

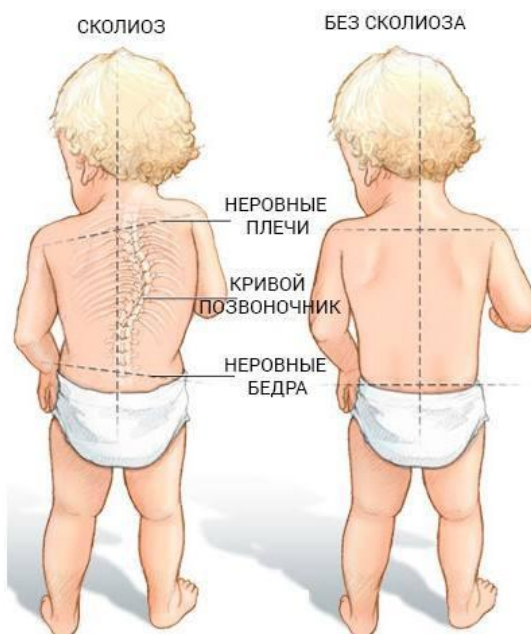
Заочная консультация «Сколиоз у ребенка: инструкция для родителей»

Как определить, что у ребенка сколиоз?

Сколиоз — это деформация позвоночника в фронтальной плоскости, то есть искривление влево или вправо относительно своей оси. Наиболее надежный метод диагностики на дому очень прост: необходимо регулярно осматривать ребенка. Попросите его раздеться по пояс и наклониться вперед, а затем проведите осмотр и пальпацию (прощупывание) остистых отростков (наиболее выступающих костных структур позвоночника, которые видны под кожей). Если их расположение визуальное или на ощупь не соответствует прямой линии, необходимо как можно скорее обратиться к врачу — травматологу-ортопеду для дальнейшей диагностики и лечения.

Кроме того, стоит обратить внимание и на другие признаки. Попросите ребенка встать к вам спиной, опустить руки вдоль туловища и принять привычную естественную позу. Поводом для беспокойства и обращения к специалисту является обнаружение даже одного признака из далее перечисленных:

- лопатки асимметричны, одна выпирает назад;
- одно плечо выше другого;
- расстояние от руки до талии с одной стороны больше, чем с другой;
- перекошен таз.



Последствия сколиоза далеко не безобидны:

- деформации позвоночного столба;
- защемление нервных окончаний и спазм мышц, находящихся возле позвоночника;
- асимметрия таза;
- дисфункции внутренних органов могут стать причиной головных болей, сердечных болей, тахикардии, легочной недостаточности и т. д.;
- расстройства пищеварительной системы;
- расстройства дыхательной системы;
- расстройства мочеполовой системы и др.

Методы лечения сколиоза

При незначительных деформациях широко применяются различные техники консервативного лечения. Они позволяют эффективно контролировать прогрессирование сколиоза, а в некоторых случаях могут приводить и к незначительной коррекции. Консервативная терапия включает в себя целый комплекс мер: корсетное лечение, выполнение гимнастических программ с целью укрепления и поддержания надлежащего тонуса мышц (при необходимости с уклоном на асимметричное развитие мускулатуры), специализированные дыхательные техники.

Следующие методы лечения и профилактики сколиоза у детей (особенно в совокупности) дают хорошие результаты.

Массаж

При сколиозе массаж помогает избавиться от напряжения в мышцах, отрегулировать мышечный тонус, восстановить нормальное кровоснабжение и питание мышц. Это помогает вернуть позвоночнику естественную линию.



