

A

Кафедра спортивной медицины и адаптивной физической культуры

_____ Федорова Н.И.

« » 2018 г.

Выпускная квалификационная работа бакалавра

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

Студент-исполнитель _____ Данилин М.А.

Научный руководитель

К.М.Н., ДОЦЕНТ

Оценка за работу

Председатель ГЭК

Главный врач ОГАУЗ «Смоленский областной
врачебно-физкультурный диспансер»,
Заслуженный врач
Российской Федерации

Виноградова Л.В.

Ревенко С.Н.

Смоленск 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	5
Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	14
2.1. Методы исследования.....	14
2.2. Организация исследования.....	16
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	17
3.1. Клинико-физиологические проявления дегенеративно- дистрофического поражения поясничного отдела позвоночника.....	17
3.2. Оценка эффективности восстановительного лечения с использованием различных программ реабилитации.....	20
Выводы.....	25
Практические рекомендации.....	30
Литература.....	31
Приложение.....	35

Введение

В настоящее время термин «дегенеративно-дистрофические заболевания позвоночника» включает целую группу заболеваний позвоночного столба, которые возникают в результате необратимых прогрессирующих изменений в костной ткани позвонков и межпозвонковых дисков с потерей их формы и эластичности [6,12,35]. По данным мировой статистики распространенность хронического болевого синдрома позвоночника составляет 26-32% на 1000 взрослого населения. В России большую часть амбулаторного приема неврологов и ортопедов занимают заболевания позвоночника [23].

Таким образом, проблема заболеваний позвоночника – одна из ведущих и в мировом и в Российском здравоохранении. Это обусловлено рядом обстоятельств. Во-первых – отсутствует тенденция к уменьшению числа таких пациентов. Во-вторых – по данным медицинской статистики это каждый второй случай заболеваемости с утратой трудоспособности взрослого населения, вплоть до выхода на инвалидность. В-третьих – дегенеративно-дистрофические заболевания позвоночника поражают людей все более молодого возраста, а с возрастом лавинообразно нарастает. В-четвертых, более чем у 50% больных на фоне непрекращающегося болевого синдрома имеются симптомы хронического эмоционального напряжения, что приводит к существенному снижению качества жизни таких пациентов.

С позиций современной науки [9,15,33] в патогенезе возникновения болевого синдрома в области спины и дегенеративно-дистрофических изменениях самого позвоночного столба считается, что одним из важнейших факторов его развития являются мышечно-тонические нарушения, связанные с изменениями двигательного стереотипа современного человека. В этой связи патогенетически оправданным является использование методов кинезитерапии при указанной патологии, чему и посвящено настоящее исследование.

Цель исследования – определить эффективность применения кинезитерапии у лиц трудоспособного возраста, страдающих от хронического

болевого синдрома в спине, обусловленного дегенеративно-дистрофическими изменениями в позвоночнике.

Объект исследования – процесс реабилитации пациентов с вертеброгенными заболеваниями.

Предмет исследования – изменение клинико-функциональных проявлений дегенеративно-дистрофических заболеваний поясничного отдела позвоночника (остеохондроз, протрузия диска, спондилоартроз, неосложненная грыжа диска) под влиянием специально подобранных физических упражнений, в том числе в водной среде.

Рабочая гипотеза - предполагалось, что включение в режим дня мужчин трудоспособного возраста, страдающих от хронического болевого синдрома в спине, обусловленного дегенеративно-дистрофическими изменениями в позвоночнике, регулярных занятий специально подобранными физическими упражнениями, в том числе в водной среде, позволит уменьшить выраженность клинико-функциональных нарушений позвоночника за счет укрепления мышечного корсета, формирования правильного двигательного стереотипа и устранения «моторного голода», улучшения кровоснабжения пораженного сегмента.

Задачи исследования

1. Дать клинико-функциональную характеристику пациентам, страдающим от хронического болевого синдрома в спине, обусловленного дегенеративно-дистрофическими изменениями в позвоночнике.
2. Оценить эффективность применения комплекса специально подобранных физических упражнений, в том числе в водной среде, в процессе реабилитации указанного контингента.