

СТЕПАНЮК К.В., строительный факультет, гр. П-320,
Брест, УО «БрГТУ»

Научный руководитель – Лисовский А.В., старший преподаватель
УО «БрГТУ»

ТРЕНАЖЁРЫ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ЛЕЧЕНИЯ СКОЛИОЗА

«. *Введение.* Сколиоз – это боковое искривление позвоночника по отношению к своей вертикальной оси. При сколиозе изменяется нормальное расположение позвонков, вследствие чего могут сдавливаться выходящие из межпозвоноковых отверстий нервы и сосуды. Учитывая, что каждый сегмент спинного мозга, находящийся на уровне того или иного позвонка, отвечает за деятельность определенного органа, при искривлении позвоночника автоматически нарушается функция органов и систем организма соответственно уровню искривления.

Цель работы – исследовать характерные особенности некоторых тренажёров, эффективно влиявших на профилактику и лечение сколиозов.

Методы исследования. В нашей работе мы применяем следующие методы: анализ научно-методической литературы, педагогические наблюдения и опрос.

Обсуждение результатов. С целью определения эффективности применения специальных тренажёров мы обратили внимание на тренажёр «Бэклайф». Это первый в мире аппарат для лечения болей в пояснице в домашних условиях. Аппарат приводит в движение позвонки в нижней части спины, совершая легкое периодическое эллиптическое движение. Такое движение периодически поднимает арку бедра, увеличивает межпозвоночное расстояние, освобождает от опущения естественной скованности в области поясницы, усиливает кровообращение и доступ кислорода к очагу боли. Тренажёр «Бэклайф» снимает чувство скованности в области поясницы, восстанавливает подвижность поясницы, уменьшает боли при его регулярном использовании, формирует осанку и уменьшает напряжение мышц.

Выводы. Для лечения сколиоза и болей в спине рекомендуется приобрести аппарат «Бэклайф» и использовать его в домашних условиях. Этот тренажёр впервые был запатентован в 2002 году. Создание этого уникального тренажёра положило начало лечению сколиоза в домашних условиях.

Литература

1. Кудрицкий, В.Н. Оздоровительная физическая культура в режиме дня студентов / В.Н. Кудрицкий. – Брест.: БрГТУ, 2008. – 71 с.