

ФУНКЦІОНАЛЬНІ ПРИЧИНИ БОЛЮ В ПОПЕРЕКОВО-КРИЖОВОМУ ВІДДІЛІ ХРЕБТА ТА ЇХ ДІАГНОСТИКА ЗАВДЯКИ МЕТОДАМ ПРИКЛАДНОЇ КІНЕЗІОЛОГІЇ

Актуальність теми. Протягом життя кожна людина зустрічається болем у попереково-крижовому відділі хребта, різниця лише в його характері та гостроті.

Прикладна кінезіологія - це передовий метод діагностики та лікування людини, який розглядає організм людини як єдину систему. Завдяки її методам діагностується саме першопричина виникнення болю [1].

Постановка задачі: вивчити досвід застосування методів прикладної кінезіології при діагностиці болю у попереково-крижовому відділі хребта.

Методи дослідження: аналіз спеціальної науково-методичної літератури та інформаційних джерел.

Результати дослідження. У прикладній кінезіології для пошуку функціональних порушень в роботі м'язів, які викликають біль у попереково-крижовому відділі хребта виділяють наступні методи діагностики:

Мануально-м'язовий тест;

Штовховий тест;

Флексійний тест;

Тест лелеки;

Тест джелета.

Мануально-м'язевий та штовховий тест визначають стан тону м'язів. Інші тести дозволяють оцінити спосіб виконання руху, його нормотичність.

Завдяки цим тестам були виявлені наступний функціональні порушення в роботі м'язів, які викликали біль в попереково-крижовому відділі:

Нестабільність тазу в наслідок гіпотонії великого сідничного м'язу та грушеподібного;

Діастаз;

Гіпотонія клубово-поперекового м'язу;

Скорочення заднього дорзального міофасціального ланцюгу;

Дисфункція грудо-черевної діафрагми;

Недостатня рухливість тазо-стегнового суглобу;
Гіпотонія прямого м'язу живота;
Скорочення квадратного м'язу спини;
Скорочення розгинача спини;
Скорочення клубово-поперекового м'язу [2].

Висновки проведено аналітичний огляд відповідної літератури та інформаційних джерел. Діагностика за методами прикладної кінезіології створює більш широкі погляди на причини виникнення болю в попереково-крижовому відділі хребта.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Роберт Фрост. Прикладна кінезіологія, оновлене видання: Навчальний посібник і довідник основних принципів і практик. *North Atlantic Books*, 2002. 159 с.
2. Том Валентайн і Керол Валентайн Прикладна кінезіологія. Реакція м'язів у діагностиці, терапії та профілактичній медицині. *Healing Arts Press*, 1985. 120 с.