

Гибадуллина Фируза Булатовна, к.м.н., доцент,
кафедра оперативной хирургии и топографической анатомии
ФГБОУ ВО «Башкирский государственный
медицинский университет» минздрава РФ, Уфа

Ягфарова Дилара Руслановна,
студент 4 курса педиатрического факультета
ФГБОУ ВО «Башкирский государственный
медицинский университет» минздрава РФ, Уфа

Ялмурзина Динара Кадировна,
студент 4 курса педиатрического факультета
ФГБОУ ВО «Башкирский государственный
медицинский университет» минздрава РФ, Уфа

МАССАЖ, КАК ПРОФИЛАКТИКА РАЗВИТИЯ НАРУШЕНИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У ДЕТЕЙ

Аннотация. В настоящее время, время online-обучения, все больше и больше детей вместе со своими родителями начали обращаться к хирургам, ортопедам, массажистам, в связи с болью в спине, нарушением осанки и плохой активностью. К достижению совершеннолетия, многие подростки уже имеют такие заболевания, как сколиоз, ювенильный ревматоидный артрит, бурсит и т.д.

Abstract. Nowadays, during online learning, more and more children, together with their parents, began to turn to surgeons, orthopedists, massage therapists, due to back pain, poor posture and poor activity. By the time they reach adulthood, many teenagers already have diseases such as scoliosis, juvenile rheumatoid arthritis, bursitis, etc.

Ключевые слова: массаж, профилактика.

Key words: massage, prevention.

В данной статье мы поговорим о массаже. Массаж - метод лечения, суть которого кроется в механических воздействиях на определенные участки тела с использованием разных техник. В ходе массажа используются или руки специалиста, или массажный аппарат.

Согласно физиологическому учению И. П. Павлова, положительное действие массажа и самомассажа связано с раздражением нервных окончаний в коже, мышцах, стенках сосудов, вызывающим рефлекторные реакции как со стороны отдельных органов, так и со стороны высших отделов головного мозга. Эти реакции сопровождаются расширением сосудов, ускорением крово- и лимфотока, улучшением регенерации и питания тканей и т. п.

Проблема искривления костей у детей стало актуальной проблемой XXI века и требует современного лечения.

Цель: изучить влияние профилактического массажа на частоту и степень нарушения опорно-двигательного аппарата у детей. Также привлечь молодых родителей к проблеме развития нарушений опорно-двигательного аппарата их детей.

Актуальность. При профилактических осмотрах детей одно из первых мест среди отклонений занимают функциональные нарушения осанки и формирования свода стопы. Каждый год все больше увеличивается число детей с нарушением осанки, плоскостопием и другими отклонениями от нормы. По данным врачей-ортопедов, к 7 годам жизни у трети детей имеются подобные изменения. У современных детей часто наблюдается сниженное количество движений, ниже возрастной нормы. Это связано с тем, что сегодняшнее



поколение большое количество времени проводит со своими гаджетами – играют в телефон, компьютер, смотрят фильмы; мало гуляют на улице и, как следствие, часто болеют простудными заболеваниями. Также сейчас нередко встречаются нестандартная одежда и неправильно подобранная обувь, что тоже вносит свой отрицательный вклад. Как следствие, у современных детей начали появляться проблемы со здоровьем, в том числе, нарушение осанки, деформация свода стопы и др.

Цель - изучить влияние профилактического массажа на частоту и степень нарушения опорно-двигательного аппарата у детей. Также привлечь молодых родителей к проблеме развития нарушений опорно-двигательного аппарата их детей.

Результаты. Результаты исследования предоставляют нам новые сведения о том, что отсутствие профилактического массажа в детском возрасте повышает риск возникновения нарушений опорно-двигательной системы.

Как показывают результаты, среди исследуемых детей 11,6% детей имеют те или иные изменения в опорно-двигательной системе. Притом, из 30 пациентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата у 13 человек выявлены различные формы сколиоза, что составляет 43,3%.

В первую очередь детский врач-ортопед выясняет причину болезни и устраняет её. У детей позвоночник искривляется от вынужденных статических нагрузок, неправильного положения за партой, нарушения питания с дефицитом микроэлементов.

Далее назначается терапия, в состав которой практически в 100% случаев включается медицинский массаж. Эта процедура прекрасно помогает при сколиозах 1–2 степени и может быть единственным методом терапии. При более серьёзной кривизне одного массажа может быть недостаточно.

Заключение. Исходя из совокупности вышеперечисленных исследований, становится ясно: профилактический массаж положительно влияет на здоровье опорно-двигательного аппарата детей - снижает риск возникновения сколиоза, плоскостопии, кривошеи и иных нарушений костно-мышечной системы.

Список литературы:

1. Баранова Е.А. Детский массаж при заболеваниях опорно-двигательного аппарата 2020, с.17-21
2. Бирюков А.А. Практикум русского классического массажа. М. : Физическая культура, 2016, с.33-34
3. Вербов А.Ф. Основы лечебного массажа. М. : Медицина, 2021, с.43-44
4. Васичкин В.И. Справочник по массажу. Л. : Медицина, 2012, с.3-4
5. Дирюков А.И. Лечебный физкультурный массаж. Учебное пособие ФиС, 2007, с.22-25.