Плавание

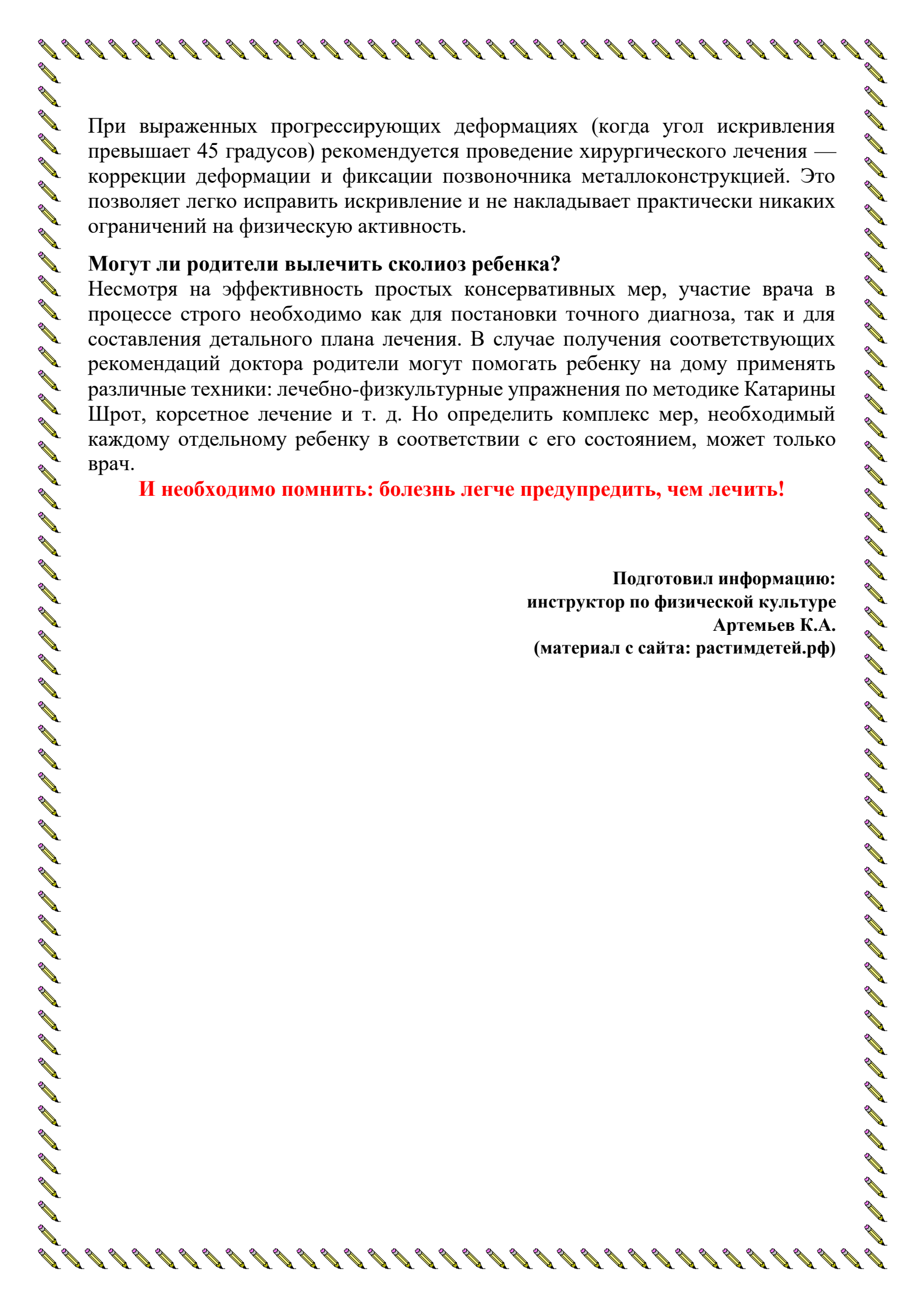
Это отличный способ как лечения, так и профилактики сколиоза у ребенка. Занятия в воде способствуют укреплению мышечного корсета, который и помогает позвоночнику вернуться в правильное положение.



Зарядка

Ежедневные упражнения — это не просто полезная привычка, а сохранение здоровья человека на долгие годы. При сколиозе ребенку следует выполнять особые упражнения, рекомендованные специалистом, а родителям — показать малышу

личный пример.



При выраженных прогрессирующих деформациях (когда угол искривления превышает 45 градусов) рекомендуется проведение хирургического лечения — коррекции деформации и фиксации позвоночника металлоконструкцией. Это позволяет легко исправить искривление и не накладывает практически никаких ограничений на физическую активность.

Могут ли родители вылечить сколиоз ребенка?

Несмотря на эффективность простых консервативных мер, участие врача в процессе строго необходимо как для постановки точного диагноза, так и для составления детального плана лечения. В случае получения соответствующих рекомендаций доктора родители могут помогать ребенку на дому применять различные техники: лечебно-физкультурные упражнения по методике Катарини Шрот, корсетное лечение и т. д. Но определить комплекс мер, необходимый каждому отдельному ребенку в соответствии с его состоянием, может только врач.

И необходимо помнить: болезнь легче предупредить, чем лечить!

Подготовил информацию:
инструктор по физической культуре
Артемьев К.А.
(материал с сайта: растимдетей.рф)