

С 16 по 17 мая 2012 года в Москве в Российском государственном университете физической культуры, спорта, молодежи и туризма прошла Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием «125 лет со дня рождения И.М. Саркизова-Серазини: путь от реабилитации до спортивных рекордов. Достижения и перспективы отечественной лечебной физической культуры».

16 мая 2012г в рамках данной конференции Врач лечебной физкультуры Пугачёва Н. В. выступила с докладом на тему «*Программа корригирующих упражнений в комплексном лечении сколиоза у детей*»

Тезисы доклада:

КОРРИГИРУЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ В КОМПЛЕКСНОМ ЛЕЧЕНИИ ИДИОПАТИЧЕСКОГО СКОЛИОЗА У ДЕТЕЙ

Пугачёва Н.В.

*Государственное Учреждение Здравоохранения
Санкт-Петербургский Восстановительный Центр Детской Ортопедии и Травматологии
«Огонёк»*

Ключевые слова: Идиопатический сколиоз, консервативное лечение, гимнастика Катарини Шрот, Х.Р.Вайсса, постуральная трёхплоскостная коррекция тела, деротационное асимметричное дыхание, корсет Шено.

Абстракт. На базе клиники Центра в комплекс консервативного лечения детей с идиопатическим сколиозом введена программа корригирующих упражнений по методике Катарини Шрот, доктора Х.Р. Вайсса (Германия). Для оценки эффективности данной методики проанализированы результаты лечения у 21 пациента, которые находились в клинике Центра в течение шести недель и получали комплексную программу консервативного лечения. Исходное состояние опорно-двигательного аппарата у пациентов, а также оценка эффективности терапии осуществлялась при помощи инструментальных методов обследования: поверхностной оптической топографии (КОТ), поверхностной электромиографии паравerteбральных мышц (ЭМГ), стабилотрии. По результатам клинко-инструментальных исследований был сделан вывод, что применение программы корригирующей гимнастики по методике Шрот - Вайсса для детей с идиопатическим сколиозом повышает эффективность комплексного лечения и должна быть включена в комплекс лечения детей со сколиозом при деформации позвоночного столба более 15° по Коббу.

Keywords: Idiopathic scoliosis, conservative treatment of idiopathic scoliosis Schroth method, H. R. Weiss' «Best Practice», postural 3-D correction, asymmetric rotational breathing, Chêneau braces.

Abstract. The program of special corrective exercises according to Schroth method in H. R. Weiss' modification was put in multimodality conservative therapy of idiopathic scoliosis in the clinic of our center. For effectiveness of treatment to be evaluated 21 patients were joined into a group. They were treated with a six weeks program. Initial conditions of musculoskeletal system and effectiveness of therapy were evaluated with instrumental diagnostic techniques: computer optical topography, electromyography of paravertebral muscles and stabilometry. According to the data of clinical investigation and instrumental testing the Schroth program of therapeutic exercises modified by H.-R.Weiss' improves effectiveness of therapy in children with idiopathic scoliosis.

Введение. Программы лечебной гимнастики, применяемые в отечественной медицине, направлены в основном на укрепление мышечного корсета пациента и достаточно эффективны при сколиотической деформации позвоночника до 15° по Коббу. Дальнейшее прогрессирование

патологического процесса у таких пациентов приводит к более выраженным изменениям позвоночного столба и тела в трёх плоскостях, нарушению функции дыхания, постуральному дисбалансу мышц туловища [1], и требует более дифференцированного подхода в выборе коррекционных средств лечебной гимнастики. Одна из методик лечебной гимнастики, основанная на трёхплоскостной коррекции позвоночника, поддержании постурального баланса туловища, с использованием специальных корригирующих дыхательных упражнений была предложена Катариной Шрот и детально описана Christa Lehnert-Schroth в 1986г [2], дополнена Хансом Рудольфом Вайссом (Hans-Rudolf Weiss) в 2010г [3]. В отечественной медицине нет опыта применения данной программы в лечении сколиоза у детей. Для оценки эффективности данной методики на базе клиники Центра с 2010г в комплексное лечение детей со сколиозом включена программа упражнений «Best Practice» Hans-Rudolf Weiss.

Цель исследования: Оценить эффективность программы лечебной гимнастики «Best Practice» (Hans-Rudolf Weiss, Germany) в комплексном лечении детей со сколиозом в условиях клиники Центра.

Материалы и методы: Для этой цели была сформирована лечебная группа из 21 пациента со сколиозом, в возрасте от 13 до 15 лет. Среднее значение угла Кобба в данной группе составило 33°. Пациенты находились в клинике в течении 6 недель. Программа корригирующих дыхательных упражнений проводилась в структуре комплексного лечения, включающее ортезирование корсетом Шено, лечебный массаж, лечебное плавание, физиотерапевтические и общеукрепляющие процедуры.

В программу корригирующих упражнений входили: симметричные упражнения для коррекции сагиттального профиля в ходьбе, сидя, стоя; трёхплоскостная коррекция туловища с использованием деротационного асимметричного дыхания, стоя лицом к зеркалу; коррекционные упражнения сидя, стоя с наклоном в сторону с асимметричным дыханием; поддержание корригированного положения тела в течении дня (в ходьбе, сидя, стоя, лёжа).

Эффективность лечения оценивалась инструментальными методами обследования: компьютерная оптическая топография (КОТ), электромиография паравертебральных мышц спины (ЭМГ), стабилметрия.

Результаты: С помощью КОТ оценивались следующие показатели [4]:

1. Латеральная дуга позвоночного столба в градусах. Исходный уровень показателя составил в среднем по группе 30, после лечения — 18. Эффективность лечения составила — 12.
2. Угол ротации позвонков на вершине дуги в градусах. Исходный уровень показателя составил в среднем 12, после лечения — 7. Эффективность лечения — 5.
3. Наклон туловища во фронтальной плоскости. До лечения уровень показателя в среднем по группе составил 2,2. После лечения наклон туловища у 17 человек (89%) не превышал 0,7.

По стабилметрии оценивался параметр опоропредпочтение. До лечения в исследуемой группе опоропредпочтение на правую ногу наблюдалось у 13 пациентов (62%), на левую - у 8 (38%). После лечения у 16 пациентов (76%) стопы нагружались симметрично, у 5 пациентов (24%) сохранялось опоропредпочтение на правую ногу, но стало менее выраженным.

С помощью ЭМГ оценивался коэффициент асимметрии (КА) биоэлектрической активности паравертебральных мышц на выпуклой стороне дуги к таковой на вогнутой.

До лечения у 18 пациентов (86%) КА составлял в среднем 30%, у 3 пациентов (14%) КА был в пределах 10%. После проведённого лечения у 11 пациентов (52%) КА был в пределах 20%, у 10 пациентов (48%) КА - стал менее 10%.

Выводы: Таким образом, учитывая объективные данные инструментального обследования, оказалось, что применение программы специальных корригирующих упражнений по методике Schroth H. R. Weiss' «Best Practice» существенно повышает эффективность комплексного лечения у детей со сколиозом.

Литература:

[1] Дудин М.Г., Пинчук Д.Ю. «Идиопатический сколиоз: диагностика, патогенез». С-Пб. 2009-Изд-во «Человек», - 336с.

[2] Christa Lehnert-Schroth. Three-Dimensional Treatment for Scoliosis: A Physiotherapeutic Method for Deformities of the Spine. Copyright 2007 The Martindale Press Palo Alto, California.

[3] Hans-Rudolf Weiss «Best Practice» in Conservative Scoliosis Care. 2010, Bad Sobernheim.