

УДК 615.8:616.728.3-007.2-053.4

Ковальова У.І.¹, Ковальова А.А.²

¹студ. гр. УФКС-229 НУ «Запорізька політехніка»

²старш. викл. НУ «Запорізька політехніка»

АНАЛІЗ КОМПЛЕКСНОЇ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ВАЛЬГУСНІЙ ДЕФОРМАЦІЇ КОЛІННИХ СУГЛОБІВ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Відповідно до сучасних даних понад 11% дітей дошкільного і молодшого шкільного віку мають вальгусні деформації нижніх кінцівок. За останні роки цей показник серед дитячого населення збільшився в 1,5 рази. Така тенденція обумовлена, в першу чергу, недостатнім проведенням профілактичних заходів і відсутністю своєчасної діагностики цього захворювання. Таким чином виникає необхідність створення комплексних програм фізичної терапії для пацієнтів з вальгусними деформаціями нижніх кінцівок на ранніх етапах їх розвитку.

Мета дослідження: проаналізувати комплексну програму фізичної терапії при вальгусній деформації ніг у дітей дошкільного і молодшого шкільного віку.

Вальгусна деформація колінних суглобів є досить поширеним варіантом вальгуса нижніх кінцівок. Даний вид патології відповідно до міжнародної класифікації хвороб 10 перегляду (МКБ-10) має код М 21 і являє собою бічне суглобове викривлення з формуванням відкритого в зовнішньому напрямку кута, утвореного гомілкою і стегном. При двосторонньому викривленні нижні кінцівки набувають виражену Х-подібну форму при зведенні разом колін в положенні стоячи. Дана деформація вимагає тривалої і комплексної терапії. Найбільша ефективність консервативних підходів відзначається у

дітей до 3 років. При виражених змінах в колінних суглобах показано проведення операцій.

Лікувальні заходи починають після визначення причини деформації суглобів. При виявленні рахіту і нестачі вітаміну D використовують препарати на його основі. Можливе застосування масляних і водних розчинів. Лікування починають з високого дозування для швидкого відновлення рівня вітаміну в організмі. Його поступово знижують до підтримуючої дози.

Крім вітаміну D, лікування включає накладання гіпсових пов'язок на область коліна. Це забезпечує фіксацію суглоба в нормальному положенні і дозволяє кісткам стегна і гомілки правильно сформувати суглобне зчленування. Гіпсові пов'язки мають високу ефективність, однак терапія з ними може тривати більше року.

Масажні процедури спрямовані на зміцнення м'язів стегна і гомілки, а також на їх розслаблення на зовнішній стороні ніг. Це дозволяє змінити взаємне розташування кісток, що формують суглоб, і відновити його правильну конфігурацію. Крім ніг масажують область сідниць, попереку і верхню частину спини.

Лікувальний масаж проводиться курсами. Кожен рік дитина повинна проходити 4–5 курсів. Тривалість масажних процедур – 15-30 хвилин. Час збільшують поступово. Батьки можуть самостійно масажувати ноги дитини вдома після консультації з фізичним терапевтом.

Гімнастичні вправи проводять після масажних процедур. Вони здійснюються під контролем фахівця. Після того, як дитина освоїла правильні рухи, батьки можуть самостійно проводити лікувальну гімнастику в домашніх умовах. Для корекції форми ніг вибирають вправи, що підвищують тонус м'язів з внутрішньої сторони стегна і гомілки, а також зменшують його по зовнішній стороні.

Вправи для лікувальної фізкультури підбирає фізичний терапевт. В іншому випадку можливе прогресування хвороби, формування плоскостопості та інших ускладнень.

Лікувальна гімнастика носить допоміжний характер комплексної терапії. Дітям з викривленням ніг рекомендується виконувати її щодня. Не слід допускати важких навантажень, що супроводжуються болями в м'язах. Це загрожує відмовою дитини від занять або негативні наслідки для опорно-рухового апарату.

Серед преформованих фізичних чинників використовують вплив магнітним і електромагнітним полем на тканини колінних суглобів, що дозволяє попередити прогресування хвороби. Фізіотерапія покращує кровопостачання і перешкоджає розвитку запальних змін в коліні.

Електростимуляція м'язових груп по внутрішній стороні стегна і гомілки підвищує їх тонус, вирівнюючи кісткові структури в колінному зчленуванні.

Крім зазначених методів, для усунення викривлення ніг використовуються тейпування, нормалізацію харчування з додаванням продуктів багатих кальцієм, фосфором, білком і вітамінами.

Операції на колінному суглобі проводять при вираженій деформації. Хірургічне втручання спрямоване на відновлення нормального взаємного розташування кісток за рахунок висічення змінених тканин.

Вальгусне викривлення в дитячому віці має сприятливий прогноз. Своєчасний підбір консервативного лікування відновлює форму колінного суглоба і перешкоджає прогресуванню патології.