



УДК 0061.616-01/09

THE USE OF KINESITHERAPY ACCORDING TO THE NEURAK SYSTEMA IN RADICULOPATHY**ЗАСТОСУВАННЯ КІНЕЗИТЕРАПІЇ ПО СИСТЕМІ NEURAK ПРИ РАДИКУЛОПАТІЇ****Rotar Y.F./Ротар Я.Ф.***asyst./асист.*

ORCID:0000-0002-3842

Zendyk.O.V./Зендик О.В.*teacher./викл.**Chernivtsi Yuriy Fedkovych National University, Kotsyubinsky, 2, 58012**Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича,**м. Чернівці, Коцюбинського, 2, 58012*

Анотація. У статті представлений огляд публікацій, що стосуються проблем фізичної реабілітації пацієнтів з діагнозом радікулопатія із застосуванням новітньої технології занять по системі Neurak. На сьогоднішній день про таке поняття як «радикуліт» відомо всім людям. Сучасна назва захворювання – радікулопатія. Іншими словами його також ще називають «корінцевий синдром».

За останні роки ця хвороба значною мірою помолодішала. У сьогоднішні не лише старші люди страждають даним захворюванням, але і молодші, у віці 20-25 років, скаржаться з цього приводу. Особливо великий відсоток – професійні спортсмени, а також особи, що більшість часу проводять в сидячому положенні. Ця патологія порушує працездатність та негативно впливає на якість життя [5].

Ключові слова: кінезіотерапія, система «Neurak», радікулопатія, реабілітація, система «Redcord», кінезіотейпування.

Вступ. Радікулопатія – це захворювання, зумовлене втратою форми і еластичності міжхребцевих дисків, з подальшим утворенням протрузії, або грижі, яке вражає нервові корінці спинного мозку, у зв'язку з їх компресією чи подразненням на рівні виходу із каналів міжхребцевого отвору. Тому різні патологічні стани, які виникають при звуженні цих каналів, призводять до розвитку радікулопатії. У свою чергу це може супроводжуватись цілою низкою симптомів, які включають гострі больові відчуття, зміни сухожильних рефлексів, зниження м'язового тону, порушення вегетативної нервової системи, розлади чутливості.

Найбільший ефект лікування та реабілітації радикуліту – комплексне лікування, з включенням в процес лікувальної фізичної культури, фізіотерапевтичних процедур, мануальної терапії, масажу, працетерапії, нетрадиційних методів лікування та багато іншого.

Цей комплекс фізичної терапії на даний час не досконалий, та іноді й не ефективний, тому удосконалення методів та засобів фізичної терапії при радикуліті є важливою проблемою фізичної реабілітації.

Лікування повинно бути не лише симптоматичним, а в першу чергу має усунути основну причину розвитку радікулопатії.

Основной текст. Мета: висвітлити та обґрунтувати застосування сучасної методики Neurak для реабілітації при радікулопатії для хворих I-го та II-го зрілого віку в післялікарняному періоді.

Завдання дослідження:



1. На основі наукових та медичних джерел, провести загальний аналіз характеристики захворювання та розкрити основні причини розвитку радикулопатії.

2. Провести експериментальне дослідження функціонального стану, з застосуванням норвежської методики Neuras на апараті Redcord для реабілітації пацієнтів з радикулопатією.

3. Визначити ефективність застосування методики Neuras.

Організація дослідження

Дослідження проводилося на базі ПП Медичного центру «Меднеан» м. Чернівці. Початок дослідження – березень 2019 року. Було проведено збір анамнезу пацієнтів віком від 27 до 50 років.

В дослідженні брало участь 20 осіб. У всіх було діагностовано попереково-крижовий радикуліт. Пацієнти дали письмовий дозвіл на проведення дослідження. Розділено було пацієнтів на дві групи. В першу входили пацієнти експериментальної групи (ЕГ), які займались по норвежській методиці «NEURAC» на підвісній системі «Redcord» в кабінеті кінезіотерапії, а в другу, контрольну групу (КГ), для порівняння було вибрано хворих, яким проводилась мануальна терапія, та кінезіотерапіювання.

