

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ С ПАТОЛОГИЕЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Л.К. Воронянская
В.Б. Евсютина

*Харьковская государственная
академия физической культуры,
г. Харьков*

e-mail: uchotdelhdafk@mail.ru

В статье рассматриваются основные направления физической реабилитации детей-инвалидов с патологией опорно-двигательного аппарата, направленные на восстановление функциональных возможностей ребенка.

Ключевые слова: детская инвалидность, реабилитация, физические упражнения, восстановление нарушенных функций.

Инвалидность населения Украины и органически связанная с нею реабилитация инвалидов является одной из важнейших социальных проблем современного общества. По данным Министерства труда и социальной политики на 2008 год в Украине на учете в органах социальной защиты в качестве получателей пенсии по инвалидности насчитывалось 2,67 тыс., что составляло 5,0% населения государства, ежегодно инвалидами признаются более 200 тыс., больных; наблюдается процесс активного роста накопленной инвалидности.

В Украине, как и во всем мире, отмечается рост числа детей-инвалидов. Среди причин, способствующих возникновению инвалидности у детей, основными являются ухудшение экологической обстановки, рост травматизма, растущий уровень заболеваемости родителей, рост алкоголизма и наркомании.

Если в 1999 году показатель детской инвалидности составлял 157206 человек, то в 2008 году – уже около 180 тыс. Значительную группу составляют дети, которые стали инвалидами вследствие тяжелой смешанной патологии в виде детского церебрального паралича – 9,4%, врожденных аномалий – 9,1%, заболеваний опорно-двигательного аппарата – 5,7%, заболеваний эндокринной системы, обмена веществ – 5,3%, заболеваний органов зрения – 4,7%, и слуха – 4,3%. Поэтому, одной из важнейших задач сложившейся негативной экономической, экологической и демографической ситуации, является восстановление, сохранение здоровья, личностного и социального статуса инвалидов, достижения ими материальной и социальной независимости, интеграции и реинтеграции в обычные условия жизнедеятельности, снижения первичного выхода на инвалидность и тяжести инвалидности. Концепция реабилитации инвалидов, основные направления деятельности в области предупреждения инвалидности определены Законом «Об основах социальной защищенности инвалидов в Украине» (1991), в которых гарантированы права инвалидов на реабилитацию и обязанности государственных и ведомственных структур за ее реализацию. В последние года в современной медицине отмечается интенсивное развитие реабилитационного направления.

Физическая реабилитация является составной частью комплексного восстановительного лечения и реабилитации детей с врожденными и приобретенными заболеваниями опорно-двигательной системы и направлено на предупреждение и уменьшение инвалидности. Физическая реабилитация детей изучает особенности применения способов физического воздействия на организм больного ребенка, темпы его роста и развития при патологических состояниях, методики кинезотерапии при разных дефектах развития, заболеваниях и травмах у детей. Известно, что гипокинезия неблагоприятно влияет на функцию сердечно-сосудистой и нервной систем, в том числе на кору больших полушарий головного мозга. Тренировки приводят к увеличению способностей органов чувств различать более мелкие характеристики динамики мышечных сокращений. При этом ребенок получает возможность лучшего усвоения новых движений и перестройки уже приобретенных. Двигательные навыки становятся более стойкими и управляемыми. Это свидетельствует про улучшение взаимосвязи сознания и движения. Мышечная деятельность, занятия физическими упражнениями повышают активность обменных процессов, тренируют и поддерживают на высоком уровне



механизмы, которые осуществляют в организме обмен веществ и энергии, что благоприятно отображается на умственной и физической трудоспособности детей.

Особенно следует отметить внимание к физической реабилитации, применение которой в комплексном лечении детей с поражением опорно-двигательного аппарата является весьма эффективным. Для нормального роста и развития детей необходимым фактором является двигательная активность. Лечение движением рекомендуется начинать как можно раньше.

Основными задачами физической реабилитации детей – инвалидов и инвалидов с детства является улучшение состояния здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей, формирование и совершенствование различных двигательных навыков (ходьба, бег, метание, лазание и др.), воспитание в движениях таких качеств как скорость, ловкость, выносливость, с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

В Украине функционирует сеть специальных школ, дошкольных учреждений для детей – инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата, интеллекта, зрения, в которых осуществляется комплексная лечебная, воспитательная и учебная работа, направленная на коррекцию и компенсацию имеющихся дефектов. При осуществлении физического воспитания обязательно учитываются возрастные анатомо-физиологические особенности.

