

УДК 615.825:616-006.743

ЕФЕКТИВНІСТЬ КОМПЛЕКСНОЇ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У РАЗІ ШИЙНОГО ОСТЕОХОНДРОЗУ НА ЕТАПІ САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ЛІКУВАННЯ

Тетяна КОЗІЙ¹, Юлія КАРПУХІНА¹, Аліна СИДОРОВА²

¹Херсонський державний університет, м. Херсон, Україна

²Студія краси «Ve number one», м. Херсон, Україна

Вступ. Остеохондроз хребта – одне з найпоширеніших захворювань опорно-рухового апарату в популяції населення всього світу, що має чітку тенденцію до зростання. У процесі відновного лікування у разі дегенеративно-дистрофічних уражень хребта широко застосовують фізичні фактори, але найбільш комплексне їх використання можливе саме в умовах санаторно-курортного закладу.

Мета дослідити ефективність застосування методів фізичної терапії у хворих на остеохондроз шийного відділу хребта на базі санаторію «Оризонт» (Одеська область).

Методи. З діагностичною метою використано: аналіз медичної документації; оцінювання інтенсивності болю за візуальною аналоговою шкалою (ВАШ); мануальне м'язове тестування (ММТ); гоніометрію. З терапевтичною метою застосовано: ЛФК; мануальну терапію; постізометричну релаксацію; масаж; грязьові аплікації; душ висхідний; ванни; магнітотерапія, електрофорез з бішофітом; таласотерапію та ін.

Результати. Через 3 тижні лікування було проведено контрольне обстеження й оцінювання функціонального стану пацієнтів із шийним остеохондрозом. Усього обстежено 16 осіб (5 жінок і 11 чоловіків), віком від 25 до 60 років. За ВАШ було визначено зниження рівня відчуття болю від сильного до слабого, на що вказувало зменшення показників виразності болю з $5,8 \pm 0,5$ до $0,8 \pm 0,2$ балів. Результати контрольного ММТ виявили збільшення сили всіх досліджених м'язових груп, що призводять у рух голову і шию. Крім того, наприкінці курсу санаторно-курортного лікування спостерігається позитивна динаміка рухливості шийного відділу хребта у всіх напрямках. Так, обсяг активних обертальних рухів збільшився на 14° , обсяг руху під час нахилу голови назад поліпшився на $6,5^\circ$, а за нахилу голови вперед – на $9,7^\circ$. Показники обсягів згинання шийного відділу хребта вправо і вліво симетрично збільшилися на $7,6^\circ$ і $8,7^\circ$, відповідно.

Обговорення і висновки. Таким чином, в обстежених осіб із шийним остеохондрозом після 3-х тижнів комплексної фізичної терапії спостерігалася позитивна динаміка всіх досліджених показників. Усунення больового синдрому, збільшення сили м'язів та поліпшення рухливості шийного відділу хребта відбувалося за рахунок декомпресії спинномозкових корінців, розслаблення й поліпшення еластичності спазмованих м'язів.

Ключові слова: остеохондроз, фізична терапія, санаторно-курортне лікування.