

*«Здоровье гораздо более
зависит от наших привычек
и питания, чем от
врачебного искусства»*

Джонн Леббок

Кифоз (др.-греч.
κίφος согнутый,
горбатый) — в общих
случаях
представляет собой
искривление
верхнего отдела
позвоночника..



Классификация

- **Кифоз врождённый** (k. congenita) — кифоз, обусловленный аномалией развития передних отделов тел позвонков
- **Кифоз генотипический** (k. genotypica) — наследственный кифоз, характеризующийся идентичной формой в нескольких поколениях; наследуется по доминантному типу
- **Кифоз компрессионный** (k. compressiva) — кифоз, обусловленный компрессионным переломом тел одного или нескольких позвонков с уменьшением их высоты в передних отделах



Классификация

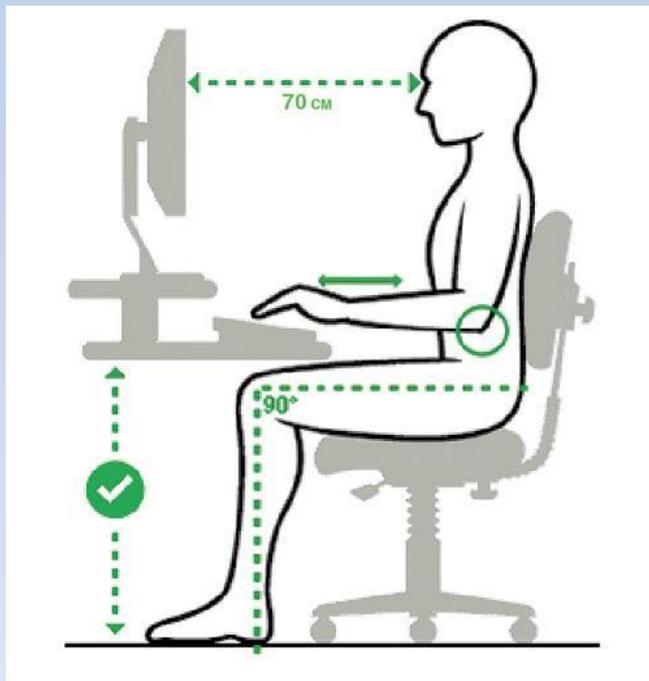
- **Кифоз мобильный** (k. mobilis) — кифоз, обусловленный слабостью мышц спины и привычным неправильным положением тела; поддается пассивной коррекции
- **Кифоз рахитический** (k. rhachitica; син. **горб рахитический**) — кифоз, развивающийся у детей второго полугодия жизни, больных [рахитом](#), вследствие слабости мышц и связок, а также мягкости тел позвонков
- **Кифоз старческий** (k. senilis; син. **горб старческий**) — кифоз грудного отдела позвоночника у престарелых людей, обусловленный возрастными дегенеративно-дистрофическими изменениями ткани межпозвоночных дисков и тел позвонков и ослаблением мышечного аппарата позвоночника