Следует подчеркнуть, что дети – инвалиды особенно нуждаются в физическом воспитании для выработки жизненно важных умений, способности к самообслуживанию, обучению профессиональной деятельности и для повышения их психоэмоционального тонуса.

Физическая реабилитация отличается от других видов лечения и реабилитации физиологичным характером применяемых мероприятий, связанных с природными движениями ребенка.

В процессе физической реабилитации происходят положительные изменения, которые предупреждают дальнейшее развитие патологического процесса, нормализуется деятельность жизненно важных органов и систем, улучшается общее состояние организма, активизируются адаптационные возможности. В зависимости от вида и сложности патологии, степени компенсаторных изменений, возраста физическая реабилитация детей может решать следующие задачи: устранение или предупреждение или снижение интенсивности патологического процесса, увеличение амплитуды движения в суставах, и уменьшение контрактур, восстановление опорной функции конечностей, повышение функциональных возможностей мышц, достижение компенсаторного положения, улучшение общей трудоспособности и выносливости организма. К методам физической реабилитации используемых для детей можно отнести физические упражнения и подвижные игры.

Для детей с заболеваниями, повреждениями, пороками развития костей и суставов специальные физкультурно-оздоровительные мероприятия направлены:

- на профилактику развития вторичной тугоподвижности, контрактур суставов конечностей, сохранившейся конечности, культы недоразвитых конечностей;
- на укрепление мышечных групп сохранившейся конечности, тренировку опорной функции рук для обеспечения пользования костылями, тростями, на создание мышечного корсета при нарушении осанки, тренировку дыхательной функции и кровообращения;
- на профилактику возникновения осложнений, связанных с вынужденной гипокинезией;
- оздоровление организма, повышение его функциональных возможностей, психоэмоционального тонуса, степени социальной адаптации инвалида.

При формировании программы физической реабилитации инвалидов с детства используют принципы построения занятия для сверстников, но с ограничением или специальными добавлениями в зависимости от характера патологии, уровня предшествующей физической подготовленности.

Учитывая, что для инвалидов с детства, имеющих нарушения физического и умственного развития, характерным является значительное отставание в развитии дви-



гательных функций, постановка физического воспитания заслуживает серьезного внимания.

Занятия строятся по специальным программам, предусматривающим включение упражнений общеразвивающего характера, а также направленными на коррекцию отклонений в развитии аномального ребенка. При организации спортивных праздников и развлечений должен соблюдаться принцип соревнования участников с однородным дефектом.

Базой для проведения занятий может быть врачебно-физкультурный диспансер, зал лечебной физкультуры поликлиники, занятия в домашних условиях, оздоровительные площадки по месту жительства, при школах, в парках отдыха на стадионе. Используются предметы и снаряды: мячи палки эспандеры различные тренажеры, гимнастическая лестница, набор для спортивных игр (городки, настольный, теннис, ракетки и воланы для бадминтона, баскетбольные щиты с кольцами).

Основной формой проведения физической реабилитации являются занятия ЛФК. Основным методом есть физические упражнения, они подразделяются на общеукрепляющие и специальные. Общеукрепляющие упражнения влияют на весь организм. Специальные упражнения решают больше узкие задания – восстановление нарушенных функций опорно-двигательного аппарата. Те же самые упражнения в зависимости от методики их использования могут решать разные задачи.

Каждое занятие строится по определенному плану и состоит из трех частей: подготовительной основной и заключительной.

Подготовительная часть включает подготовку к выполнению специальных упражнений, постепенно включает организм пациента в нагрузку. Продолжительность подготовки занимает 10-15% времени всего занятия. В основной части занятия решаются задачи реабилитации и используются специальные упражнения в чередовании с общеукрепляющими. Продолжительность этой части занятия составляет 60-80% всего времени занятия.

В заключительной части нагрузка постепенно уменьшается. Используются дыхательные упражнения и упражнения на расслабление. Продолжительность заключительной части занятия составляет 5-10% всего времени занятия. Нагрузка во время занятий должна быть оптимальной и отвечать функциональным возможностям ребенка.

Физическая реабилитация не может ограничиваться только уроками физкультуры и занятиями лечебной гимнастикой, они обязательно должны дополняться и другими формами двигательной активности в адекватных дозировках. Из средств физической реабилитации используемых в детском возрасте можно выделить физические упражнения и подвижные игры.

