

ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ОРГАНІЗМУ ЛЮДЕЙ З ОСТЕОХОНДРОЗОМ

Колесник Любов

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

Анотації:

В роботі проведено аналіз наукової і методичної літератури з проблеми остеохондрозу. Визначені причини розвитку захворювання, вплив захворювання на функціональний стан організму, а також сучасні методи реабілітації осіб з остеохондрозом хребта.

It was analyzed the scientific and methodic literature in which consider the problem of osteochondrosis. Was determined the causes of the development of the disease, the influence of the disease to the functional condition of the organism. And also were determined modern methods of rehabilitation of people with osteochondrosis of the spine.

В работе проведен анализ научной и методической литературы по проблеме остеохондроза. Выделены причины развития заболевания, влияние заболевания на функциональное состояние организма, а также современные методы реабилитации людей с остеохондрозом позвоночника.

Ключові слова:

остеохондроз, методи реабілітації, остеохондроз хребта, наукова література, методична література

osteochondrosis, rehabilitation methods, spinal osteochondrosis, scientific literature, methodical literature

остеохондроз, методи реабілітації, остеохондроз позвоночника, научная литература, методическая литература

Постановка проблеми. Останнім часом до розповсюджених хвороб відноситься остеохондроз хребта, причому відмічається тенденція до збільшення числа хворих, що пов'язано з недостатньою руховою активністю [4]. Особливої уваги заслуговує той факт, що ознаки захворювання знаходять не лише у людей середнього і похилого віку, а й у дітей 12-15 років [5].

Численні дослідження показали, що остеохондроз – це захворювання не лише хребта, а всього організму [2,4,5,6]. Так, внаслідок розвитку хвороби проявляються порушення функції хребта, нервової системи та внутрішніх органів [6,7]. Загострення хвороби у 27 % випадків призводить до тимчасової втрати працездатності, причому в 3% випадків – до повної інвалідності [3]. Таким чином, можна стверджувати, що захворювання хребта призводить до погіршення функціонального стану організму.

Виходячи з цього, метою нашого дослідження виступає теоретичний аналіз і узагальнення даних наукової і методичної літератури стосовно впливу остеохондрозу на функціональний стан організму.

Для вирішення поставленої мети були визначені наступні завдання:

1. Вивчити і проаналізувати літературні джерела з проблеми остеохондрозу хребта.

2. Визначити причини виникнення і розвитку остеохондрозу хребта та його вплив на функціональний стан організму.

3. Ознайомитися з механізмами лікувальної дії фізичних вправ, лікувального масажу і фізіотерапевтичних процедур на організм хворих з остеохондрозом.

Для вирішення поставлених завдань нами було проведено аналіз навчальної і наукової літератури з проблеми остеохондрозу.

Результати. Обговорення. Проблему підвищення частоти випадків розвитку патології хребта, зокрема, остеохондрозу, серед різних груп населення науковці пояснюють, у першу чергу, способом життя. Так, гіпокінезія вважається одним з головних чинників, що лежить в основі розвитку захворювання. Дефіцит м'язових навантажень, заміна їх статичними навантаженнями в рухливих від

природі частинах тіла, зокрема у хребті, призводить до детренованості «м'язового корсету» і, як наслідок, розвитку мікротравм у хребті [4].

Однак, існують інші теорії розвитку остеохондрозу. Так, досить поширеною є травматична теорія. Згідно даної теорії, найбільш часто пошкоджуються два шийних і два поперекових диски (75% випадків). У свою чергу, це пов'язано з побутовими і виробничими рухами [2].

Разом з тим, слід згадати про генетичну або спадкову схильність до остеохондрозу. Дана патологія не передається спадково, а лише детермінується особливостями метаболізму в міжхребцевих дисках. Крім цього, важливу роль у розвитку остеохондрозу науковці приділяють нейрогуморальним порушенням в організмі, оскільки в регуляції процесів метаболізму хрящової тканини значну роль відіграють глюкокортикоїдні, статеві та тиреоїдні гормони [4].

Також серед причин розвитку остеохондрозу розглядають порушення мікроциркуляції, обміну вітамінів і мінеральних речовин, розлад обміну кальцію і магнію. При цьому виникає передчасне скостеніння зв'язкового апарату [5,6]. Як правило, причиною розвитку остеохондрозу є комплекс факторів, а не один окремий чинник.

