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

Факультет физической культуры и оздоровительных технологий
Кафедра спортивной медицины и адаптивной физической культуры

Заведующая кафедрой
________________ Л.В. Виноградова
«____» __________ 2016 г.

ИЗМЕНЕНИЕ ПОДВИЖНОСТИ ПОЗВОНОЧНИКА ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗЕ У ЛИЦ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА ПОД ВЛИЯНИЕМ ЛЕЧЕБНОЙ ГИМНАСТИКИ

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

Студент-исполнитель	______________	Горовая Ю.В.
Научный руководитель	______________	Афонасьев С.Л.
Оценка за работу	______________	
Председатель ГЭК Главный врач ОГАУ «Смоленский областной врачебно-физкультурный диспансер», Заслуженный врач Российской Федерации	_______________	Ревенко С.Н.

Смоленск 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.. 3

Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА…………………………………………… 5

- 1.1. Остеохондроз, как медико-социальная проблема……………… 5
- 1.2. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений при поражениях опорно-двигательного аппарата……………………………………….. 7
- 1.3. Особенности подбора физических упражнений для занятий лечебной гимнастикой при остеохондрозе позвоночника…… 9

Глава 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ… 13

- 2.1. Задачи исследования……………………………………….. 13
- 2.2. Методы исследования……………………………………… 13
- 2.3. Организация исследования………………………………… 15

Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ…… 16

- 3.1. Характеристика программно-аппаратного комплекса «МБН-Биомеханика»…………………………………………… 16
- 3.2. Динамическая оценка функционального состояния позвоночного столба в процессе реабилитации……………… 20

Выводы…... 24

Практические рекомендации……………………………………….. 26

Литература….. 27

Приложение ……………………………………………………………….. 30

ŋqdqɏeɎ bɆ dədɆbɎɜə d ɕɔɑbɔɏ Ɉqddɏqɏè

Введение

Современный век внес существенные изменения в здоровье человека: с одной стороны, научно-технический прогресс, развитие медицинской науки, культуры и образования - позволили бороться с рядом ранее считавшихся неизлечимыми болезней и предупреждать их; с другой стороны, изменился весь образ жизни человека - что создало новые опасности для его здоровья. Век технического прогресса принес с собой большое количество различных заболеваний, в том числе и рост патологии опорно-двигательного аппарата [21,25].

Так, одним из наиболее распространенных заболеваний человека нашего времени является остеохондроз позвоночника, как проявление дегенеративно-дистрофического поражения опорно-двигательного аппарата [3,6]. Количество людей, имеющих это заболевание, неуклонно растет, причем заболевание все больше «молодеет», поражая, как мужчин, так и женщин трудоспособного возраста. По данным Клиники позвоночника, созданной на базе Федерального Центра лечебной физкультуры и спортивной медицины Минздрава России, остеохондроз позвоночника занимает в общей структуре заболеваемости с временной утратой трудоспособности одно из первых мест. До 10 % больных остеохондрозом позвоночника становятся инвалидами [30].

Результатом прогрессирования остеохондроза позвоночника становится ограничение движений и, как следствие, резкое ухудшение качества жизни человека [4]. Трудно даже подсчитать, во сколько обходится государству медицинское обслуживание больных остеохондрозом, выплаты по больничным листам, а также производственные потери.

Одним из наиболее доступных и экономических выгодных средств поддержания физиологического уровня двигательной активности при наличии остеохондроза является лечебная физическая культура. В настоящее время проведено огромное количество исследований, посвященных

ŋqdqɏeɎ bɆ dədɆbɎɜə d ɕɔɑbɔɏ Ɉqddɏqɏè

ŋ̧qdqyeɣ bɆ dedɆbɣɜe d ɐɔɑbɔɣ ɟqdqɣqyè

физической реабилитации пациентов с остеохондрозом, главная цель улучшить функциональное состояние опорно-двигательного аппарата пациентов [2,9,14,23,24]. При этом современная реабилитология немыслима без нового реабилитационно-диагностического оборудования, позволяющего проводить специальные диагностические биомеханические исследования при различной двигательной патологии, которые раньше занимали много времени и были технически трудно выполнимы. В связи с этим, на наш взгляд, представляет интерес изучение биомеханики позвоночного столба под влиянием занятий лечебной гимнастикой, что и легло в основу проведенного исследования.

Цель исследования – изучить динамику показателей функционального состояния позвоночного столба у пациентов с остеохондрозом на основании анализа данных программно-аппаратной методики «МБН-Биомеханика» под влиянием регулярных занятий лечебной гимнастикой.

Объект исследования: процесс физической реабилитации при заболеваниях позвоночника.

Предмет исследования: изменение кривизны и подвижности позвоночного столб под влиянием лечебной гимнастики.

Гипотеза исследования: мы предполагали, что регулярные занятия лечебной гимнастикой приведут к расширению функциональных возможностей позвоночника, что может быть зафиксировано с помощью современного диагностического комплекса «МБН-Биомеханика».

Практическая значимость заключается в возможности рекомендовать программно-аппаратный комплекс «МБН-Биомеханика», как неинвазивный метод для проведения объективной оценки реабилитационного результата при остеохондрозе позвоночника.

ŋ̧qdqyeɣ bɆ dedɆbɣɜe d ɐɔɑbɔɣ ɟqdqɣqyè