



ЛФК при сколиозе.

Подготовил презентацию:

Якакутов Владислав

Студент группы П-33

2015 г.

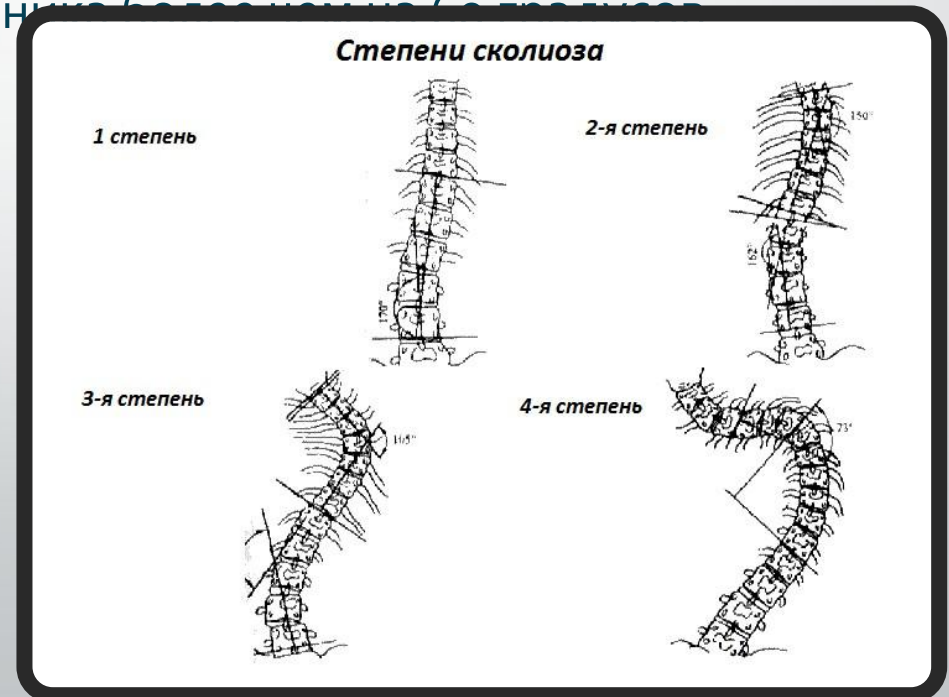
- **ЛФК при сколиозе – необходимое условие устранения всех симптомов данного заболевания. При заболевании происходит искривление позвоночного столба в боковых плоскостях. В медицине выделяют простые (неструктурные) и сложные (структурные) варианты недуга.**



Сущность заболевания и его виды

- **Неструктурная форма искривления подразумевает отсутствие грубых изменений позвонков позвоночного столба. Причиной может быть нарушение осанки, обусловленное рефлекторным напряжением мышц при возникновении болевых ощущений. При устранении причин, вызывающих такие искривления, позвоночник, как правило, восстанавливается.**
- **Структурные варианты искривлений бывают врожденными и приобретенными. Причиной возникновения этих изменений в позвоночнике человека могут быть травмы, опухоли, пороки развития, остеопороз. Помимо недугов и травм позвоночника, структурный вариант сколиоза способны вызывать заболевания и врожденные изменения мышц, такие как дистрофия, миопатия и другие. Способствуют развитию сколиоза нарушения метаболических процессов, происходящих в организме. К таким нарушениям относят рахит, нефрогенную остеопатию и т. д.**

- Основным фактором, определяющим картину недуга, является степень изменений в позвоночнике. В настоящий момент используется система оценки, разработанная В. Д. Чаклиным в 1958 году. Эта система выделяет несколько степеней искривления в зависимости от величины нарушений.
- Первая степень – искривление позвоночника составляет от 5 до 10 градусов.
- Вторая степень – наличие искривлений в пределах от 11 до 30 градусов.
- Третья степень характеризуется искривлениями от 31 до 60 градусов.
- Четвертая степень – искривление позвоночника более 60 градусов.



