

РЕЖИМЫ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ У ДЕТЕЙ С ДИСПЛАЗИЕЙ СОЕДИНИТЕЛЬНОЙ ТКАНИ

Метальников А.И.

**Научный руководитель: к.м.н.,
доцент Е.А. Субботин**

Алтайский государственный медицинский университет
Минздрава России, Барнаул

Ключевые слова: нарушения осанки, дети, коррекция

Актуальность. Дисплазия соединительной ткани характеризуется распространённостью и системностью поражений, вовлечением в патологический процесс многих структур организма и формированием таких осложнений, как нарушения осанки.

Цель: определить необходимость назначения и объём индивидуальных физических нагрузок для коррекции нарушений осанки у детей.

Материалы и методы. Под наблюдением находились 60 детей в возрасте 5 лет с нарушениями осанки на фоне дисплазии соединительной ткани. Основную группу составили 30 больных, 30 детей были в группе сравнения. Больные основной группы использовали индивидуальные дозированные режимы физических нагрузок. Пациенты группы сравнения занимались по стандартным методикам. Наблюдение продолжалось в течение 10 лет.

Результаты. У всех больных основной группы значительно уменьшилось число осложнений к 10–14 годам: сколиотическая деформация грудного отдела позвоночника, остеохондропатии позвоночника, развитие раннего ювенильного остеохондроза ($p = 0,024$). Пациенты группы сравнения в процессе длительного динамического наблюдения чаще предъявляли жалобы на чувство усталости, длительные, некупируемые боли в грудном и поясничном отделах позвоночника, в том числе при пальпации остистых отростков, в копчике, слабый мышечный корсет ($p = 0,233$).

Заключение. В результате занятий с включением дозированных физических нагрузок у пациентов формировалась хорошая осанка, отмечался состоятельный мышечный корсет, диагностировано минимальное число осложнений. У детей группы сравнения патологический процесс прогрессировал, несмотря на стандартные процедуры коррекции.