ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ НА НАРУШЕНИЕ ОСАНКИ У СТУДЕНТОВ.

А.Г. Истомин, А.С. Сушецкая, А.А. Калюжка

Харьковский национальный медицинский университет

г. Харьков

Нарушения осанки – это часто встречаемая группа заболеваний опорно-двигательного аппарата у студентов. Они являются предпосылкой для раннего развития дегенеративно-дистрофических заболеваний позвоночника. Разработка и внедрение эффективных схем физической реабилитации является актуальной проблемой современной медицины.

Целью исследования было выявление частоты встречаемости различных нарушений осанки среди студентов и оценка влияния физической реабилитации на течение заболевания.

Материал и методы исследования: при медицинском осмотре 200 студентов, который был проведен на базе КЗОЗ «Харьковская городская студенческая больница» в течение 2-х лет было выявлено 38 (19%) человек с различными нарушениями осанки, что и составило основную группу наблюдения. Средний возраст пациентов – от 17 до 20 лет, соотношение мужчин и женщин составило 1:9. Контрольной служила группа студентов, не имеющих патологии со стороны опорно-двигательной системы. Основной жалобой были боли в спине разной локализации, которые отмечались у 15 человек (39,5%). При объективном осмотре была выявлена кифотическая осанка у 12 человек (32,5%), сколиотическая осанка – у 17 человек (45%), а кифолордотическая у 1 человека (2,6%). Сколиотическая болезнь определялась у 8 человек (18%). Сколиоз I степени диагностирован у 6 пациентов (15%), а II степени – у 2-х (5%). Всем обследуемым проводили тест Адамса и рентгенографическое исследование позвоночника.

Был разработан лечебно-реабилитационный комплекс, состоявший из физических упражнений, лечебного плавания в бассейне, электростимуляции мышц спины и массажа, который проводили 3 раза в год. Курс лечения состоял из 10 ежедневных процедур.

Реабилитация была эффективной, о чем свидететельствуют результаты повторного осмотра: кифотическая осанка – у 7 человек (18.4%), сколиотическая осанка – у 11 человек (28%). Кроме того болевой синдром отсутствовал у 9 человек, а у 15,7% сохранялись незначительные боли.

Таким образом, разработанный лечебно-реабилитационный комплекс обоснован и показан пациентам с различными нарушениями осанки. Его применение уменьшает болевой синдром, способствует укреплению мышечного каркаса спины и формированию правильной осанки, что улучшает качество жизни данной категории пациентов.