Остеохондроз розвивається повільно, тому симптоми хвороби проявляються не одразу. Серед основних проявів захворювання виділяють астеничний синдром, часті головні болі, болісні відчуття в ділянці шиї і плечового поясу, оніміння в пальцях рук, серцеві болі, підвищення артеріального тиску, шум у вухах, потемніння в очах. Так, наприклад, розвиток остеохондрозу шийного і грудного відділів може служити причиною тахікардії, аритмії та гіпертонічної хвороби. Це пояснюється тим, що при остеохондрозі розвивається компресія вертебральної артерії і, як наслідок, підвищується внутрішньосудинний тиск, а це, у свою чергу, викликає порушення в роботі серцево-судинної системи [1]. В свою чергу, порушення роботи серцево-судинної системи призводять до зниження функціонального стану організму [8].

Тому при появі перших симптомів хвороби необхідно одразу звернутися до лікаря. Це дасть можливість провести ефективне лікування.

Як свідчить значний практичний досвід, зібраний в науковій літературі, основними методами лікування остеохондрозу є: лікувальна фізична культура, яка спрямована на розвиток гнучкості хребта і посилення м'язового корсету; фізіотерапія; мануальна терапія; медикаментозна терапія.

Що стосується медикаментозного лікування, то в першу чергу воно спрямовано на зняття больового синдрому, поліпшення кровообігу і стимуляцію регенерації в ушкоджених тканинах. При цьому медикаментозне лікування має бути індивідуальним, комплексним, проводитись з урахуванням тривалості та стадії хвороби, а також враховувати наявність супутньої патології.

Застосування фізіотерапії для лікування остеохондрозу має значення в першу чергу для збільшення функціональних можливостей і працездатності вцілілих елементів нервової і м'язової систем, зменшення болю і запалення та нормалізації кровообігу. Однак ряд дослідників стверджують, що застосування фізіотерапевтичних теплових процедур у гострих випадках та при часто

рецидивуючому протіканні хвороби не рекомендуються, оскільки можуть викликати посилення болю.

Застосування мануальної терапії в лікуванні остеохондрозу використовується як варіація лікувальної гімнастики, яка в першу чергу направлена на зняття компресії і сприяє релаксації м'язів, нормалізації тону судин, покращенню трофіки та зменшенню больового синдрому. Вибір прийомів мануальної терапії здійснюють з урахуванням особливостей симптоматики захворювання, прояву болю та ступеня напруження м'язів. Призначення лікування мануальної терапії здійснюють після отримання даних магнітно-резонансної томографії (МРТ).

У свою чергу, застосування лікувальної фізичної культури (кінезотерапії) має не лише лікувальне значення, а й профілактичне. Основне завдання лікувальної фізичної культури полягає у зміцненні м'язового корсета, покращенні кровообігу та виправленні дефектів постави. Крім того, фізичні вправи мають значний психологічний вплив на хворих, а саме: створюють позитивні емоції та відволікають від хвороби. Фізичні вправи сприятливо впливають на організм у цілому, тобто активізують обмінні процеси в тканинах, покращують реактивність усіх систем, відновлюють рухові навички.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, провівши аналіз наукової і методичної літератури щодо остеохондрозу хребта, ми дійшли висновку, що остеохондроз є одним з поширених захворювань, причому відмічена тенденція до прояву остеохондрозу в молодому віці.

Аналіз літературних джерел визначив основні причини розвитку остеохондрозу, серед яких на першому місці знаходиться недостатня рухова активність. Крім того з'ясовано, що захворювання остеохондрозом хребта служить причиною порушення функціонального стану організму в цілому.

Одним з основних методів лікування та профілактики остеохондрозу є лікувальна фізична культура у формі спеціальної лікувальної гімнастики.

Список використаних літературних джерел:

1. Болевые синдромы в неврологической практике. Под ред. чл.-корр. РАМН А.М.Вейна. М.: Медпресс-информ. 2001. 368.
2. Данилов И.М. Остеохондроз для профессионального пациента. К.: 2010. 416.
3. Каптелин А.Ф. Лечебная физкультура при дегенеративных изменениях в структурах позвоночника [в кн.: Лечебная физическая культура в системе медицинской реабилитации]. М.: Медицина. 1995. 88-92.
4. Мачерет Є.Л., Довгий І.Л., Коркушко О.О. Остеохондроз поперекового відділу хребта, ускладнений грижами дисків. К.: 2006. 256.
5. Мухін В.М. Фізична реабілітація. Київ: Олімпійська література. 2005. 306-329.
6. Попов С.Н. Остеохондроз позвоночника. Частная патология: Учебное пособие. М.: «Академия». 2004. Гл. 33. 202 – 215.
7. Попов С.Н. ЛФК при остеохондрозах позвоночника. Лечебная физическая культура. М.: «Академия». 2006. Гл. 18. 318 – 329.
8. Родин С. Функциональное состояние кардиореспираторной системы при остеохондрозе шейного отдела позвоночника. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. №3(11). 2010.