Загальна тривалість курсу реабілітації – 4 місяців. Починаючи з березня, пацієнти повинні були проходити щомісячні курси терапії. Кожного разу вони тривали 10 днів, тобто 5 разів на тиждень. У загальному, протягом курсу реабілітації дослідження проводилося 11-22 березня, 15-26 квітня, 20-31 травня, 10-21 червня 2019 р.

Тривалість заняття для експериментальної групи на системі «Redcord» займали щодня по 60 хвилин.

Дослідження проводилося у чотири етапи:

Перший етап (жовтень 2018 – грудень 2018 р.) – вивчення наукової та науково-методичної літератури, визначення мети, завдання роботи, предмету та об'єкту дослідження, вибір методів дослідження.

Другий етап (січень 2019 – лютий 2019 р.) – підбір заходів фізичної реабілітації і складання комплексу спеціальних вправ для пацієнтів, хворих на радикулопатію. Оцінка впливу засобів фізичної реабілітації на функціональний стан проводилась за результатами отриманих показників: ЧСС, АТ, динамометрії, шкали оцінювання по системі Neuras, мануального м'язового тесту (ММТ).

Третій етап (березень 2019 – липень 2019 р.) – проведення експериментального дослідження.

Четвертий етап (вересень 2019 – грудень 2019 р.) – обробка та аналіз отриманих даних.

Для проведення експерименту було створено необхідні умови. Оскільки дослідження проводилось в медичному центрі, лікарем-неврологом та фізичним терапевтом пацієнтам було проведено діагностику та встановлення заключного діагнозу.

Сформувались дві групи пацієнтів, які дали письмовий дозвіл на проведення досліджень. Пацієнтів було поділено на дві групи. Перша –



експериментальна, яка налічувала 10 чоловік, а друга – контрольна група, яка налічувала також 10 пацієнтів. Вона була зразком оцінки ефективності терапії.

Для експериментальної групи було вибрано один із сучасних методів підвісної терапії за норвежською методикою Neuras, яка для лікування застосовує апарат Redcord. Він складається з:

Конструкції з трьома пересувними важелями – 1 шт.

Апарату Redcord Professional – 1 шт.

Апарату Redcord Trainer – 2 шт.

Широкої підвіски Redcord – 2 шт.

Вузької підвіски Redcord – 2 шт.

Підвіски для голови – 1 шт.

Петлі Redcord – 6 шт.

Короткого тросу (30см.) – 2 шт.

Довгого тросу (60см.) – 2 шт.

Тросу Redcord (5м.) – 2 шт.

Короткої пружини Redcord чорної (30см.) – 2 шт.

Короткої пружини Redcord червоної (30см.) – 2 шт.

Довгої пружини Redcord чорної (60см.) – 2 шт.

Довгої пружини Redcord червоної (60см.) – 2 шт.

Сенсомоторної подушки Redcord – 2 шт.

Розшифровується Neuras як «Neuromuscular Activation», тобто нейром'язова активація. Даний метод являється методом лікування, який розроблений в області терапевтичних вправ, у поєднанні з підвісною терапією.

Оскільки дослідження було розраховане на 5 місяців, з курсами по 10 днів лікування, пацієнти проходили їх 5 разів протягом цього терміну, тобто було проведено 5 етапів експерименту.

Заключення та висновки. Систематичний огляд виявив помітні докази якості, що мануальна терапія та кінезіотейпування, як методи реабілітації, є ефективним лише на 42,2% для лікування радикулопатії для даного контингенту хворих. А фізичні вправи по норвежській методиці Neuras на апараті Redcord значно краще вплинули на результати дослідження, з середнім значенням – 52%. Це доказує те, що застосування активної кінезіотерапії має кращі результати.

