

УДК 615.825:616.711-007.5-053.5

## МЕТОД ФЕЛЬДЕНКРАЙЗА У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ СКОЛІОЗУ І-ІІ СТУПЕНЯ ДІТЕЙ 10-13 РОКІВ

Валерія БОРИС, Ольга СТАСЮК

*Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського,  
м. Львів, Україна*

**Вступ.** На теперішній час в Україні спостерігається тенденція до зростання кількості дітей із сколіозом різної важкості, що обмежені в русі, та іншими порушеннями, які потребують відповідних зусиль та умов для того, щоб залишатись дієздатними та повноцінними членами суспільства. За результатами трирічного дослідження, що проводиться на території десяти країн Східної Європи, найгіршу ситуацію зі сколіозом зафіксовано в Україні. Тут проблеми зі спиною ортопеди виявили у 23 % дітей. Деформація хребта в дітей і підлітків становить найбільшу частку (48%) всіх медичних візитів, пов'язаних із деформацією опорно-рухового апарату – понад 857,280 щороку. В одному дослідженні 63% дітей зі сколіозом повідомили про біль – кількість майже вдвічі більша, ніж кількість тих, у кого не було сколіозу. Метод виявив, що на додаток до низки функціональних змін в організмі, його застосування поліпшує координацію рухів, спритність, рівновагу, поставу стан опорно-рухового апарату та ходу. Втручання за методом Фельденкрайза значно знижують біль, афективні стани, напруження в певних групах м'язів, контроль над захворюваннями, а також низку показників якості життя.

**Мета** – дослідити техніки методу Фельденкрайза та можливість їх застосування у фізичній терапії дітей віком 10–13 років зі сколіозом.

### **Методи та організація:**

1. Метод теоретичного аналізу й узагальнення даних спеціальної наукової та методичної літератури.
2. Медико-біологічні методи дослідження.
3. Методи математичної статистики.

**Результати.** Проаналізовано техніки методу, зокрема усвідомлення, вільне дихання, патерни згинання, звільнення плечового поясу та ін. На основі узагальнених й проаналізованих результатів дослідження описано основні напрямки впровадження методу в діяльність фізичних терапевтів під час роботи з дітьми віком 10–13 р. зі сколіозом І–ІІ ст.

**Висновок.** Установлено, що метод Фельденкрайза, який містить усвідомлення, вільне дихання, патерни згинання, звільнення плечового поясу, позитивно впливає на дітей із сколіозом та поліпшує якість життя.

**Ключові слова:** сколіоз, фізична терапія, якість життя, метод.