- Распознавание искривления позвоночника на ранних стадиях – важный фактор успеха в лечении. Системный подход к проведению лечебных мероприятий способен предупредить прогрессирование нарушений. Обследование при выявлении недуга осуществляется в положении сидя, стоя, лежа и при различных наклонах. При сколиозе у детей необходимо посетить педиатра, ортопеда, а также с врача, являющегося специалистом по лечебной физкультуре.
- При визуальном выявлении признаков сколиоза, как правило, проводят рентгенографию позвоночного столба в двух проекциях: лежа и стоя. Обследование не только позволяет выявить искривления позвоночника, но и дает возможность определить врожденные деформации. Величина искривлений измеряется по рентгеновским снимкам в положении стоя.

- Сколиоз является недугом опорно-двигательной системы человека, связанным с изменениями осанки. Изучением этого заболевания занимаются врачи-ортопеды. Специалисты данного направления медицины разрабатывают методики и способы лечения сколиозов различного типа. Выделяются оперативные и консервативные методы терапии. Чаще всего при выявлении сколиоза рекомендуют спать на жесткой поверхности, поверх которой следует положить тонкий тюфяк.
- **Начальные показания к проведению оперативного лечения могут изменяться. Они в полной мере зависят от возраста, в котором проявляются нарушения, и психологических проблем, возникающих в связи с недугом у больного. Помимо этого, на возможность использования хирургического вмешательства может влиять локализация искривления и его степень. Операция применяется медиками, если средства консервативной терапии не дали соответствующего результата.**
- При оперативных методах исправления искривлений используются специальные металлические стержни. При помощи них происходит обездвиживание отделов, в которых выявлены искривления. Оперативное вмешательство применяется в первую очередь при сильных искривлениях, которые невозможно исправить другими способами.

Лечебная гимнастика – эффективный метод терапии.

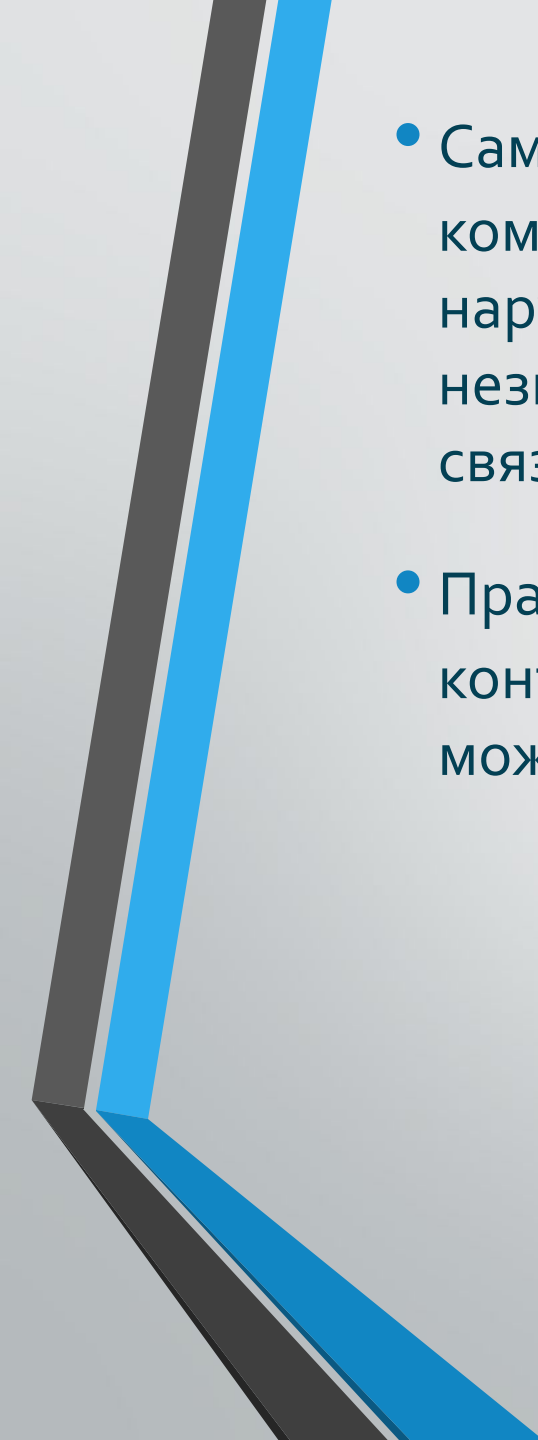
- Бескровное эффективное лечение искривлений позвоночного столба заключается в использовании специальной антисколиозной гимнастики и корсетотерапии. Лечебный комплекс состоит из трех этапов:
- мобилизации искривления позвоночного столба;
- проведения коррекции деформированного участка позвоночника;
- стабилизации позвоночника в достигнутом после проведения коррекции положении.
- Одним из наиболее распространенных методов исправления искривлений является лечебная физкультура при сколиозе. Гимнастика достаточно эффективно используется для устранения нарушений при развитии заболевания у детей. Наилучшие результаты физические упражнения дают при сколиозе 1 степени.

