

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ КІФОЗІ

Карабут Л.В., Єрьоменко Р.Ф.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна

karabutlara@gmail.com

Вступ. Кіфоз – це викривлення верхнього відділу хребта, один з типів порушення постави людини. При цьому виді порушень у людини виникає вигин назад у грудному відділі, формується грудний кіфоз, може бути як надбаним, так і спадковим. Клінічно це проявляється у вигляді синдрому «круглої спини» (сутулість; у складніших випадках – горбатість). При цьому положенні плечі пацієнта нахилені допереду і донизу, виникають постійні болі у спині, що посилюються при незначних рухах, грудна клітка звужується, діафрагма опускається донизу, м'язи черевного преса ослаблені, верхня частина тулуба нахилена вперед. Тривалий перебіг кіфозу призводить до появи клиноподібної деформації хребців та руйнування міжхребцевих хрящів. Також з часом, виявляється розтягнення м'язів спини та порушення їх функції, при прогресуванні патології – зміна анатомічної будови грудної порожнини, порушення діяльності міжреберних м'язів, обмеження дихальної функції легень.

Мета. Навести методи фізичної терапії, які протидіють змінам при кіфозі та попереджують виникнення ускладнень патології.

Матеріали та методи. Для усіх пацієнтів з кіфозом необхідно розпочати корекцію постави. На початку змін складно визначити порушення постави, так як організм «включає» захисний рефлекторний механізм і деформацію не визначається зовні. Прогресування захворювання полягає у збільшенні дуги викривлення і формування горба. Особливо небезпечним є кіфоз для дітей: формується неправильна постава, тіло постійно нахилене вперед, виникає постійний біль в положенні сидячі, оніміння верхніх кінцівок, особливо кистей, зміна зовнішнього вигляду, формування порушень серцево-судинної та легеневої систем. Фахівці з фізичної терапії проводять професійну діагностику змін, складають для кожного пацієнта програму реабілітації, призначають методики фізичної терапії, завдяки виконанню яких усуваються порушення. На ранніх стадіях корекція кіфозу проходить без ускладнень, але потребує систематичності та правильності виконання вправ, під контролем фахівця з фізичної терапії, попереджає необхідність хірургічного лікування кіфозу.

Результати та їх обговорення. Комплекси вправ при кіфозі рекомендуються передуються з витягування хребта. Витягування хребта являє собою спеціальну лікувальну техніку, за допомогою якої відстань між хребцями збільшується, надаючи можливість затиснутим нервовим закінченням звільнитися. Фактично одразу людина відчуває послаблення болю в спині та нормалізує поставу.

Висновки. Слід не допускати формування значних змін постави та своєчасно звертатись до фахівців з фізичної терапії, запобігти захворюванню легше, ніж його лікувати.