

BOLALARDA UCHRAYDIGAN SKALYOZ, KIFOZ, LORDOZ KASALLIKLARINI KELIB CHIQISH SABABLARI VA DAVOLASH

Matkarimova Matluba Xolmirzayevna

2-Farg'ona tibbiyot kolleji fizioterapiya va massaj o'qituvchisi

Annontatsiya: Ushbu maqolada bolalarda uchraydigan skalyoz, kifoz, lordoz kasalliklarini kelib chiqish sabablari va davolash haqida fikr yuritilgan.

Kalit so'zlar: Bolalar, skalyoz, kifoz, lordos, davolash, sabab, kasallik.

Skolioz-bu bolalarda va o'smirlarda ko'p uchraydigan kasallik bo'lib, umurtqa pog'onasi yon tomonga (chap tomonga) qiyshayib ketishi bilan xarakterlanadi. Skolioz tug'ma va ortirilgan bo'lishi mumkin. Tug'ma skoliozga homiladorlik vaqtida umurtqa pog'onasining qaysidir qismidagi rivojlanish nuqsoni sabab bo'ladi. Ortirilgan skolioz ko'pincha bolaning bo'yi o'sadigan 5-7 yoki 12-15 yosh davrida umurtqa pog'onasidagi ikkilamchi o'zgarishlar hisobiga yuzaga kelishi mumkin. Kasallikning bu turi idiopatik (sababsiz) skolioz, deb ham yuritiladi. Bemorning 70-80% kasallikning aynan, shu turidan aziyat chekadi. Bu ayniqsa qiz bolalarda ko'p uchraydi.

-Dunyo olimlarining bu borada turli nazariyalari mavjud. Ular kasallikni bolaning o'sish davrida ovqatlanish tartibining buzilishi, ya'ni qo'shimchalarga boy taomlarni ko'p, tabiiy mahsulotlarni kam eyish bilan bog'liq, deb hisoblashadi. Bundan tashqari, gipodinamiya (kamharakatlik) ham hastalik paydo bo'lishiga zamin yaratishi mumkin. Ikkilamchi sabablar sifatida esa gijjalar, tanadagi vitamin tanqisligi, mushaklar uchun zarur moddalar etishmasligini alohida ta'kidlab o'tish joiz.

Xastalikning qiyshayish burchagiga qarab to'rtta darajasi mavjud. 10 darajagacha - birinchi, 11-25 darajagacha - ikkinchi, 26-40 darajagacha uchunchi, 41 darajadan yuqori bo'lsa, to'rtinchi darajali skolioz, deb yuritiladi.



-Kasallik darajasiga qarab, davolash usullari turlicha bo'ladi. Bir yoki ikkinchi darajali skolioz fizioterapevtik muolajalar, engil mashqlar va faol jismoniy harakatlar yordamida davolanadi. Bunda asosiy e'tibor umurtqa

atrofidagi mushaklar tonusini oshirishga qaratiladi.

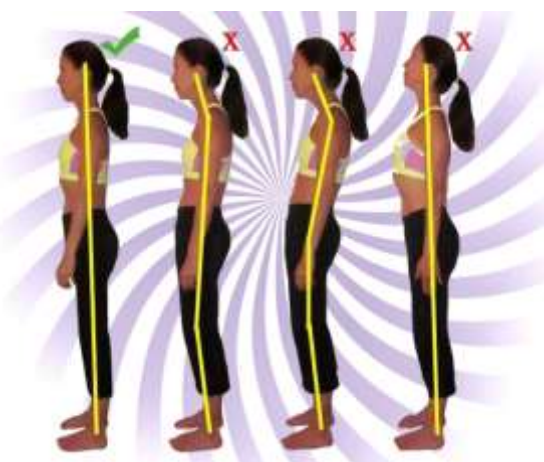


-uchunchi darajasida qo'shimcha tarzda korreksiyalovchi(to'g'irlovchi)korsetlar taqish tavsiya etiladi.Bunda umurtqaning biroz bo'lsada to'g'irlash va shu holatining yomonlashishi oldi olinadi.

-To'rtinchi darajada umurtqada nafaqat yonga,balki o'z o'qi atrofida qiyshayish yuzaga keladi.Ko'krak qafasi a'zolarida ikkilamchi o'zgarishlar,o'pkaning,yurakning siqilishi oldini olish uchun operativ jarrohlik yo'li yordam beradi.

Kasallik paydo bo'lmasligi uchun birinchi navbatda sog'lom turmush tarzini shakllantirish kerak.Sport bilan shug'ullanish,tabiiy mahsulotlar iste'mol qilish,tabiat qo'ynida,tozza havoda ko'proq yurish,bolaning bo'y o'sishi davrida 6oyda 1marotaba ortaped ko'rigidan o'tkazish,bir tomonlama ko'tariladigan va og'ir sumkalar tavsiya etilmaydi.Ayrim bolalarda paylar bo'shligi sabab qaddi qomatning buzilishi kuzatiladi.Oldinga engashib yoki bir tomonga og'ib yurish kabi holatlar vaqtida davolanmasa skoliozga olib keladi.