Как способ физической реабилитации подвижные игры занимают особое место в физическом воспитании ребенка и его лечении, обеспечивая комплексное воздействие на его организм и высокую эмоциональность. Особенности подвижной игры в сравнении с другими способами лечебной физкультуры определяются их эмоциональной насыщенностью. На положительном эмоциональном фоне гораздо увеличивается функциональные резервные возможности организма, обеспечивая оптимальные условия для согласования работы разных систем и их тренировок.

Двигательная деятельность ребенка в игре включает в работу разные мышцы, способствующие рассеянной нагрузке и предупреждая утомление. Физические упражнения в игровой форме способствуют укреплению отдельных групп мышц, разработке движений в суставах, тренировка выносливости, силы, координации движений, улучшение деятельности кардио-респираторной системы. Нагрузка и характер упражнений подбираются с учетом локализации патологического процесса, степени функциональных нарушений. Подбор методов физической реабилитации осуществляется согласно реабилитационных заданий, с учетом возраста больного ребенка и особенностей его психомоторного развития.

Использование подвижных игр в физической реабилитации предъявляет к их подбору особые условия: возможность регулирования физического напряжения, развитие двигательных навыков, качества и решения определенных реабилитационных заданий.



Врачебный контроль за инвалидами с детства при занятиях физкультурой и спортом осуществляется, исходя из принципа комплексной оценки функционального состояния инвалида. В основе лежит определение физического психического развития. Особенности телосложения, состояния опорно-двигательного аппарата, оценка функциональных резервов сердечно-сосудистой и дыхательной системы, нервной системы, зрительного и слухового анализатора. Особое внимание должно быть уделено оценке тех физических качеств и свойств, которые наиболее ослаблены или утрачены вследствие заболеваний.

Практическое осуществление разнообразных путей совершенствования физического воспитания инвалидов с детства является важным не только в оздоровлении их, но и в уменьшении степени инвалидности и физической неполноценности, способности приспособиться к обычным условиям жизни и труда и имеет большое социальное значение.

Таким образом, организация специальной сети центров реабилитации детей-инвалидов с применением в них различных методов реабилитации является основной задачей государства, направленной на реализацию детьми-инвалидами их возможностей, интеграции в детские дошкольные учреждения, общеобразовательные школы и к активной жизни в обществе. Опыт тесного взаимодействия реабилитационных центров и здравоохранения в городе Харькове – детским ортопедическим и травматологическим отделением показал эффективность физической реабилитации детей с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.

Литература

1. Постановление Кабинета Министра Украины от 12.10.2000 года. № 1545 «Про схвалення Концепції ранньої соціальної реабілітації дітей-інвалідів».
2. Ляшенко В.І. Рання соціальна реабілітація дітей-інвалідів // соціальний захист / В.І. Ляшенко. – 1999. – № 5. – С. 35-41.
3. Івахно О.П. Концептуальні підходи до формування здоров'я дітей в системі дошкільного виховання // Довкілля і здоров'я – 2000. – № 2. – С. 20-22.
4. Лисовский В.А., Евсеев С.П., Голофеевский В.Ф., Мироненко А.Н. Комплексная профилактика заболеваний и больных и инвалидов / В.А. Лисовский, С.П. Евсеев, В.Ф. Голофеевский, А.Н. Мироненко. – М.: Советский спорт, 2004. – 318 с.
5. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура / В.И. Дубровский. – М.: Владос, 1999. – 607 с.
6. Руководство по протезированию и ортезированию. – СПб., 1999. – 624 с.
7. Белая Н.А. Лечебная физическая культура и массаж / Н.А. Белая. – М.: Советский спорт, 2001. – 270 с.
8. Гері Окамото. Основи фізичної реабілітації / Пер. з англ.. – Львів: Галицька видавнича спілка, 2002. – 325 с.
9. Мухін В.М. Фізична реабілітація / В.М. Мухін. – К.: Олімпійська література, 2005. – 473 с.
10. Закон України «Про реабілітацію інвалідів в Україні».
11. Физическая реабилитация. – Ростов н/Д.: Феникс, 1999. – 604 с.

FEATURES OF PHYSICAL REHABILITATION OF DISABLED CHILDREN WITH MUSCULOSKELETAL DISTURBANCES

L.K. Voronyanskay
V.B. Evsutina

*Kharkov State Academy
of Physical culture,
Kharkov*

e-mail: uchotelhdafk@mail.ru

In the article basic methods of physical rehabilitation of disabled children with musculoskeletal disturbances are considered. The aim of the methods is functional recovery of a child.

Keywords: child's disability, rehabilitation, physical exercises, functional recovery.