

Виды нарушения осанки: лордоз, кифоз, сколиоз и другие, их влияние на здоровье и самочувствие детей.

Выполнила: Гришина Анна студентка
Группы 216ДО-1

Нижевартовск 2017

Искривление позвоночника

- это изменение нормальной конфигурации позвоночника, влекущее за собой нарушение осанки.

Виды искривлений

ПОЗВОНОЧНИКА:

- Сколиоз
- Кифоз
- Лордоз

Сколиоз

- Сколиоз – это генетически обусловленное заболевание опорнодвигательного аппарата, характеризующееся боковым искривлением позвоночника (во фронтальной плоскости), со скручиванием позвонком в процессе их роста (является патологическим состоянием). Сколиоз бывает врожденным и приобретенным.



Причины развития сколиоза

- физические нагрузки на позвоночник – статические (постоянное или частое нахождение в вынужденной позе) и динамические (подъем значительного груза и неправильное его распределение);
- патологии обмена веществ, в том числе и заболевания эндокринных желез, приводящие к нарушениям обмена кальция в организме;
- травмы позвоночного столба и его составных частей (позвонков, межпозвоночных дисков, сосудов);
- изменения тонуса мышц спины.

Кифоз

- Кифоз – это заболевание позвоночника, сопровождающееся искривлением его верхнего отдела, которое обращено выпуклостью назад. В медицинской литературе данную патологию называют еще кифосколиозом. Чаще всего искривление позвоночника отмечается в его грудном отделе.



Причины развития кифоза

- оперативные вмешательства на позвоночнике;
- нарушения внутриутробного развития;
- паралич (расслабление) мышц спины вследствие ДЦП (детского церебрального паралича – заболевания, сопровождающегося поражением мышечной либо двигательной активности) или полиомиелита (инфекционной патологии, при которой серое вещество спинного мозга поражается полиовирусом, т.е. энтеровирусом человека);
- психологические стрессы;
- инфекционные патологии, травмы и опухоли позвоночника;
- остеохондроз (патология, характеризующаяся повреждением хрящевых поверхностей костей внутри суставов);
- неправильная осанка;
- наследственная предрасположенность.

Лордоз

- Лордоз – это врожденный или приобретенный патологический изгиб позвоночника вперед. Такая патология как лордоз может быть вызвана вывихами тазобедренных суставов; в этом случае вертикальное положение тела приводит к смещению центра тяжести кпереди, и туловище перегибается в пояснице. В качестве компенсаторного механизма быстро формируется патологический кифоз. Среди других факторов, вызывающих лордоз, называют избыточный вес (чаще отложение жира в области живота) и неправильную осанку.



Причины развития лордоза

- Заболевания костно-мышечной системы (плоскостопие, вывихи тазобедренных суставов, и др.).
- Травмы, и как следствие, мышечный дисбаланс.
- Быстрый рост в юношеском возрасте
- Избыточный вес.

Лечение искривлений позвоночника

- оздоровительный массаж;
- мануальная терапия;
- вытяжение позвоночника;
- лечебный классический массаж;
- лечебная физкультура;
- плавание;
- медикаментозные способы лечения.

Профилактика искривлений позвоночника

- В школьном возрасте необходимо уделять самое пристальное внимание осанке ребенка во время занятий, запретить ношение портфелей и сумок с учебниками в одной руке. Наиболее предпочтительны ранцы и рюкзаки, особенно с супиторами, предотвращающими сутулость. Рабочее место ребенка, как в школе, так и дома, должно быть организовано правильно. Занятия и отдых должны правильно чередоваться. Большая роль в профилактике отводится физической культуре и спорту. Наиболее предпочтительны плавание, гребля, художественная гимнастика. Занятие танцами (народными, бальными, спортивными) под началом грамотного руководителя также способствует формированию правильной осанки и гармоничному развитию костно-мышечной системы.

Влияние на организм ребенка!

Искривления позвоночника вряд ли могут нанести серьезный вред здоровью ребенка в раннем возрасте. Но не стоит забывать о том что все мы растем, и в более старшем возрасте последствия все же могут проявиться на 3-4 стадия искривления.

Обычно это деформацией грудной клетки, которая приводит к ограничению дыхательной ёмкости легких. Как следствие, при нехватке дыхательной ёмкости легких, увеличивается шанс развития у таких людей бронхитов или пневмоний. Кроме того, из-за повышенного давления на сердце со стороны грудной клетки, на 20-30% увеличивается шанс заболеть ишемической болезнью сердца или получить сердечную недостаточность. Чуть чаще прочих люди, имеющие искривления 3-4 степени, страдают от застойных явлений в желчном пузыре, хронического холецистита или хронического панкреатита.

Но в целом, вопреки "страшилкам", катастрофических последствий для здоровья любые изменения позвоночника чаще всего не приносят.

**Спасибо за
внимание!**