Организация лечебного процесса

Медицинская работа проводится согласно годовому плану работы. Особенностью лечения является его включенность в учебно – воспитательный процесс.

**Компонентами лечения являются следующие составляющие:**

1. Режим дня:

- сочетание учебных занятий с лечебными процедурами;

- основной вид лечения – разгрузка позвоночника в классе;

- обучение, лежа на кушетках на подгруднике;

- прогулки на свежем воздухе.

1. Рациональное питание:

- двухразовый приём пищи;

- в рационе продукты, обеспечивающие повышенную потребность растущего организма в белках, солях кальция, фосфора, минералах, витаминах – это соки, фрукты, мясо, раба, молочные продукты, сыры, творог.

1. Общеукрепляющие и закаливающие процедуры:

- режим аэрации;

- целевые прогулки;

- гимнастика во время уроков;

- визио тренинг;

- ультрафиолетовое облучение;

- физиолечение.

1. Специальные лечебные процедуры:

- лечебная гимнастика, направленная на формирование правильной осанки и создание мышечного корсета;

- дыхательная гимнастика;

- массаж спины, грудной клетки, живота, верхних и нижних конечностей;

- тренировка подвздошной – поясничной мышцы;

- тренажерная гимнастика;

- физиолечение (электрофорез, электростимуляция мышц спины, озокеритолечение, ультратон, Д Арсенваль, электросон, дыхательные тренажеры, соляно-хвойные ванны, гидромассаж);

- коррекция у стены;

- лечение корсетами, спинодержателями;

- ортопедическая коррекция коском набойкой.

Разгрузка позвоночника достигается тем, что в течениt большей части суток дети находятся в положении лежа. Во время уроков, приготовления домашнего задания дети лежат на медицинских кушетках, оборудованных индивидуальными клиновидными подставками.

Лечебная гимнастика является основным составляющим компонентом комплексного консервативного лечения. В течение учебного года школьник обучается методике лечебной гимнастики под наблюдением методиста и инструктора по лечебной физкультуре, а на каникулярное время, в выходные дни ребенок ежедневно выполняет физические упражнения под наблюдением родителей.

Противопоказания к лечебной физкультуре:

1. Врожденные и приобретенные пороки сердца в стадии декомпенсации;
2. Хронические заболевания внутренних органов в стадии обострения;
3. Нервно – психические заболевания, сопровождающиеся судорожными состояниями;
4. Значительное отставание умственного развития, не позволяющее усвоить программу лечебной гимнастики (выраженные формы дебильности, имбицильность);
5. Болевой синдром, вызванный развитием корешкового синдрома или сопутствующим ювенильным остеохондрозом;
6. Острые простудные и инфекционные заболевания;
7. Повышение температуры тела (свыше 37,2°).

Уроки лечебной физкультуры включены в расписание уроков (ежедневно по 40 минут). Дополнительно проводятся занятия ЛФК с группой часто болеющих детей, с детьми страдающими тяжелыми формами сколиоза, прогрессирующими формами и больными ДЦП. Физические упражнения подбираются с учетом развития мышечного корсета и наличие мышечного дисбаланса. Практически не бывает изолированного нарушения осанки, поэтому занятия лечебной корригирующей гимнастикой строятся из набора различных по целенаправленности физических упражнений.

* 1. Упражнения по формированию и закреплению навыка правильной осанки
	2. Упражнения по формированию мышечного корсета
	3. Обучение и формирование стереотипа правильного дыхания, так как дыхательная мускулатура косвенно способствует исправлению дефектов грудной клетки и позвоночника
	4. Упражнения на коррекцию нарушений физиологических изгибов позвоночника
	5. Упражнения на самовытяжение позвоночника
	6. Упражнения с утяжеляющими предметами (утяжелители до 250гр, гантели от 250гр до 500гр) для наращивания мышечной массы и повышения силовой выносливости мышц.

 Упражнения лечебной гимнастики используются в различном наборе с постепенным увеличением количества упражнений и их повторений. Также предусмотрены игры, которые кроме развития осанки, двигательных навыков, внимания, способствуют психологической разгрузке ребенка.

