

Національний університет фізичного  
виховання

І спорту України

# Практика по опорно-руховому апарату

Студента факультету  
здоров'я, фізичного  
виховання та туризму  
групи 33-ФТЕТ5  
Ямбуренка Івана

- Практика проходила на базі оздоровчого санаторію “Жовтень”



# Пацієнти

- Для прикладу взяли пацієнтів:
- Дозорець Володимир  
Флоріанович 48р
- Михник Троян Максимович 53р.

# Михник Троян Максимович

- Діагноз – коксартроз кульшового суглоба більше 2 р. 4 стадія
- Скарги – кульгавість, біль.
- Переніс операцію на хребті у 2017 р.



# Огляд

- Виявлена компенсаторна ходьба за рахунок коліна – вкорочений крок правою ногою
- Гіперлордоз поперекового відділу
- Тонус сідниць на лівій нозі
- Права нога слабша
- Зменшений кут розведення ніг



# Основні цілі

- Зменшення болю при ходьбі протягом 2 днів за Шкалою Борга з 6 на 4 із 10.
- Покращення ходи – проходження 50 м без хитань. Подовження кроку на 20 см
- Покращення стану хребта. Зменшення гіперлордозу.
- Відновлення обсягу рухів в кульшовому суглобі та колінному
- Покращення кровообігу в м'язах стегна та сідниць

# Заходи

- Вправи на відвідні та привідні м'язи
- Вправи на укріплення сідниць, м'язів пресу,
- Вправи на укріплення чотирьохголового м'язу
- Масаж поперекового відділу

Начало



Окончание



# Дозорець Володимир Флоріанович

- Діагноз – ускладнений остеохондроз шийного відділу хребта
- Скарги – сильні болі в області шиї



# Огляд

- Ускладнені рухи шиєю
- Болі в області шиї при рухах головою

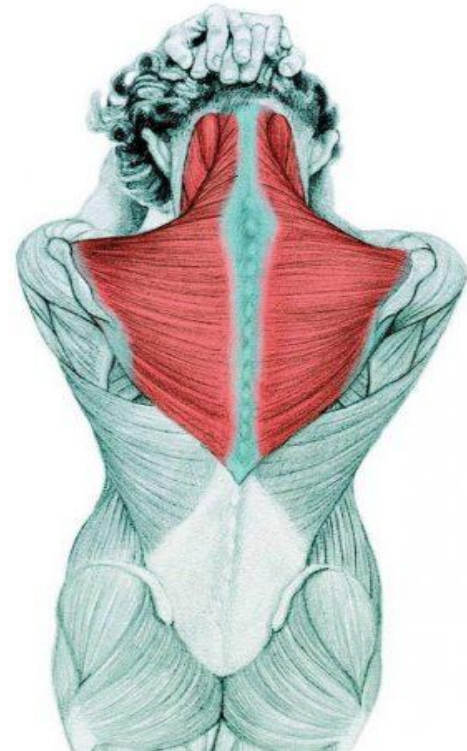


# Цілі

- Покращення кровообігу в області шиї та голови
- Зменшення болю в області шиї до 3 балів за шкалою Борга
- Розслаблення та розтягування м'язів трапеції, драбинчастих м'язів
- Збільшення обсягу рухів в шийно-комірцевій зоні. Досягнення повного об\*єму рухів за 2 тижні занять.

# Заходи

- Застосовуємо масаж шийно-комірцевої зони
- Використовуємо вправи для укріплення м'язів поясу верхніх кінцівок
- Вправи для розтягнення м'язів шиї і трапеції



Дякую за увагу!!