

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Тези

**77-ї наукової конференції професорів,
викладачів, наукових працівників,
аспірантів та студентів університету**

ТОМ 2

16 травня – 22 травня 2025 р.

ЕФЕКТИВНІСТЬ СУЧАСНИХ МЕТОДІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ІДІОПАТИЧНОМУ СКОЛІОЗІ У ПІДЛІТКІВ

На даний час на хвороби хребта страждає значна частина населення всієї планети. Сколіоз вважається найпоширенішою патологією хребта, в результаті розвитку якої порушується нормальна постава та, як наслідок, розвиваються порушення функцій внутрішніх органів, погіршується кардіореспіраторна адаптація. Найчастіше деформації відбуваються в період бурхливого зростання, в підлітковому віці. Міжнародне товариство з ортопедичного та реабілітаційного лікування сколіозу (SOSORT) виявило глобальну поширеність підліткового ідіопатичного сколіозу серед дитячого населення, що становить від 0,93 до 12 % [1]. Значна поширеність та несприятливі наслідки захворювання обумовлюють значний інтерес наукової спільноти та фахівців-практиків до розробки та впровадження сучасних методів фізичної терапії цієї патології.

Метою роботи було вивчення ефективності нових методів фізичної терапії ідіопатичного підліткового сколіозу за даними сучасних наукових досліджень.

При вивченні доступних наукових джерел нашу увагу привернули метод Шрот терапії, розроблений К. Шрот з метою зменшення кута деформації та призупинення прогресування викривлення хребта, [2, с.21-22] та методика SEAS (Scientific Exercise Approach to Scoliosis), розроблена провідними фахівцями італійського Інституту наукових досліджень хребта ISICO [3]. У розробці методики була задіяна мультидисциплінарна команда спеціалістів, до складу якої входили практичні ортопеди, фізичні терапевти, реабілітологи та науковці.

В основу терапевтичних вправ за методикою К. Шрот покладено коригуюче дихання. Пацієнта навчають коригувати зміни дихання, що виникли унаслідок деформації хребта та грудної клітки. Комплекс терапевтичних вправ адаптується для кожного пацієнта в залежності від особливостей викривлення хребта. Автор приділяє значну увагу усвідомленню пацієнтом власної постави: особливістю виконання вправ є проведення їх перед дзеркалами, розташованими таким чином, щоб пацієнт мав змогу постійно контролювати коригуюче положення тіла.

Статичне напруження спинних м'язів залучає до роботи інші м'язові групи, що загалом сприяє підвищенню їхнього тонусу та покращенню функціонального стану [4], тому статичні вправи за методом Шрот

сприяють формування м'язового корсету та закріпленню максимальної корекції положення хребта.

Методика SEAS була розроблена як удосконалення традиційних фізичних вправ при сколіозі, але акцентує необхідність активної самокорекції та адаптації терапевтичних вправ у повсякденне життя пацієнта. Цей метод лікування сколіозу спрямований на відновленні поступального контролю та покращенні стійкості хребта за допомогою вправ, що включають активну 3D- самокорекцію [3, 5]. Усвідомлена участь пацієнта у лікуванні передбачає розуміння пацієнтом нормального положення та функціонування хребта та порушень, які виникли безпосередньо в нього з цією метою використовуються різні візуальні засоби. Автоматизація самокорекції за методика SEAS стимулює роботу нервової системи, завдяки чому пацієнт краще відчуває положення хребта, що поступово робить виправлення постави автоматичним процесом [5, с.49].

Таким чином, сучасні науково обґрунтовані метод Шрот терапії та метод SEAS фізичної терапії при ідіопатичному сколіозі у підлітків знижують темпи його прогресування та мають високу ефективність у порівнянні о з традиційним лікуванням.

Література:

1. *Negrini, S., Donzelli, S., Aulisa, A. G., Czaprowski, D., Schreiber, S., de Mauroy, J. C., Diers, H., Grivas, T. B., Knott, P., Kotwicki, T., Lebel, A., Marti, C., Maruyama, T., O'Brien, J., Price, N., Parent, E., Rigo, M., Romano, M., Stikeleather, L., Wynn, J., ... Zaina, F. (2018).*
2. *Середницька І. Індивідуальна програма фізичної терапії при сколіозі у дітей середнього шкільного віку з використанням елементів шрот-методу / І. Середницька, О. Бас // Фізична активність, здоров'я і спорт. 2024. № 1. С. 20-26.*
3. *Ceballos Laita L., Tejedor Cubillo C., Mingo Gómez T., Jiménez Del Barrio S. Effects of corrective, therapeutic exercise techniques on adolescent idiopathic scoliosis. A systematic review. Arch Argent Pediatr. 2018. № 116 (4). P. 582–589.*
4. *Park, J.H., Jeon, H.S., & Park, H.W. (2017). Effects of the Schroth exercise on idiopathic scoliosis: a metaanalysis. European journal of physical and rehabilitation medicine, 54(3), 440-449.*
5. *Burger, M., Coetzee, W., du Plessis, L.Z., Geldenhuys, L., Joubert, F., Myburgh, E., van Rooyen, C., & Vermeulen, N. (2019). The effectiveness of Schroth exercises in adolescents with idiopathic scoliosis: A systematic review and metaanalysis. The South African journal of physiotherapy, 75(1), 904.*