 Помимо симметричных укладок и физических упражнений, используются ассиметричные нагрузки для тренировки определенных групп мышц, способных противоборствовать дальнейшему прогрессированию, и для локального воздействия на участки позвоночного столба. С это целью используются ассиметричные укладки при выполнении упражнений ЛФК – позы коррекции:

 При правостороннем грудном сколиозе мышцы на выпуклой стороне (справа) перерастянуты, а на вогнутой (слева) находятся в состоянии сокращения (спазма).

Поза коррекции состоит в следующем: правая рука отводится в сторону, чем снимается перерастяжение мышц правой половины туловища (выпуклой стороны искривления), а левая вытягивается вверх, растягивая мышцы на левой (вогнутой) стороне искривления.

При этом достигается клиническая и подтверждаемая рентгенологически коррекция правосторонней дуги искривления.

 При поясничном левостороннем сколиозе для коррекции дуги искривления и создания благоприятного тонуса мышц левая (на стороне выпуклости искривления) нога отводится в сторону.

 Выполнение подобных упражнений возможно лишь после тщательного обучения методике их выполнения под наблюдением методиста и инструктора ЛФК.

 В ряде случаев учитывая особенность сколиотической деформации, ротационного компонента, необходимо подбирать индивидуальную нестандартную позу коррекции.

 Показанием для применения специальных коррекционных физических упражнений в ассиметричном режиме являются сколиозы III и IV степени.

 Используются упражнения на «самовытяжение» позвоночника с напряжением мышц туловища. Противопоказаны выполнения упражнений в виде пассивного виса или вытяжения, которые ведут к перерастяжению суставно – связочного аппарата и мягких тканей позвоночника, что способствует дальнейшему прогрессированию сколиоза. По той же причине не рекомендуем велосипед, сноуборд, ролики, коньки, занятия на перекладинах и т.д.

 Мы также придерживаемся мнения, что мануальная терапия при сколиозе не показана как метод лечения, и тем более, как коррекция искривления, так как повышает подвижность позвоночника и тем самым способствует прогрессированию сколиотической деформации.

 Изучены новые технологии:

* Лечение сколиоза – методикой Каторины Шрот.
* Лечение физическими методами детей больных Д.Ц.П.
* Лечебная гимнастика при остеохондрозе шейного отдела позвоночника.
* Изучается и внедряется новая методика парного массажа.

 Благодаря использованию современных дифференцированных технологий, методик медицинской реабилитации больных детей, отмечается положительная динамика, укрепляется мышечный корсет, в нормальном режиме работают все системы организма, увеличиваются физические возможности.

 В течение учебного года нагрузка подбирается по принципу «от простого к сложному» с ведением мониторинга физического развития детей: вес, рост, динамометрия, пульс, силовая выносливость мышц, функциональные пробы с задержкой дыхания, на вдохе и выдохе. Измерения проводим три раза в год.

 В школе функционирует тренажерный зал, оснащенный четырнадцатью различными тренажерами. Тренажерная гимнастика помогает детям улучшить мышечный корсет, мышечную силу, развивать отдельные группы мышц. Школьнику индивидуально назначаем занятия на тренажерах с учетом формы и тяжести деформации позвоночника.

Область массажа – спина, живот. Массируются длинные мышцы спины, трапециевидные мышцы, широчайшие мышцы спины, передние зубчатые мышцы, косые мышцы живота. При сколиозе I степени применяется симметричный массаж. При сколиозе II – III степени более глубокий массаж на стороне выпуклости, на стороне вогнутости проводится расслабляющий массаж. Массаж, назначенный узкими специалистами (массаж воротниковой зоны, волосистой части головы, верхних и нижних конечностей, общий массаж) проводится в школе. Дополнительный курс массажа получают дети инвалиды – 17 учащихся, и дети с прогрессирующим сколиозом – 31 ученик.