- Физкультура при сколиозе оказывает стабилизирующий эффект на позвоночный столб в целом и разные его отделы в частности. Положительно влияет лечебная гимнастика на мышечные структуры, окружающие позвоночник, укрепляя их, что подтверждается соответствующими видео. Физические упражнения позволяют добиваться корригирующего эффекта при воздействии на деформированный участок. Помимо этого, гимнастика улучшает осанку и дыхание. ЛФК при сколиозе можно применять на любом этапе развития недуга.
- Комплекс мероприятий при проведении консервативного лечения включает в себя лечебную гимнастику, упражнения на воде, массажный курс, коррекцию пространственного положения позвоночника, элементы спортивных занятий.

Особенности применения ЛФК

- Использование ЛФК при сколиозе зависит от степени искривления позвоночника. При заболевании первой, третьей и четвертой степеней физкультура используется для повышения устойчивости позвоночного столба, а при выявлении недуга второй степени упражнения нужна для корректировки деформаций. Комплекс лечебной гимнастики направлен на укрепление мышц, отвечающих за поддержание положения позвоночника и его выпрямление. Помимо этого, упражнения укрепляют группы косых мышц, квадратных мышц в области поясницы. Разработаны лечебные комплексы, которые обеспечивают выработку и укрепление осанки, развивают равновесия, балансировку и так далее.
- Комплекс рекомендуемых упражнений требуется выполнять регулярно, в невысоком темпе, с учетом рекомендаций специалиста, который занимается исправлением искривлений позвоночника. После выполнения физических упражнений нужно в течение 15-20 минут полежать на боку, чтобы дать организму отдохнуть.

- Лечебная физкультура может использоваться практически на всех этапах развития заболевания, однако максимального эффекта она позволит добиться на начальных стадиях сколиоза. Упражнения подбираются индивидуально для каждого больного и зависят от картины недуга. Комплекс должен формироваться исключительно специалистом в области лечебной физкультуры. Ни в коем случае нельзя заниматься исправлением искривлений позвоночника самостоятельно, так как это может усугубить течение недуга.
- Существуют две разновидности лечебной гимнастики: симметричная и асимметричная. Выбор комплекса упражнений для лечения и профилактики во многом зависит от степени развития недуга, его типа и динамики. ЛФК, как правило, позволяет стабилизировать деформирование позвоночника.

- 
- Самостоятельно выполнять разрешено только так называемый базовый комплекс упражнений, который рекомендуется при небольших нарушениях осанки. В этом случае на позвоночник оказывается незначительное воздействие, что дает возможность снизить риски, связанные с работой опорно-двигательной системы человека.
 - Правильность выполнения базового комплекса больной может контролировать самостоятельно, опираясь на фото и видео, которые можно найти на страницах специализированных сайтов.

КОНЕЦ

- Информация взята с сайта:
- <http://moisustav.ru/lechenie/lfk/pri-skolioze-detey-zaryadka.html>