

УДК 615.8

Волокова О.В.¹, Рижкова М.В.²

¹ студ.гр. УФКС-214сп НУ «Запорізька політехніка»

² старш. викл. НУ «Запорізька політехніка»

МОЖЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ КІНЕЗІОТЕЙПІВ В КОРЕГУВАННІ ВАЛЬГУСНОЇ СТОПИ У ДІТЕЙ

Актуальність теми. Профілактика та лікування набутих і вроджених патологій опорно-рухового апарату у дітей на теперішній час в Україні є проблемою, що потребує пошуку нових шляхів вирішення. Протягом останніх років в Україні через карантин та збройну агресію діти знаходяться переважно на онлайн-навчанні і не завжди мають можливість у вільний від навчання час вести активний спосіб життя. Це суттєво впливає на формування і розвиток опорно-рухового апарату дитини, в тому числі і суглобово-зв'язкового апарату стопи та гомілково-стопного суглобу. В останні роки спостерігається значне поширення захворювань опорно-рухового апарату, широко розповсюдженими патологіями стоп є плоскостопість, а також плосковальгусна деформація стопи. Вальгусна деформація стоп - це поширена ортопедична патологія, яка супроводжується порушенням біомеханіки ходи, змінами

м'язово-зв'язкового апарату та больовим синдромом [1], тож, розповсюдженість вальгусу стоп у дітей вимагає пошуку нових засобів і методів їх лікування, корекції і профілактики.

Мета дослідження. Оцінити ефективність кінезіотейпування у корекції вальгусної деформації стопи у дітей та визначити його вплив стабілізацію суглобів, зменшення больового синдрому та покращення функціонального стану нижніх кінцівок.

Відомо, що існує фізіологічний та патологічний вальгус. Фізіологічний вальгус коригується природним шляхом протягом зростання дитини, тоді як патологічний потребує додаткового корекційного втручання. Саме патологічний вальгус може бути причиною формування дегенеративних змін у суглобах стопи з розвитком стійкого больового синдрому, зниження стійкості до фізичних навантажень, погіршення якості життя хворого[2]. Своєчасно не скориговані патології стоп із часом призводять до серйозних змін в усьому організмі [3].

Використання терапевтичних вправ масажу та дотримання гігієнічних правил і раціонального режиму навантажень є важливим для нормального розвитку дитини, проте, поряд із цими засобами необхідні і додаткові [2].

Кінезіотейпування є методикою, що передбачає застосування еластичних тейпів для покращення функції м'язів, стабілізації суглобів і зниження болю.

Відомо, що застосування кінезіотейпування разом з фізичними вправами сприяє покращенню кровообігу і більш ефективній нормалізації рухів у суглобах стопи [4]. За допомогою типів можна фіксувати стопу дитини в правильному положенні, а також впливати на напружені або гіпотонічні м'язи, сприяючи нормалізації їх тону. Кінезіотейпування знижує інтенсивність больових відчуттів або навіть ліквідує м'язові болі, які часто виникають при фізичному навантаженні дітей із плосковальгусною деформацією стоп [Помилка! Джерело посилання не знайдено.]. Також відомо, що застосування тейпів разом з терапевтичними вправами та іншими засобами реабілітації сприяє більш швидкому досягненню довготривалого результату. Така синергія дозволяє досягти кращих результатів порівняно з використанням лише одного з цих методів, що підкреслює важливість комплексного підходу до лікування. [Помилка! Джерело посилання не знайдено.].

Висновок: кінезіотейпування є перспективним і доступним методом комплексної терапії вальгусної стопи у дітей, має мінімум протипоказань та чудову сумісність і навіть синергію з іншими методами лікування та реабілітації, тож, можливості його застосування потребують всебічного вивчення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Присяжнюк У. І., Вовканич А. С. Застосування методів фізичної терапії за плоско-вальгусної деформації стоп. *Rehabilitation and Recreation*. 2023. № 16. С. 83–89.
2. Андрійчук О. Я. Сучасні підходи до фізичної реабілітації дітей із плоскостопістю. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт*. 2017. Вип. 27. С. 106–110.
3. Самойлюк О. В. Корекція порушень біомеханічних властивостей стопи юних спортсменів засобами фізичної реабілітації : дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.03 / О. В. Самойлюк. Київ, 2020. 256 с.
4. Стручинська А., Кручинський Я., Радзимінська А., Вебер-Райек М., Лулінська-Куклік Е., Гоч А. Позитивна роль кінезіотейпування в допоміжній терапії статичних плосковальгусних стоп у дітей віком від 5 до 7 років. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*. 2017. Т. 9, № 2. С. 89–97. DOI: 10.29359/BJHPA.09.2.09.
5. Санагурська М. А. Ефективність кінезіотейпування в корекції деформації стопи у дітей дошкільного віку : Збірник наукових праць. Херсон : Видавничий дім «Гельветика», 2019. С. 117–120.
6. Шевченко А. В., Коваленко С. О. Застосування кінезіотейпування для корекції стану дітей з порушеннями стопи. *Актуальні проблеми спеціальної педагогіки, психології та реабілітації : матеріали IV Всеукраїнської студентської заочної науково-практичної конференції (25 вересня 2020 року, м. Суми)*. Суми, 2020. С. 105–108.
7. Strączyńska A., Kruczyński J., Radziwińska A., Weber-Rajek M., Lulińska-Kuklik E., Goch A. Позитивна роль кінезіотейпування в допоміжній терапії статичних плосковальгусних стоп у дітей 5–7 років. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*. 2023. Т. 9, № 2. С. 109–118.