Горловский филиал

Открытого международного университета развития

человека «Украина»

Кафедра: физической реабилитации

**Реферат**

по дисциплине: Физиотерапия

по теме:

**Подводное вытяжение позвоночника**

2008

**ПОДВОДНОЕ ВЫТЯЖЕНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА**

Подводное вытяжение позвоночника - сочетанное *воздействие общей ванны вытягивания.* Существует ряд модификаций вытяжения позвоночника в воде: вертикальное, горизонтальное, путем провисании тела, собственной массой тела в сочетании c вытяжением под действием грузов.

**ФИЗИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА**

Подводное вытяжение позвоночника представляет собой сочетанное воздействие общей ванны и вытяжении позвоночника в воде. Основной принцип вытяжения состоит в растяжении позвоночника в разных направлениях с помощью различных приемов и приспособлений.

**АППАРАТЫ**

Бассейн с трапецией и другими приспособлениями, состоящими из подлокотников и головодержателя, специального пояса, на который подвешивают груз. Ванна с накнонной плоскостью.

**МЕТОДИКА И ТЕХНИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПРОЦЕДУРЬ**

Существует несколько методик подводного вытяжения в зависимости от растигиваемого отдела позвоночкика, способа фиксации, положения в воде и др.

Вертикальное вытяжение позвоночника проводят в бассейнах или специальных емкостях. При этом верхний плечевой пояс и грудная клетка больного фиксируются приспособлением, состоящим из головодержателя и подлокотников, а вокруг туловища на уровне таза закрепляют ремень с грузом. Величина последнего постепенно увеличивается как во время одной процедуры (от 2-5 до 8-10 кг), так и в процессе курса лечения (от 2-5 до 20-25 кг). Продолжительность процедуры – 20-40 мин. Курс лечения – 10-15 процедур через день или четыре раза в неделю. Этот вариант вытяжения относится к интенсивным воздействиям, и поэтому его проводят в основном лицам молодого возраста без сопутствующей патологии.

Горизонтальное подводное вытяжение проводят в ванне с помещенным в нее наклонным тракционным щитом. Головной конец щита крепят к головному борту ванны, а ножной оставляют свободным, что позволяет в процессе лечения изменять угол наклона щита и туловища. Нижнюю часть грудной клетки больного с помощью специального лифа фиксируют к головному концу щита. На таз больного накладывают полукорсет, к которому через систему блоков подвешивают груз. Его масса при первой процедуре составляет 5 кг. Затем при каждой последующей процедуре силу тяги увеличивают на 5 кг и к 4-5-й процедуре доводят до 20-30 кг. В конце процедуры груз постепенно уменьшают. Продолжительность воздействия – 20-40 мин. Курс лечения – 10-12 процедур через день или четыре раза в неделю.

Методика вытяжения позвоночника путем провисания тела (по Киселеву) заключается в том, что плечевой пояс больного фиксируют в ванне с помощью кронштейнов, а ноги в области голеностопным суставов закрепляют у ножного конца ванны манжетами и эластичными бинтами. Больной при этом не касается дна ванны (поза «гамака»).

Горизонтальное вытяжение позвоночника в ванне с помощью двух корсетов выполняется следующим образом: одним корсетом фиксируют грудной отдел позвоночника, второй закрепляют в области таза и соединяют с гидравлическим аппаратом (УПВП-1) или системой блоков с прикрепленными к ним грузами (до 20-30 кг). Курс лечения – 10-15 процедур через день.

Вытяжение позвоночника целесообразно проводить в конце дня после всех получаемых процедур с последующим длительным (до 1,0 -1,5 ч) пребыванием его на жесткой кушетке. Необходимо также после выхода больного из ванны в положении лежа произвести иммобилизацию его позвоночника путем бинтования, можно надеть на него корсет или пояс штангистов, который больной должен снять, лежа в постели.

