

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет физической культуры и оздоровительных технологий

Кафедра анатомии и биомеханики

Заведующая кафедрой

_____ Чернова В.Н.

«__» _____ 2016 г.

«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ТРАВМАХ КОЛЕННОГО
СУСТАВА»

Выпускная квалификационная работа бакалавра

По направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в
состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Студент-исполнитель _____ Боренко И.Я

Научный руководитель _____ Сулимов А.А.

к.п.н., доцент, проректор

по спортивной работе

Оценка за работу _____

Главный врач ОГАУ _____ Ревенко С.Н.

Смоленский областной

лечебно-физкультурный

диспансер»

Заслуженный врач

Российской Федерации

Смоленск 2016

Оглавление

Введение	3
1. Глава 1. Содержание вопроса	5
1.1 Внутренние повреждения коленного сустава.....	5
1.2 Ушиб, гемартроз, травматический синовит коленного сустава.....	6
1.3 Повреждения менисков.....	7
1.4 Повреждение крестообразных связок.....	11
1.5 Повреждение коллатеральных (боковых) связок	12
2. Глава 2. Задачи, методы и организация исследования.....	15
2.1 Задачи исследования.....	15
2.2 Методы исследования.....	15
2.2.1 Анализ и обобщение литературных данных.....	15
2.2.2 Медико - биологические методы исследования.....	15
2.2.2.1. Углометрия (гониометрия).....	16
2.2.2.2. Динамометрия.....	16
2.2.3. Практический (педагогический эксперимент).....	16
2.3 Организация исследования.....	16
3. Глава 3. Результаты исследования и его обсуждение.....	18
4. Выводы.....	29
5. Практические рекомендации.....	30
6. Список литературы.....	31
7. Приложения.....	34

Введение

В настоящее время повреждения опорно-двигательного аппарата в медицинской практике встречаются довольно часто. Если разобрать и проверить травмы всех суставов человека, то каждый из них травмируется почти на 70-80%, однако наиболее уязвимым звеном остается коленный сустав, на долю которого приходится около 50% всех травм опорно-двигательного аппарата, независимо от возраста, пола, профессии. Из всех видов патологии коленного сустава у больных ведущей нозологической единицей являются повреждения менисков, которые в свою очередь составляют 21,4% от всех травм коленного сустава. Чуть меньший процент 17,2% относят к травме коллатеральных (боковых) связок. [32,35]

В литературе периодически поднимается вопрос о рациональном применении в борьбе с травматизмом, комплекса средств физической реабилитации, в частности лечебной физической культуры, ее эффективности и сроках назначения. Так же можно заметить множество восстанавливающих комплексов, учитывающих характер повреждения, уровень функциональных возможностей, степень нарушения двигательной функции, однако они разработаны далеко не для всех случаев повреждений опорно-двигательного аппарата и вытекающих из них последствий. [32,35]

Сроки полной реабилитации при травмах данных нозологий варьируются от 2 до 4 месяцев, в зависимости от сложности травм. Стоит заметить, что процент полного восстановления целостности сустава достигал в 72% случаев, когда остальные 28% к моменту завершения реабилитации имеют дискомфортные ощущения и частичную болезненность.[27,28]

В последнее время зачастую испытывают разные новые тренажеры в комплексном лечении травм коленного сустава. Например, артрологический комплекс «Biodex». Он применяется в качестве многофункционального тренажера для разработки суставов и тренировки околоуставных мышц.

Сустав колена является многоосным. В нем сочетаются вращательные движения с линейным перемещением суставных поверхностей (скольжением). На конечности, имеющей правильную форму, механическая ось (линия, соединяющая центры тазобедренного и коленного суставов) проецируется на середину сустава колена, в результате чего создаются наиболее благоприятные условия нагрузки суставных поверхностей - оба мыщелка нагружаются равномерно, а на уровне зон роста костная ткань тоже испытывает одинаковое напряжение сжатия.[26,27,28]

Цель работы: изучить динамику показателей функционального состояния коленного сустава у больных с травмами мениска и коллатеральных (боковых) связок, происходящих под влиянием применяемых методик в процессе физической реабилитации.

Объект: процесс физической реабилитации при внутренних повреждениях коленного сустава.

Предмет: влияние методик ЛФК на быстроту восстановления коленного сустава.

Гипотеза исследования: предполагается, что использование данной методики должно сократить сроки выздоровления, улучшить общую динамику протекания травмы и укрепить целостность сустава после травмы.

Практическая значимость: заключается в возможности рекомендовать предложенную нами методику по восстановлению целостности и функций коленного сустава, как альтернативный способ реабилитации после травм коленного сустава.