

ХИЛЬ В.В., строительный факультет,
гр. П-334, г. Брест, БрГТУ,
научный руководитель – Кудрицкий В.Н., канд. пед. наук, доцент, профессор
кафедры ФВиС, г. Брест, БрГТУ

МАССАЖ ПРИ СКОЛИОЗЕ

Введение. Сколиоз – это боковое искривление позвоночника во фронтальной плоскости. Он может быть простым или частичным, с одной дугой искривления и сложным при нескольких дуг искривления в разные стороны. Как правило, выделяют две основные группы (врожденный сколиоз, приобретенный сколиоз). Врожденный сколиоз возникает в результате нарушения внутриутробного развития. Приобретенный сколиоз возникает в результате травм позвоночника и неправильного положения тела во время выполнения различной трудовой деятельности.

Цель работы – определить средства и методы, эффективно влияющие на профилактику сколиоза.

Методы исследования. В данной работе применялись общепринятые педагогические методы: изучение литературных источников зарубежных и отечественных авторов, опрос и анкетирование.

Обсуждение результатов. Правильно подобранный массаж позволяет исправить начальный сколиоз. В этом случае теория массажа при сколиозе преследует цель – достичь состояния расслабления непосредственно в напряженных мышцах и тонизировать их ослабление. Рекомендуются напрягать слабые мышцы при помощи специально разработанных комплексов физических упражнений для их укрепления. При выполнении массажа спины рекомендуется уложить больного в такое положение, при котором его мускульные мышцы будут расслаблены, необходимо обеспечить пациенту неподвижное, но комфортное положение на протяжении всего сеанса, не рекомендуется изменять положения пациента в период массажа. Перед началом проведения спинного массажа требуется выровнять физиологическое позвоночное искривление. Необходимо помнить, что массаж не рекомендуется выполнять при наличии болезни кожи (экземы, псориаза, лишая, порезов кожи и травм).

Выводы. Таким образом, при выполнении массажа при сколиозе спины необходимо укрепить или вернуть тонус ослабленным мышцам и расслабить напряженные мышцы. Лечебный массаж рекомендуется начинать с мышц ног, потом бедер, затем следует живот, и заканчивают самой спиной. При выполнении массажа следует учитывать массажную методику, включающую специальные положения, помогающие скорректировать позвоночную деформацию, подбирать минимальные, но самые эффективные массажные приемы.