Подводное вытяжение позвоночника можно проводить как в минеральных ваннах (радоновая, сероводородная, хлоридная натриевая), так и в пресных и ароматических.

**ПРИМЕРНЫЙ КОМПЛЕКС ВЫТЯЖЕНИЯ ПОЗВОНОЧНИКА В ВЕРТИКАЛЬНОЙ ВАННЕ-БАССЕЙНЕ**

**I. Упражнения с гимнастической палкой.**

1. Положение стоя. Руки вперед, палка на вытянутых руках. Присесть, наклоны в сторону.

2. Положение то же. Наклоны в стороны с вращением палки перед собой.

 3. Положение то же. Коснуться коленями палки поочередно.

4. Положение то же. Коснуться палки прямыми ногами поочередно.

5. Положение стоя. Палка за спиной. Поочередно вытягиваем палку

вправо, влево.

6. Положение стол. Палка за спиной на плечах. Присесть, повороты в стороны.

 7. Расслабиться.

8. Положение стоя. Палка на вытянутых руках вверху; опустить руки вниз, достать палку поочередно ступнями ног, смотреть вниз.

9. Палку на пальчик, удержать равновесие палки, смотреть на палку.

Руки меняем.

**II. Упражнения у стенки (руками держаться за стенку).**

1. Полу приседания.

2. Ноги шире плеч, покачивание вокруг себя бедрами вправо, влево.

3. "Волна" - ноги вместе, стоя прямо приседаем, подтягиваясь к стенке, покачивание вперед, вверх, грудью по стенке. Назад.

4. Ноги вместе, присесть и повернуться в стороны.

5. Стоя прямо, поднять правую руку вверх одновременно согнуть

ногу в колене, смотреть вниз.

6. Положение стоя. Согнуть ноги выпрямить вперед, вверху, коснуться пятками стенки. Вернуться, не касаясь пола, в исходное положение.

7. Лечь на поверхность воды, ноги прямые, покачивание вправо, влево, вниз, вверх.

**III. Упражнения на плоскости.**

1. Лежа на спине. Тереть спиной о плоскость.

2. Поднять таз вверх, зафиксировать. Отпустить.

3. Ноги прямые, потереть бедрами о плоскость.

4.Сгибаем колени. Наклоны согнутыми коленями вправо, влево.

5. Согнуть правое колено, прижать к себе, подбородок прижать к колену. Повторить левым коленом.

6. Положение на животе. Сгибать поочередно колени.

7. Положение на животе. Поднять правую прямую ногу, голову повернуть влево, посмотреть на пятку. Повторить левой ногой.

**На трапеции.**

1. Просто повисеть.

2. Полежать на поверхности воды.

3. Ноги и таз поднять на поверхность воды. Сделать скресты «Ножницы».

4. Исходное положение то же. Сделать ногами "Брасс" (круги ступними в стороны, сомкнуть).

5. Повисеть на одной руке, поменять руки.

6. Руки на перекладине, подняться, подбородком коснуться трапеции, держаться как на брусьях, руки на себя.

***Поднять трапецию (вода по пояс).***

1. Просто повисеть.

2. Повисеть, согнув колени.

Занятие длится 35 мин, затем отдых 25 мин, лежа на подушке в удобном для больного положении.

**На кругу.**

1. Ходьба, согнув ноги в коленях.
2. поднимаем ноги в стороны.
3. Ходить касаясь коленями круга.
4. Прямой ногой достать до круга.
5. Кружиться.

Подводное вытяжение позвоночника по В.А. Лисунову.

Вытяжение позвоночника по Пушкаревой-Воздвиженской и др.

**МЕХАНИЗМ ДЕЙСТВИЯ ФАКТОРА**

Физико-химический эффект: подводное вытяжение позволяет растягивать позвоночник за счет использования собственной массы тела пациента.

Физиологический эффект: тепловое воздействие воды и механическое воздействие способствует снятию мышечно-тонического синдрома, что улучшает функциональную подвижность и кровообращение в сегментах позвоночника, метаболические процессы.

