

ВИКРИВЛЕННЯ ХРЕБТА У ДІТЕЙ МОЖЕ ПРИЗВЕСТИ ДО ПРОБЛЕМ ІЗ СЕРЦЕМ ТА ЛЕГЕННЯМИ

ОЛЬГА ПРАВДЕНКО

Малеча, яка розпочинає навчання в школі, ризикує отримати різноманітні викривлення хребта. Діти багато часу проводять за партою, письмовим столом, за монітором комп'ютера.



ФОТО НАДАНО ВІКТОРОМ БОЙКО

Ортопед-травматолог Віктор Бойко радить батькам стежити за поставою дітей та регулярно перевіряти, чи немає у них проблем із хребтом

Півдня вони знаходяться у нахиленому положенні, постава порушується, як наслідок – виникають різні викривлення хребта.

Про те, як уберегтись від сколіозу та інших деформацій хребта і як лікувати, якщо вже є прояви, розповів Віктор Бойко, головний лікар обласного санаторію для дітей із порушенням опорно-рухового апарату, ортопед-травматолог, кандидат медичних наук.

НАЙПОШИРЕНІШІ ХВОРОБИ ХРЕБТА У ДІТЕЙ

- сколіоз – бокове відхилення хребта від нормального вправленого положення. Таке викривлення найкраще помітно на прямому рентген-знімку;
- кіфоз – викривлення верхнього відділу хребта. Хвора дитина сутулиться, плечі округлі, з часом може утворитися горб;
- лордоз – хребет дугоподібний, живіт випуклий;
- остеохондроз – дегенеративно-дистрофічне ураження міжхребцевих дисків.
- Найчастіше діти та підлітки хворіють сколіозом, рідше страждають на кіфоз – це коли спина вигнута дугою, може утворюватися горб. Як самостійне захворювання кіфоз зустрічається рідко, як правило, протікає у поєднанні зі сколіозом чи лордозом, – зазначив ортопед-травматолог Віктор Бойко.
- Сколіоз – нині найпоширеніше захворювання серед дітей та підлітків. Виділяють 4 ступені сколіозу:
 - I ступінь – викривлення хребта у фронтальній площині до 10 градусів;
 - II ступінь – від 10 до 30 градусів;
 - III ступінь – кут викривлення хребта 30°-50°;

– IV ступінь сколіозу – кут викривлення понад 50°.
За формою викривлення хребта сколіоз поділяється на:

- С-подібний (з однією дугою викривлення хребта).
- S-подібний (з 2-ма дугами та більше).
- Сколіози поділяються на:**
 - вроджені – викликані вродженими вадами сегментації хребців, тобто, коли в людини від народження є клиноподібні хребці, бокові напівхребці, додаткові ребра;
 - сколіози нейрогенного походження (як наслідок поширеного ураження спинного мозку при поліомієліті);
 - ідіопатичні сколіози (походження не відоме). Можливо, причини – в спадковості, неналежному харчуванні, у способі життя.
 - Найчастіше сколіози проявляються в учнів початкової школи та в підлітків під час статевого дозрівання, гормональної перебудови. Швидко росте кісткова тканина, м'язова і сполучна тканини не завжди встигають за ростом кісток. При цьому в хлопчиків сколіоз прогресує з 12 до 16 років, у дівчаток – з 11 до 15. За рік сколіоз може збільшуватися на 10 і навіть 15-20 градусів, – говорить ортопед-травматолог.

Дівчата частіше хворіють сколіозом, ніж хлопці, при цьому С-подібний правобічний за нашими дослідженнями зустрічається частіше. На Полтавщині на 10 дівчаток припадає 4 хлопці з цією недугою.

У САНАТОРІЇ ДІТИ, ЯКІ ЛІКУЮТЬ ПРОБЛЕМИ ХРЕБТА, ПИШУТЬ І ЧИТАЮТЬ ЛЕЖАЧИ НА СПЕЦІАЛЬНІЙ ПІДСТАВЦІ

Починати лікування сколіозу найкраще на ранніх стадіях. В обласному санаторії для дітей із порушенням опорно-рухового апарату лікують всі види та ступені сколіозу, а також інші викривлення хребта. Термін лікування залежить від ступеня захворювання. Під час лікування діти навчаються за шкільною програмою. Основне завдання лікарів – зробити так, щоб деформація хребта не розвивалася далі. Санаторій фінансується із обласного бюджету, а тому лікування там безкоштовне.

– Для початку ми проводимо огляд дитини: вимірюємо положення тіла, дивимося на поставу, на те, яка деформація та асиметрія надпліч, лопаток, сосків, положення таза, обов'язково вимірюємо довжину нижніх кінцівок. Також робимо рентгенограму стоячи і лежачи, щоб визначити дугу викривлення хребта. Тільки після цього розпочинаємо консервативне лікування. Його основна суть – дотримання ортопедичного режиму, – коментує Віктор Бойко. – Діти у нас навчаються лежачи. Вони читають, пишуть, співають лежачи на спеціальній клиноподібній підставці з відповідним нахилом. Таке лікування підходить для тих, хто має I-II ступінь сколіозу.

