УДК 616.711.6
Цирулік. К.,
СумДУ «Медичний інститут»,
м. Суми, Україна

# ЗАСТОСУВАННЯ МАНУАЛЬНОЇ ТЕРАПІЇ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ ОСТЕОХОНДРОЗОМ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ

На сьогоднішній день серед дегенеративно-дистрофічних захворювань опорно-рухового апарату остеохондроз хребта займає лідируючі позиції. Причини для ранніх проявів захворювання: слабка фізична підготовка, порушення постави і викривлення хребта, плоскостопість і зайва вага. Хворі скаржаться на постійні болі в спині, оніміння і відчуття ломоти в кінцівках [1].

Мануальна терапія – індивідуально підібраний вплив руками лікаря на кістково-м'язову систему для зняття гострих і хронічних болей в хребті і суглобах. Терапія являє собою комплекс спеціальних методів дослідження, попередньої підготовки і лікувальних прийомів і відновлює нормальні співвідношення елементів в хребетних рухових сегментах. Існують три основні категорії прийомів – масаж, мобілізації та маніпуляції.

Масаж включає в себе прийоми спрямовані на роботу з м'якими тканинами: шкірних покривів, підшкірної клітковиною, м'язами, зв'язковим апаратом. Мобілізації – пасивні, ритмічні рухи, що повторюються в між хребцевих суглобах в межах їх фізіологічного об'єму.

Маніпуляції – короткочасні, форсовані рухи в межах анатомічного обсягу одного або декількох міжхребцевих суглобів [2].

Перш ніж приступити до мануальної терапії, необхідно провести ретельне диференційно-діагностичне дослідження і встановити етіологію вертеброгенних болів [3].

Обстеження поперекового відділу проводять за допомогою таких сособів: усунення блокування поперекового відділу хребта, лордозування хребта способом Г. Кокс, спосіб Абтса, спосіб А. Придаткевича, спосіб Томпсона.

Мануальна терапія дозволяє призупинити прогресування патологічних змін в хребті і міжхребцевих дисках, зменшити функціональні і частково органічні порушення в хребетних рухових сегментах, забезпечує ефективну профілактику загострення неврологічних проявів остеохондрозу хребта [4].

**Список використаних джерел**

1. Sasko I.A., Beziazychna O.V. , ManucharianS.V. Physical therapy for young men having vertebrogenic lumbosacral pain»Health Sport Rehabilitation, 2019.
2. Бучакчийска Н.М., Марамуха В.І., Марамуха А.А., Марамуха І.В. Немедикаментозное лечение больных с неврологическими проявлениями остеохондроза поясничного отдела позвоночника (современный подход). Запоріжжя : вістник АГІУВ, 2013. – 3 с.
3. Касьян Н. А. Мануальная терапия при остеохондрозе позвоночника. Москва : Медицина, 1986. – 94 с.
4. Яровий В. К. Клінічна мануальна медицина : навчальний посібник. Вінниця : Нова Книга, 2007. – 316 с.