Лечебный эффект: релаксационный, трофический, декомпресионный, метаболический.

МЕХАНИЧЕСКОЕ ВЫТЯЖЕНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА

Основной принцип вытяжения состоит в растяжении позвоночника в разных направлениях с помощью различных приемов и приспособлений. Вытяжение позвоночника осуществляют в воде, на специальных столах.

**ФИЗИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА**. Действующий фактор - механическое натяжение.

**АППАРАТЫ.** "Релакс" (Украина), "TRAComputer+ M I L 1 Diatermy Couch" фирмы "Medicin elektronik LG" (Германия) - система с компьютерным управлением (вибротракс) и импульсной микроволновой диатермии позволнет проводить комплексную терапию, снимает мышечнотонический синдром. За рубежом используют тракционное электронное устройство с пьедесталом и аксессуарами (США) "МР-I", тракционный комплекс: 3-секционный стол и электронное тракционное устройство с аксессуарами (США) "ТМЕ-3 + МР- l", тракционный колiплекс: 4-секционный стол + электронное тракционное устройство с акссссуарами (CШA) "АЕТ-4+МР-I" и другие.

**МЕТОДИКА И ТЕХНИКА ПРОВЕДЕIIИЯ ПРОЦЕДУРЫ**

Определяется наличием соотвествующего оборудования.

**МЕХАНИЗМ ДЕЙСТВИЯ ФАКТОРА**

Релаксационно-массажный автоматизированный комплекс служит для растяжения позвоночника за счет использования собственной массы тела пациента, а также оказывает механическое и тепловое воздействие на позвоночно-двигатсльный сегмент позвоночника.

Физиологические эффекты: тепловое и механическое воздействия способствуют расслаблению болезненно наприженных мышц, улучшению взаимоотношений в позвоночнике и межпозвонковых суставав, что повышает функциональную подвижность и улучшает кровообращение в сегментах позвоночника и метаболические процессы.

Лечебный эффект: релаксационный, трофический, декомпрессионный, метаболический.

**ПОКАЗАНИЯ**

Вытяжение показано при заболеваниях позвоночника и суставов при наличии компрессионного синдрома (снижение межсуставной щели), а также с профилактической целью пациентаы при рутинной сидячей работе или занимающимся тяжелым физическим трудом. Применение "Релакса" показано при цервикокраниалгии, цервикоалгии, цервикобрахиалгии, торакалгии, межреберной невралгии, лопаточно-реберном синдроме.

**ПРОТИВОПОКА3АНИЯ**

Наряду с общими, пpи синдромах: общих воспалительных изменений в острую фазу, интоксикационном; болевом; наличия жидкости в полости; нарушения ритма сердца; гипертензивном; флеботромбоза; тромбофлебитическом; желтухи; печеночой и почечной колики; судорожном; деформации позвоночника (анкилозирование, сколиоз выше II степени), нарушения целостности тканей: менингеальном; ликворной гипертензии; отечном.

**Список литературы**

1. Боголюбов В.М. Физические факторы в профилактике, лечении и медицинской реабилитации. – М.: Медицина. – 1987. – 154 с.
2. Боголюбов В.М., Пономаренко Г.Н. Общая физиотерапия: Учебник. – М., 1999г.
3. Клиническая физиотерапия / Под ред. В.В. Оржешковского. – Киев, 1984г.
4. Клячкин Л.М. , Виноградова М.Н. Физиотерапия. – М., 1995г.
5. Пономаренко Г.Н. Физические методы лечения: Справочник. – СПб., 2002г.
6. Улащик В.С., Лукомский И.В. Общая физиотерапия: Учебник, Минск, «Книжный дом», 2003г.
7. Физиотерапия: Пер. с польского /Под ред. М. Вейсса и А. Зембатого.— М.: Медицина, 1985.—496 с.