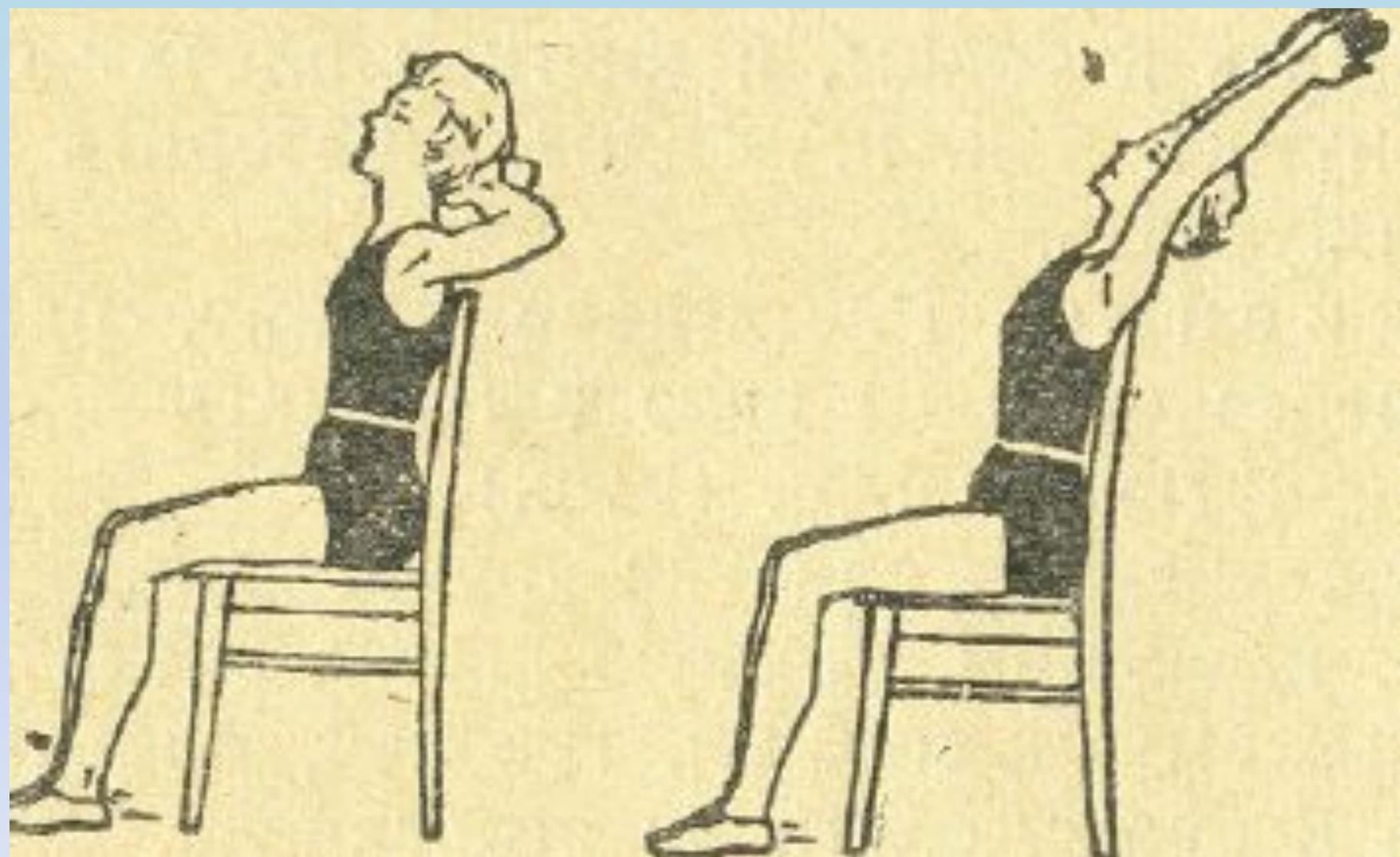
Классификация

- **Кифоз тотальный** (k. totalis) — дугообразный кифоз всего позвоночника; наблюдается при некоторых патологических процессах (например, при [болезни Бехтерева](#)),
- **Кифоз туберкулёзный** (k. tuberculosa) — кифоз при туберкулёзном спондилите, обусловленный разрушением тел позвонков и их компрессией
- **Кифоз угловой** (k. angularis) — кифоз, при котором выпуклость представляется в виде угла, обращенного вершиной кзади;
- **Кифоз физиологический** (k. physiologica) — формирующийся при нормальном развитии позвоночника умеренный кифоз грудного отдела

Рекомендации

Для того, чтобы сохранить правильную осанку необходимо систематически выполнять простые упражнения не зависимо от места положения и нахождения, как ребенка так и взрослого. Предлагаю следующие упражнения сидя на стуле





Источники и ресурсы сети Интернет

- <https://ru.wikipedia.org/wiki/%CA%E8%F4%E%E7>
- <https://ru.wikipedia.org/wiki/%CA%E8%F4%E%E7#/media/File:RadiografiaRXCifosisScheuermann70Grados.jpg>

Спасибо за внимание!