Консервативне лікування необхідно поєднувати з лікувальною фізкультурою. Лікувальна фізкультура призначається кожному індивідуально, залежно від того, на який ступінь та форму сколіозу страждає маленький пацієнт, враховується також те, чи сколіоз – самостійне захворювання чи спричинене іншими проблемами хребта.

– Усі вправи на фізкультурі діти роблять із підкладанням під деформацію валика, – акцентував лікар.

Обов'язково проводиться фізіолікування спеціальним апаратом, аплікаціями з озокериту та іншими методами. Вилікувати викривлення хребта неможливо без лікувального масажу, який інструктори роблять асиметрично, враховуючи дугу викривлення.

Також у санаторії застосовують мануальну терапію, вона спрямована на корекцію дуги викривлення та реберної деформації; гідромасаж – бульбашкові, сольові, хвойні ванни.



ФОТОГРАФІЯ ЮЛІ ДЕРЖАК

Щоб уникнути сколіозу:

- стіл і стілець повинні відповідати віку дитини. **Школярю не можна купувати офісний стілець (на колесах);**
- під час сидіння за столом коліна у дитини повинні бути під кутом 90 градусів, попереки – впритиснуті до стільця, плечі – розведені, руки з ліктями – лежать на столі;
- відстань від очей до зошита – 25-30 сантиметрів;
- збалансоване харчування, насичене кальцієм та помірні фізичні навантаження;
- батьки повинні ретельно стежити за поставою своєї дитини. **За тим, як вона пише, як сидить за столом і чи стоїть стілець на 4-х ніжках;**
- необхідно оглядати свою дитину, стежити, чи є у неї відхилення корпусу, чи не викривлена спина ліворуч або праворуч.

При II ступені сколіозу, окрім консервативного лікування, фахівці санаторію призначають дітям пластикові корсети. Їх носять 23 години на добу, знімають тільки під час водних та гігієнічних процедур. Щороку корсети міняють на нові.

Якщо III-IV ступінь сколіозу – необхідне хірургічне втручання.

Усім дітям, які мають викривлення хребта, лікарі радять займатись плаванням, адже воно допомагає зміцнити м'язи спини, аби вони тримали хребет і вирівнювати його.

ДО ВИКРИВЛЕНЬ ХРЕБТА НАЙЧАСТІШЕ ПРИЗВОДИТЬ НЕДБАЛИСТЬ БАТЬКІВ

Батьки повинні звертати увагу і на поставу дитини. Сколіоз часто видно неозброєним оком. Проведіть по хребту дитини пряму лінію від потилиці до куприка. Якщо вона відхиляється ліворуч чи праворуч, а нерідко одне плече розташоване трохи вище за інше, значить, у дитини сколіоз. У такому випадку школяра необхідно показати ортопеду, який точно зможе діагностувати хворобу, її ступінь і призначити лікування.

– На жаль, дуже часто батьки не стежать за здоров'ям дітей. Два роки тому мама привела до нас дитину із II ступенем сколіозу. При цьому за кілька років до цього фахівці виявили у неї порушення постави і рекомендували лікуватися, але тоді батьки на це чомусь не звернули уваги, – наводить приклади Віктор Бойко. – А якось мама з одного району області привезла 14-річну дочку з III ступенем сколіозу, дівчина буквально перекошена. На моє запитання, чи вона взагалі бачила свою дитину роздягнутою або за столом, відповіла, що працює і їй ніколи на доньку дивитися. У таких випадках дуже прикро, що батьки не завжди несуть юридичну відповідальність за здоров'я дитини. Адже це звичайна недбалість, байдужість до власних доньки чи сина.

Відведіть свою дитину до ортопеда, якщо необхідно, він дасть направлення до санаторію, де лікують порушення опорно-рухового апарату.

ЧИМ ЗАГРОЖУЄ СКОЛІОЗ У ДОРОСЛОМУ ВІЦІ

Сколіоз може стати причиною дуже багатьох серйозних захворювань внутрішніх органів. Внутрішні органи, які знаходяться на боці викривлення, неправильно розвиваються. Особливо часто страждають легені, серце, нирки і кровопостачання. Якщо сколіоз не лікувати, легені навіть можуть зменшуватися у розмірі. Важке викривлення хребта порушує процес дихання, знижує насичення артеріальної крові киснем, викликає порушення кровообігу в малому колі і навіть призводить до гіпертрофії міокарда правої половини серця, розвиває серцево-легеневу недостатність.

Санаторій знаходиться за адресою: вулиця Садова, 26. Телефон робочий: (0532) 7-35-83, мобільний головного лікаря: (050) 953-83-06.