розпоряджень ректорату.

**Політика щодо академічної доброчесності.** Політика академічної доброчесності регламентується чинними законодавчими актами України та внутрішніми документами університету: [Кодексом академічної доброчесності ВНУ ім. Лесі Українки та Положенням про систему запобігання та виявлення академічного плагіату в науковій та навчальній діяльності здобувачів вищої освіти, докторантів, науково-педагогічних і наукових працівників Волинського національного університету імені Лесі Українки](#), які встановлюють загальні засади, цінності, принципи, настанови та правила етичної поведінки осіб, які навчаються в Університеті, якими вони повинні керуватися у своїй діяльності, а також забезпечують дотримання принципу нетерпимості до порушень академічної доброчесності та етики академічних взаємовідносин.

**Політика щодо дедлайнів та перекладання:** відвідування занять є обов'язковим компонентом процесу здобування освіти. У разі пропуску заняття здобувач освіти зобов'язаний його відпрацювати у повному обсязі за графіком відпрацювання згідно з [Положенням](#) про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів вищої освіти спеціальностей «Медицина», «Фармація», «Стоматологія», «Терапія та реабілітація» Волинського національного університету імені Лесі Українки.

У разі порушення дедлайнів виконання завдань, без поважних причин, робота може оцінюватися на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності).

**Можливість визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та інформальній освіті.** Визнання результатів навчання, здобутих шляхом формальної, неформальної та інформальної освіти, забезпечується відповідно до Порядку визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки Також здобувачі вищої освіти мають право на зарахування певної кількості балів, відповідно до [Положення](#) про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки

## **V. Підсумковий контроль**

Форма контролю – залік. Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється під час поточного контролю за результатами виконання тих видів робіт, які передбачені силабусом. Залік виставляється за результатами поточної роботи здобувача за умови, що здобувач виконав ті види навчальної роботи, які визначено цим силабусом. У випадку, якщо здобувач освіти не відвідував окремі аудиторні заняття (з поважних причин), на консультаціях він має право відпрацювати пропущені заняття та добрати ту кількість балів, яку було визначено на пропущені теми.

У дату складання заліку викладач записує у відомість суму балів, які здобувач освіти набрав під час поточної роботи (шкала від 0 до 200 балів).

У випадку, якщо здобувач набрав менше, ніж 120 бали, він складає залік під час ліквідації академічної заборгованості. Повторне складання заліку допускається не більше як два рази: один раз – викладачеві, другий – комісії, яку створює декан факультету.

Організація та порядок проведення підсумкового контролю відбувається у відповідності до [Положення](#) про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів вищої освіти спеціальностей «Медицина», «Фармація», «Стоматологія», «Терапія та реабілітація» Волинського національного університету імені Лесі Українки.

Терміни проведення підсумкового контролю, а також терміни ліквідації академічної заборгованості визначаються розкладом екзаменаційної сесії.

У відомості, індивідуальному навчальному плані (заліковій книжці) здобувача освіти записується підсумкова кількість балів підсумкового контролю.

Повторне складання підсумкового контролю допускається не більше як два рази: один раз – викладачеві, другий – комісії, яку створює декан факультету.

### **Питання для підсумкового контролю.**

1. Основні історичні етапи розвитку фітотерапії у світі та в Україні.
2. Роль фітотерапії в системі традиційної та доказової медицини.
3. Значення фітотерапії у комплексній реабілітації пацієнтів.
4. Поняття про біологічно активні речовини лікарських рослин.
5. Фармакодинаміка алкалоїдів та їх терапевтичне значення.
6. Глікозиди: класифікація та механізми дії.
7. Флавоноїди: основні фармакологічні ефекти та застосування.
8. Ефірні олії: властивості, дія та безпека використання.
9. Нормативно-правові вимоги до заготівлі лікарської рослинної сировини.
10. Оптимальні строки та правила заготівлі різних морфологічних частин рослин.
11. Основні методи сушіння лікарської рослинної сировини.
12. Вплив умов сушіння на якість та активність БАР.
13. Первинна обробка лікарської рослинної сировини.
14. Вимоги до умов зберігання лікарських рослинних засобів.
15. Особливості пакування та маркування лікарської рослинної сировини.
16. Правила транспортування лікарської рослинної сировини.
17. Вітаміни рослинного походження та їх біологічна роль.
18. Мінеральні речовини рослинного походження у фізичній терапії.
19. Фітозасоби, що стимулюють апетит та секрецію травних залоз.
20. Рослинні засоби з жовчогінною дією.
21. Фітотерапія при функціональних порушеннях шлунково-кишкового тракту.
22. Рослинні засоби з послаблювальною та в'яжучою дією.
23. Фітозасоби, що впливають на метаболізм вуглеводів і ліпідів.
24. Значення фітотерапії при метаболічному синдромі.
25. Рослинні засоби, що впливають на серцево-судинну систему.
26. Кардіотонічні лікарські рослини та механізм їх дії.
27. Фітотерапевтичні засоби з гіпотензивною дією.

