



# Реабилитация пациентов детского возраста при дисплазии тазобедренного сустава



# Клиника



- **Дисплазия («нарушение формирования» с греческого языка) – это патологическое отклонение от нормы, в нашем случае мы рассматриваем дисплазию тазобедренного сустава, которая в свою очередь является врожденной недоразвитостью сустава таза. Стоит отметить, что при дисплазии происходят нарушения при развитии соединительных тканей сустава, что в следствие приводит к различным осложнениям, по причине того, что двигательная активность сложно сочетается со слабостью мышечной ткани.**

# Задачи ЛФК

## Общее



## Частное

снять напряжение и укрепить мышцы тазобедренного сустава

максимально восстановить объём движений

организовать двигательную активность ребенка

Дозированная физическая нагрузка



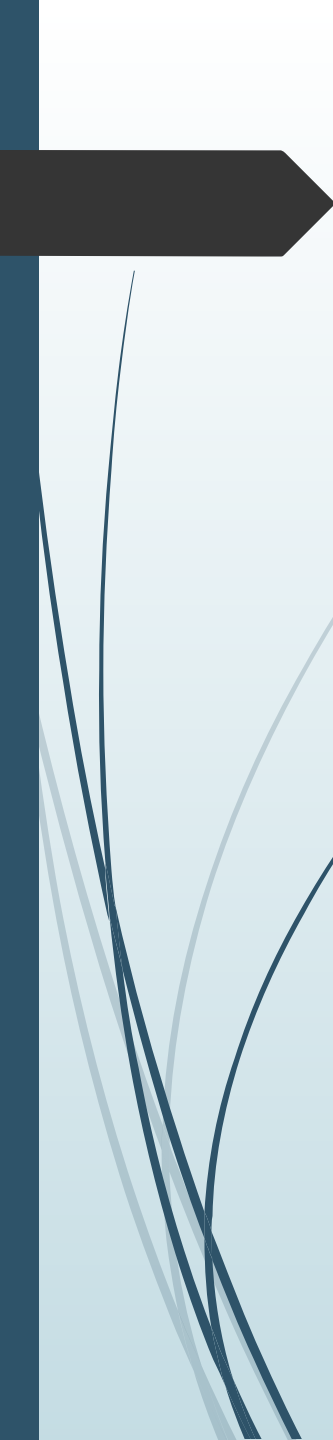
# Противопоказания

- Болевые ощущение
- Нарушение кожных покровов
- Сильные физические нагрузки
- Резкие упражнения

# примерный план упражнений при дисплазии тазобедренных суставов с ребенком до 3 месяцев:

- легкий массаж ног и рук (поглаживание);
- поглаживание живота;
- выкладывание на живот с разведением ног;
- поглаживание спины;
- массаж области поясницы;
- массаж ягодиц и области тазобедренных суставов;
- массаж задней и наружной поверхностей ног;
- разведение согнутых ног в стороны;
- «парение» на спине;
- массаж передней и наружной поверхностей ног;
- разведение ног, согнутых в суставах;
- массаж стоп;
- рефлекторное упражнение для стоп.



- 
- Ребенок лежит на спине, а вы руками, обхватывая весь сустав, массируете переднюю поверхность бедра. После этого положите младенца на живот и делайте тоже самое, но при этом массируйте заднюю поверхность.
  - Выполняйте спиральные движения руками, на задней поверхности бедер, то есть ваш малыш лежит на спине. Делайте все аккуратно и сильно не старайтесь сильно втираться руками в кожу.
  - Далее начинайте растирать поясничную область спины. Делайте это ладонями, при этом не забывайте то, что ваши руки должны скользить по телу.
  - Следующим упражнением будет так называемый “велосипед” лежа на спине. Руками возьмитесь за стопы ребенка и начинайте крутить их как при езде.
  - После этого приступайте к разгибанию и сгибанию ног вместе. Малыш также лежит на спине.
  - Вращение ноги ребенка при согнутой в коленном и тазобедренном суставах. Одной рукой возьмитесь за ягодицу, а второй за ногу в области колена. Начинайте аккуратно вращать внутрь и наружу.