1. Раннє включення в лікувальний процес реабілітаційних заходів, адекватних стану хворого, важливий для профілактики можливих дегенеративних змін та побічних ефектів хвороби, забезпечує сприятливому протіканню і результату захворювання.

За дослідженнями науковців та медиків радикулярний синдром може бути одностороннім та двостороннім. Найчастіше в попереково-крижовій області. При ураженнях корінців з'являється гострий, пекучий біль, який може переходити по сідничному нерву. Біль посилюється при зміні положення тіла, чханні і кашлі. Присутні обмеження в рухах.

2. Було проведено експериментальне дослідження функціонального стану пацієнтів з застосуванням норвежської методики Neuras на апараті Redcord для реабілітації хворих з радикулопатією.



3. Фізична реабілітація за методикою Neurak, з урахуванням особливостей перебігу захворювання пацієнтів, сприяла більш вираженим позитивним змінам, ніж реабілітація за стандартною методикою.

Литература:

1. Бальсевич В. К. Онтокінезіологія людини. М.: Теорія і практика фізическої культури. Москва 2000. – 333 с.
3. Бахрах І. І., Грець Г. Н. Організаційні, методичні і правові основи фізичної реабілітації: Навчальний посібник. – Смоленськ: СГИФК, 2003. -27 с.
4. Бісмак О. В. Основи фізичної реабілітації : навч. посіб. / Бісмак О. В., Мельнік Н. Г. – Х.: [Бровін О. В.], Київ 2010. – 15 с.
5. Бирюков А. А. Лечебный массаж : [учеб. пособ.]. – К. : Олимпийская литература, 2000. – 156 с.
6. Боголюбова В. М. Физиотерапия и курортология / В. М. Боголюбова. – М. : Издательство БИНОМ, Днепропетровск 2008 – 179 с.
7. Вайнер Э. Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. – М.: Флинт, Киев 2011. – 184 с.
9. Епифанов В. А. Лечебная физическая культура: учебное пособие/ В. А. Епифанов. – М. : Гэотар-медиа, 2006. – 18 с.
13. Мосійчук Л. Н. Радикулит: современный взгляд на проблему / Л. Н. Мосійчук, М. Ю. Зак // Новости медицины и фармации. — 2010. 12 с.
14. Огороков А. Н. Диагностика радикулита, современный взгляд на проблему. – М.: Медиц. лит-ра, 2002. – 221 с.
15. Довгий І.Л., Коркушко О.О., Ханенко Н.В., Серета В.Г. “Актуальні питання рефлексотерапії”. – Київ, 10 – 11 жовтня. – 2002. – С. 39–41.
16. Серета В.Г., Коркушко О.О., Довгий І.Л. Лазеропунктура та мануальна терапія в комплексному лікуванні вертеброгенних попереково-крижових больових синдромів у хворих різного віку. 2005 р. №3 – С. 112-113.
17. Довгий І.Л., Коркушко О.О., Серета В.Г., Ханенко Н.В. Аспекти реабілітаційного лікування хворих з дискогенними радикулопатіями попереково-крижового відділу хребта – 2005 р.– С. 168-169.
18. <https://redcord.com.ru>.
19. <https://studfiles.net/preview>.

Abstract. In the article the presented review of publications that touch the problems of physical rehabilitation of patients with the diagnosis of radiculopathy with application of the newest technology of employments on the system Neurak . For today about such concept as a "radiculitis" knows to all people. Modern name of disease - radiculopathy. In other words him also yet name a "counterfoil syndrome". In the last few years this illness largely looked younger. In present time not only senior people suffer to data disease but also junior, in age 20-25, complain on this occasion. An especially large percent is professional sportsmen, and also persons, that majority of time is conducted in sitting position. This pathology violates a capacity and negatively influences on quality of life.

Key words: kinesitherapy, Neurak system, radiculopathy, rehabilitation, Redcord system, kinesiotaping.

Стаття надіслана: 14.03.2021 г.

© Ротар Я.Ф., Зендик О.В.