**СРАВНЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ КИНЕЗИОТЕРАПИИ И АРТРОСКОПИЧЕСКОЙ ПАРЦИАЛЬНОЙ МЕНИСКЭКТОМИИ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ДЕГЕНЕРАТИВНЫХ ПОВРЕЖДЕНИЙ МЕНИСКА КОЛЕННОГО СУСТАВА**

Лебедь Р.И., Рац С.Н., Касатка О.В.

«Украинская спортивная клиника»

Харьковский национальный медицинский университет

**Ключевые слова:** дегенеративные повреждения менисков коленного сустава, физическая реабилитация, артроскопическая парциальная менискэктомия.

**Актуальность проблемы**: дегенеративные повреждения менисков часто встречаются в общей популяции и их распространенность увеличивается с возрастом, варьируясь от 16% у женщин 50–59 лет до более 50% у мужчин в возрасте 70–90 лет. Эти эпидемиологические данные указывают на высокую распространённость дегенеративных повреждений мениска среди населения, которые связаны с нормальными возрастными изменениями.

**Цель** **исследования:** оценка эффективности лечения дегенеративных повреждений мениска коленного сустава при использовании физической терапии.

**Материалы и методы:** клинические (осмотр, пальпация, функциональные тесты, оценка ROM, оценка по ВАШ боли), инструменты визуализации (МРТ), оценка эффективности лечения (опросник IKDC ).

**Ход исследования:** в исследовании приняли участие 25 пациентов (13 женщин и 12 мужчин, средний возраст 52 ± 6,2 года), которые были распределены на две группы. I группа- физической терапии (ФР) – 14 человек, II группа - артроскопическая парциальная менискэктомия (АПМ) – 11 человек. Группа ФР выполняла комплексы упражнений для увеличения амплитуды движений коленного сустава, увеличения силы мышц бедра, улучшения нейромышечного контроля движений, общеразвивающие упражнения. II группе проведено монотерапию - артроскопическая парциальная менискэктомия.

**Результаты**: Через 3-х месячный период наблюдений, функция коленного сустава в группе АПМ улучшилась на 22.6 балла по опроснику IKDC (с 43.1 до 65.7), в группе ФР на 24.7 балла (с 42.6 до 67.3). Общая разница полученных результатов между группами составила 2.1 балла.

**Выводы**: Среди пациентов с необструктивными дегенеративными повреждениями мениска коленного сустава физическая терапия не уступала в эффективности артроскопической парциальной менискэктомии в течение 3-х месячного периода наблюдений. Физическую реабилитацию можно считать альтернативой хирургического лечения. Основываясь на полученных данных, целесообразно провести дополнительные исследования на большей выборке пациентов.