 Школьники, страдающие сколиотической болезнью, имеют ряд анатомических и функциональных особенностей:

* Деформация позвоночника различной степени тяжести;
* Функциональная недостаточность сердечно – сосудистой и дыхательной системы;
* Ослабленная мышечная система на фоне повышенной подвижности суставно – связочного аппарата позвоночника и недостаточной минерализации костной ткани;
* Недостаточность физического развития и физической подготовки, отсутствие адаптации к физической нагрузке;
* Задержка развития двигательных навыков и умений;
* Наличие сопутствующих заболеваний.

 В течение ряда лет учащиеся нашей школы проходят диспансеризацию по федеральной программе и осматриваются: психиатром, невропатологом, окулистом, стоматологом, отоларингологом, лор – врачом, эндокринологом, гинекологом, ортопедом, хирургом, урологом. Сделаны УЗИ органов брюшной полости, сердца, ЭКГ, общий анализ крови, мочи. УЗИ щитовидной железы и органов малого таза.

 Все дети с выявленной патологией находится на диспансерном учете и 2 раза в год, весной и осенью, школьники с хроническими заболеваниями получают противорецидивное лечение в школе. Учитывая заболевания костной системы, наличие сопутствующей патологии, 2 раза в год школьники получают курсы витаминов с минералами, остеотропные препараты, кислородный коктейль, закаливающие процедуры, психологическую разгрузку с аромотерапией.

 Лечение легких форм ОРВИ проводим в школе (ингаляции, полоскание зева, фитолечение, тубус кварц). Это позволяет снизить уровень соматической заболеваемости и сократить число пропусков занятий обучающихся по болезни.

Это позволяет снизить уровень соматической заболеваемости и сократить число пропусков занятий обучающихся по болезни.

Благодаря оздоровительным мероприятиям в школе заболеваемость обучающихся в течение трех лет остается стабильно невысокой.

С целью иммунопрофилактики проводятся плановые профилактические прививки (против туберкулеза, гепатита В, краснухи, дифтерии, коклюша, эпидпаротита, столбняка, полиомиелита). Перед вакцинацией родители каждого ребенка дают письменное согласие на ее проведение.

Благодаря иммунопрофилактике в школе в течение ряда лет не зарегистрированы случаи заболевания корью, паротитом, дифтерией, краснухой.

 В школе двухразовое питание, в рационе преобладают кисло – молочные продукты (сыры, творог, йогурт), продукты богатые содержанием кальция, калия, фосфора (рыба, мясо, печень), а также овощи и фрукты, соки, содержащие необходимые макро и микро элементы. Питание учащихся на 120 рублей в сутки. Рацион школьника сбалансирован – белки, жиры, углеводы, килокалории соответствуют нагрузкам, возрастной норме.

 Соблюдение ортопедического режима в школе является обязательным и осуществляется в течение всего дня. Во время нахождения ребенка в школе контроль за его соблюдением осуществляется педагогами, а дома – родителями с целью коррекции осанки, деформации позвоночника достигаем ношение жестких корсетов, спинодержателей, стелек – супинаторов, косков – набоек.

 Для профилактики различных заболеваний учащиеся получают дополнительное лечение:

 Гимнастика для глаз – профилактика близорукости, проводим на уроках и на самоподготовке.

 Физкультурная пауза – профилактика гиподинамии. После 20 минут урока школьники выполняют комплекс упражнений физкультурной паузы.

 Точечный самомассаж – этим профилактируют простудные заболевания и стимулирует иммунитет, точечный самомассаж школьники проводят в течение дня.

 Коррекция осанки у стены – школьники встают к стене спиной и прижимаются затылком, лопатками, ягодицами, икрами ног, пятками. Живот подтянут, подбородок приподнят. Проводят два раза в день.

 Коррекция осанки у доски – стоять прямо с равномерным упором на обе ступни, свободная от мела рука согнута в локте и упирается на доску (на одном уровне с пишущей рукой).

 Ночная коррекция – нашим школьникам рекомендуем, сон на жесткой постели, на животе или на спине, коррекция гибуса валиком.

 Закаливающие процедуры – учащиеся 1 – 4 классов принимают контрастные ножные ванны курсом.

 Лечебное плавание в сопровождении родителей - 2 раза в неделю (бассейн спортивно-оздоровительного комплекса «Жемчужина» и дворец спорта «Дельфин»(г. Прокопьевск).