Lordoz-umurtqa pogonasining ichkariga qiyshayishi.Bunda ko'pincha chanoq



suyagining son suyagi bilan tutashgan bo'g'imining tug'ma chiqishi sabab bo'ladi.Bel lordozi qoringa yog' yig'ilishidan ham paydo bo'ladi Lordozda umurtqalar deformatsiyalanadi va og'riydi.Umurtqa pog'onasi shikastlangan qismining harakatlanishi qiyinlashadi.

Lordozning eng keng tarqalgan alomati-bu mushaklarning spazimlari yoki kuchlanishiga bog'liq og'riqdir.Og'riq bo'yin,elkada,va belning yuqori qismida

kuzatiladi.Shifokor lordozni kuzatish,tekshirish va kasallik tarixi orqali aniqlaydi.Lordoz bilan kasallangan odamlarning aksariyati keng tibbiy aralashuvni talab qilmaydi va davolash egrilik darajasi va o'ziga xos alomatlar asosida tuziladi.Bolalarda lordoz miya falaji,mushak atrofiyasi,umurtqa mushak atrofiyasi kabi jiddiy holatlar tufayli ham rivojlanishi mumkin.Bularning barchasi mushaklarga yoki asab tizimiga ta'sir qiladigan juda kam uchraydigan holatdir.

Lordozni har doim ham oldini olish mumkin emas,ammo xafini kamaytirishning ko'plab usullari mavjud.Yaxshi holatni targ'ib qiluvchi mashqlar,sog'lom ovqatlanish,vaqtida shifokor ko'rigidan o'tish va o'zgarish darajasini bilib turish,fizioterapevtik muolajalardan foydalanish,yetarli orqa qo'llab quvatlaydigan stuldan foydalanish.

Kifoz-umurtqa pog'onasining frontal ya'niy old yoki orqa tomonga qiyshayishi hisoblanadi. Postural kifoz, Sheuermann kifoz, tug'ma kifoz farqlanadi.



Postural kifozni yumaloq holat-bu normal shakildagi vertebra bilan 50 darajadan ortiq ko'krak kifozidir. Ushbu turdagi kifoz moslashuvchan va ko'pincha jismoniy mashqlar bilan yaxshilanadi.

Sheuermann kifoz deganda umurtqa pog'onasi hanjar shakliga ega bo'lgan kifoz turiga aytiladi. Ushbu turdagi kifoz yanada qattiqroq va o'sishi bilan yomonlashishi mumkin. Bu aholining 0,4% sadir bo'lib, bolalar, ayollar va erkaklarga teng

darajada ta'sir qiladi.

Tug'ma kifoz tashxisi bir yoki bir nechta vertebra shaklidagi farqga asoslanadi. Bu farq tug'ilishda mavjud. Tug'ilganda bolaning umurtqa pog'onasining tashqi egriligi aniqlanadi. Bu egri chiziq bola o'sishi bilan bilan anig'roq ko'rnishi mumkin.

Kifoz rivojlanishining ikkita xavfli omili-osteoporoz yoki suyak zichligi pastligi. Kifozni erta aniqlash muvaffaqiyatli davolanish uchun muhimdir. Peditrlar yoki umumiy amaliyot shifokorlari va hatto ba'zi maktab dasturlari muntazam ravishda kifoz belgilarini tekshiradilar.

Mumkin bo'lgan og'riqlardan tashqari tug'ma xilma xillikdan tashqari, kifoz kamdan kam hollarda tanadagi asosiy organlar va tuzilmalarga zararli ta'sir ko'rsatadi. Kifozni davolash to'g'risida qaror qabul qilishda biz bolaning yoshi

va qolgan o'sishni hisobga olamiz. Shuningdek, biz deformatsiya darajasini va bel og'rig'ining mavjudligi, yo'qligini hisobga olamiz. Davolash konservativ yoki jarroxlik bo'lishi mumkin.



Konservativ-tibbiyot jismoniy tarbiya, maxsus bandaj kiyish, terapevtik jismoniy tarbiya majmuasi mutaxassis tomonidan individual ravishda tanlanadi. Massaj ko'pincha jismoniy mashqlar bilan bir vaqtning o'zida amalga oshiriladi. Kasallikni oldini olish uchun quydagilar zarur: gimnastika, suzish, fitness, ortopedik to'shakda uxlash.



FOYDALANILGAN ADABIYOT:

1 F.SH.Baxadirova Reabilitatsiya massaj va mehnat bilan davolash.