28. Рослинні засоби для покращення коронарного кровообігу.
29. Фітотерапія при захворюваннях дихальної системи.
30. Відхаркувальні та протизапальні рослинні засоби.
31. Фітозасоби, що впливають на систему крові.
32. Рослинні засоби, що стимулюють гемопоез.
33. Фітотерапевтичні засоби з седативною дією.
34. Рослинні адаптогени та їх значення у реабілітації.
35. Фітозасоби, що покращують когнітивні функції.
36. Рослинні засоби при астеничних і стресових станах.
37. Фітотерапія при запальних захворюваннях опорно-рухового апарату.
38. Рослинні засоби з анагетичною та протизапальною дією.
39. Значення фітотерапії при дегенеративно-дистрофічних ураженнях суглобів.
40. Місце фітотерапії в комплексній фізичній терапії пацієнтів із хронічним больовим синдромом.

### Шкала оцінювання

Оцінка в балах	Лінгвістична оцінка
170–200	<b>Зараховано</b>
150–169	
140–149	
130–139	
120–129	
0–119	<b>Незараховано</b> (необхідне перескладання)

### VI. Рекомендована література та інтернет-ресурси

#### *Основна:*

2. Бензель Л. В. Лікарські рослини і фітотерапія (фітотерапевтична рецептура) Київ. ВСВ «Медицина», 2010. 400 с.
3. Гарник Т.П. Основи фармакогнозії і фітотерапії: навч. посіб. для студентів мед. ВНЗ III-IV рівня акредитації. Житомир: Рута, 2015. 446 с.
4. Гулько Р. М. Словник лікарських рослин світової медицини. Львів: Ліга-Прес. 2005. 506 с.
5. Державна фармакопея України. Київ: МОЗ України, останнє видання.
6. Кобзар А.Я. Фітотерапія. ВСВ «Медицина». Київ. 2025. 3-є вид. 311 с.
7. Курилко Л.М. Практикум з фітотерапії Київ. Здоров'я, 2000. 112 с.
8. Скибіцька М. Історія вивчення лікарських рослин в Україні [Електронний ресурс]. Праці наукового товариства ім. Шевченка. Екологічний збірник. – Львів. 2014. Т. 39. С.163–180. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pntsh\\_ek\\_2014\\_39\\_16](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pntsh_ek_2014_39_16).
9. Чекман І. С. Клінічна фітотерапія Київ : А.С.К.. 2003. 550 с.

#### *Додаткова:*

1. Bone K., Mills S. Principles and Practice of Phytotherapy: Modern Herbal Medicine / K. Bone, S. Mills. Edinburgh : Elsevier, 2013. 1056 с.

2. Mihai M. et al. European consumer and regulatory trends in medicinal plant food supplements and their functional properties: the road from farm to fork . Applied Sciences. 2025. Vol.15, №21.
3. Sheikh T.A., Malla M.M. Phytotherapeutic potential of traditional medicinal plants: a comprehensive review // Inventum Biologicum: An International Journal of Biological Research. 2024. Vol.4. №4.
4. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. Фізіотерапія: підручник. Київ. ВСВ «Медицина» 2011. 256 с.

*Інтернет-ресурси:*

1. [https://app.phytotherapydeskreference.com/?utm\\_source=chatgpt.com](https://app.phytotherapydeskreference.com/?utm_source=chatgpt.com)
2. <https://www.phytotherapy.vernadskyjournals.in.ua/archive/>
3. <https://www.usp.org/dietary-supplements-herbal-medicines/herbal-medicines>
4. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Fch\\_2021\\_1\\_20](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Fch_2021_1_20)