

Требования по соблюдению ортопедического режима в УО «Озёрская государственная санаторная школа-интернат Гродненского района»

Диспластический (идиопатический) сколиоз (ДС), являясь заболеванием всего организма, характеризуется основным симптомокомплексом – развивающейся в процессе роста специфической деформацией позвоночника. Специфичность проявляется в одновременном трехплоскостном искривлении позвоночного столба по типу скручивания, что вовлекает в патологический процесс реберный каркас грудной клетки, таз, располагающиеся внутренние органы. В зависимости от выраженности деформации позвоночника различают четыре степени тяжести заболевания.

В комплексе лечения больных с ДС немаловажная роль принадлежит соблюдению ортопедического режима.

Ортопедический режим включает в себя:

- режим разгрузки позвоночника;
- щадящий двигательный режим;
- корсетный режим.

Для выполнения ортопедического режима каждый обучающийся в санаторной школе-интернате обязан:

1. В время учебных занятий и самоподготовки занять место за партой или на лечебной кушетке согласно рекомендациям врача-ортопеда по рассадке.
2. Периодически контролировать правильность положения за партой или на лечебной кушетке.
3. Во время тихого часа занять положение лежа на кровати с деревянным щитом.
4. Во время перемен, отдыха, прогулок на свежем воздухе **запрещаются**:
 - подвижные игры (футбол, волейбол и др.);
 - занятия легкой атлетикой;
 - занятия тяжелой атлетикой;
 - ношение тяжестей (не более 3-5 кг);
 - быстрый бег, прыжки;
 - игры со скакалкой;
 - катание с крутых горок;
 - катание на коньках и другие игры, ведущие к увеличению подвижности позвоночника.

Для учащихся, получающих корригирующее корсетное лечение необходимо помнить, что корсет не пассивное, а активное вспомогательное средство, которое предполагает обязательное участие пациента. Под корсетом следует носить нижнюю сорочку с короткими рукавами, не должно быть швов в тех местах, где оказывается давление. Сорочка должна покрывать ягодицы. Необходимо осуществлять регулярный уход за телом, чтобы не возникало каких-либо проблем с кожей.

При пользовании корсетом:

- следует избегать слишком интенсивных нагрузок при ходьбе, беге и прыгании;
- не поднимать тяжести (не более 5 кг в две руки);
- следить за правильностью режима дыхания;
- регулярно проверять состояние кожи, особенно в участках давящих пелотов;

- при ощущениях каких-либо дополнительных неудобств в корсете сразу обратиться к лечащему врачу-ортопеду.

Корсет может сниматься:

- при проведении туалетных процедур;
- при дополнительно назначенных занятиях лечебной гимнастикой без корсета.

Необходимо помнить, что пациент должен находиться в корсете максимально длительный срок. Необходимо посещать врачей-специалистов в строго назначенные сроки.

Строго соблюдая ортопедический режим, можно устранить негативные моменты, которые способствуют прогрессированию этого тяжелого заболевания, тем самым оказать положительное влияние на стабилизацию процесса.