

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ІПОТЕРАПІЇ ТА ТРАДИЦІЙНИХ МЕТОДІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ ПОСТАВИ

Сімошенко Д. І., Галашко В. В.

*Національний фармацевтичний університет,
м. Харків, Україна*

simosenkodima@gmail.com

Вступ. порушення постави є однією з нагальних проблем дитячої ортопедії. Її можна діагностувати у значної частини підростаючого покоління. За даними світової статистики, з порушеннями постави стикається близько 30-40% дітей шкільного віку, що може призводити до серйозних наслідків для їхнього фізичного та емоційного здоров'я. Отже, вирішення цієї проблеми засобами фізичної реабілітації вбачається актуальним. Традиційні методи фізичної терапії, такі як, лікувальна гімнастика, лікувальний масаж, гідрокінезотерапія, тощо, зарекомендували себе як ефективні засоби для корекції порушень постави.

Однак, незважаючи на свою ефективність, ці методи можуть мати обмеження, зокрема у залученні дітей до процесу лікування і підтримки їхньої мотивації. Ефективним засобом для усунення цих обмежень може бути іпотерапія (лікування верховою їздою). Цей метод привертає увагу як новітній підхід до реабілітації, що має широкий спектр переваг. Іпотерапія поєднує фізичну активність із емоційною взаємодією з конем, що може значно покращити мотивацію дітей, зацікавленість у заняттях та загальний емоційний стан. Це особливо важливо для дітей із порушеннями постави, які можуть відчувати страх або дискомфорт під час традиційних занять лікувальною гімнастикою. У своєму дослідженні ми поставили ціль порівняти ефективність іпотерапії з традиційними методами фізичної терапії та віднайти можливість інтеграції цих двох підходів у комплексну реабілітацію. На наш погляд, поєднання різних терапевтичних методів надасть змогу забезпечити більш оптимальні умови для розвитку дітей із порушеннями постави та може мати довготривалий позитивний вплив на їхнє фізичне, емоційне та соціальне благополуччя.

Мета. Метою даного дослідження є оцінка та порівняння впливу іпотерапії та традиційних методів фізичної терапії на покращення постави та загальну якість життя дітей із порушеннями постави.

Матеріали та методи. Дослідження наукової літератури, спостереження, порівняльний аналіз і синтез. Дослідження базується на аналізі наукових публікацій та літератури, що стосуються ефективності іпотерапії та традиційних методів фізичної терапії для дітей із порушеннями постави. Також нами зроблено оцінку різних підходів, вивчено їх переваги та недоліки.

Результати та їх обговорення. Аналіз наукових джерел та результати клінічних досліджень різних авторів показав, що і традиційні методи фізичної терапії і іпотерапія, можуть бути ефективними у лікуванні порушень постави у дітей. Але між ними є різниця як результатів, так і механізмів впливу. Дослідження провідних спеціалістів свідчать, що іпотерапія сприяє покращенню

постави завдяки унікальному впливу рухів коня на м'язи і нервову систему дитини. Під час верхової їзди відбувається активна робота м'язів спини, що призводить до зміцнення м'язового корсету та покращення координації. Спираючись на дослідження Абдель-азіема та співавторів [<https://www.mdpi.com/2227-9067/9/1/23>, 2021], діти, які проходили курс іпотерапії, продемонстрували статистично значуще зменшення кутів викривлення хребта. Традиційні методи фізичної терапії, такі як лікувальна гімнастика та масаж, також продемонстрували значні позитивні результати. Багато клінічних досліджень показали, що регулярні заняття ведуть до покращення м'язового тону та загального функціонального стану дітей із порушеннями постави.

Порівняння обох методів виявило, що іпотерапія забезпечує більш виражені покращення у трьох основних аспектах:

- Фізичний аспект: зменшення болю в спині, покращення постави та підвищення м'язової сили.
- Емоційний аспект: висока мотивація до заняття, покращення самооцінки та соціальної адаптації.
- Соціальний аспект: збільшення активності в спілкуванні з однолітками та дорослими.

У той же час, традиційні методи продемонстрували стабільні результати в покращенні фізичних параметрів, але менш виражений вплив на емоційний стан дітей. Необхідно зазначити, що досліджень у цій сфері ще недостатньо. Це зумовило малу вибірку результатів та обмежило кількість порівнянь. Піднята нами тема потребує більш довгострокового спостереження.

Висновки. Використання іпотерапії продемонструвало високу ефективність у реабілітації дітей із порушеннями постави. Вона не лише покращує фізичний стан, зменшуючи викривлення хребта та болі в спині, а й позитивно впливає на емоційний та соціальний розвиток. Завдяки унікальному взаємозв'язку між дитиною та конем, іпотерапія сприяє формуванню довіри, зменшує тривожність і підвищує самооцінку, що є критично важливими аспектами для дітей.

Традиційні методи фізичної терапії, такі як масаж та коригувальні вправи, також є важливими складовими реабілітаційного процесу. Вони ефективні в зміцненні м'язів, поліпшенні рухливості та формуванні правильної постави. Проте, вони часто не забезпечують такого рівня мотивації та залучення, як іпотерапія.

На основі отриманих даних можна зробити висновок, що комбінування іпотерапії з традиційними методами фізичної терапії може забезпечити більш комплексний підхід до лікування дітей із порушеннями постави. Такий підхід дозволить врахувати як фізичні, так і емоційні потреби дітей, що може привести до кращих результатів реабілітації.

Подальші дослідження в цій області є необхідними для більш глибокого розуміння довгострокових ефектів іпотерапії та можливостей її інтеграції в традиційні програми реабілітації.

Ключові слова: іпотерапія, лікувальна гімнастика, порушення постави, реабілітація, якість життя, психоемоційний стан.