



Министерство здравоохранения Республики Татарстан  
ГАПОУ «Набережночелнинский медицинский колледж»

# ДИПЛОМНАЯ РАБОТА ЭФФЕКТИВНОСТЬ И ОСОБЕННОСТИ МЕДИЦИНСКОГО МАССАЖА ПРИ ШЕЙНОМ ОСТЕОХОНДРОЗЕ У ВЗРОСЛЫХ



Выполнил:  
студент 9142 группы  
Миннкаев Г.Э.  
Научный руководитель:  
Харисова Э.Р.

Набережные Челны, 2017г.

**Шейный остеохондроз** - дегенеративно - дистрофическое поражение межпозвоночного диска в шейном отделе позвоночника.



# ***АКТУАЛЬНОСТЬ ТЕМЫ***

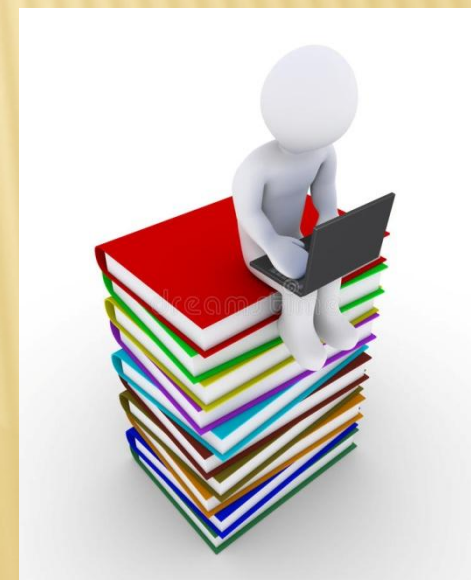
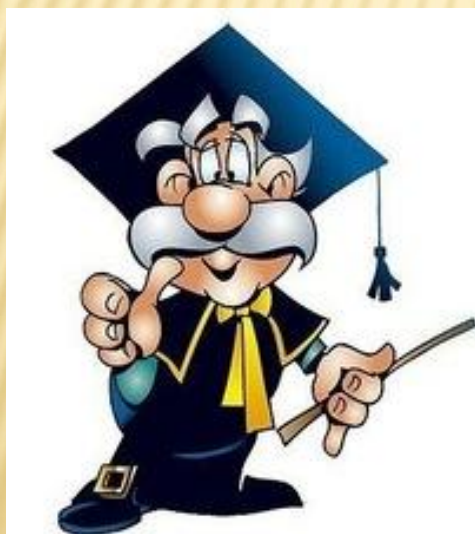
В 21 веке число пациентов с диагнозом **“Остеохондроз шейного отдела позвоночника”** увеличилось в несколько раз по сравнению с 20 веком. К тому же заболевание стало стремительно **“молодеть”** и все большему числу молодых людей ставят данный диагноз.

Шейный остеохондроз способен нанести значительный ущерб здоровью человека и даже привести к инвалидизации.

Наиболее частым и эффективным средством для лечения остеохондроза позвоночника является **медицинский массаж.**

# ***ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ***

Оценить эффективность проведения  
медицинского массажа пациентам с  
остеохондрозом шейного отдела позвоночника  
на базе Городской поликлиника №9 города  
Набережные Челны.



# ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ

1. Изучить и проанализировать научно-методическую литературу, а также интернет-ресурсы по исследуемой теме.
2. Дать характеристику основным методикам проведения медицинского массажа при остеохондрозе шейного отдела позвоночника.
3. По результатам исследования провести анализ эффективности проведения медицинского массажа пациентам с остеохондрозом шейного отдела позвоночника на базе Городской поликлиника №9 города Набережные

Цель



**Предмет исследования:** пациенты, которые получают медицинский массаж по поводу остеохондроза шейного отдела позвоночника на базе кабинета массажа физиотерапевтического отделения ГАУЗ «Городская поликлиника №9» города Набережные Челны.

**Объект исследования:** медицинский массаж, применяемый при лечении остеохондроза шейного отдела позвоночника на базе кабинета массажа физиотерапевтического отделения ГАУЗ «Городская поликлиника №9» города Набережные Челны.

# ***МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ***

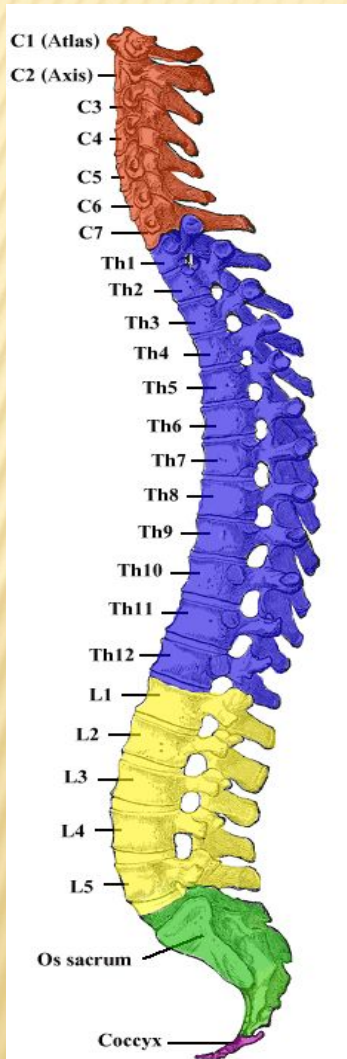
## **Теоретический метод исследования**

**Цель метода:** изучение научной литературы по исследуемой теме.

## **Статистический метод исследования**

**Цель метода:** проанализировать основные показатели работы кабинета массажа физиотерапевтического отделения ГАУЗ «Городская поликлиника №9» города Набережные Челны за 2014-2016 гг. Определить эффективность медицинского массажа у пациентов с остеохондрозом шейного отдела позвоночника.

# СТРОЕНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА И ПОЗВОНКОВ



**Позвоно́чный столб** - основная часть осевого скелета человека. Состоит из 33-34 позвонков: 7 шейных, 12 грудных, 5 поясничных, 5 крестцовых, 3-5 копчиковых.

**Позвоно́к** — составляющий элемент (кость) позвоночного столба.





# МЫШЦЫ СПИНЫ

**Это парные мышцы.** Они занимают дорсальную часть тела, начинаясь от крестца и подвздошных костей до основания черепа. Располагаясь в несколько слоев, они делятся на **поверхностные** и **глубокие**.



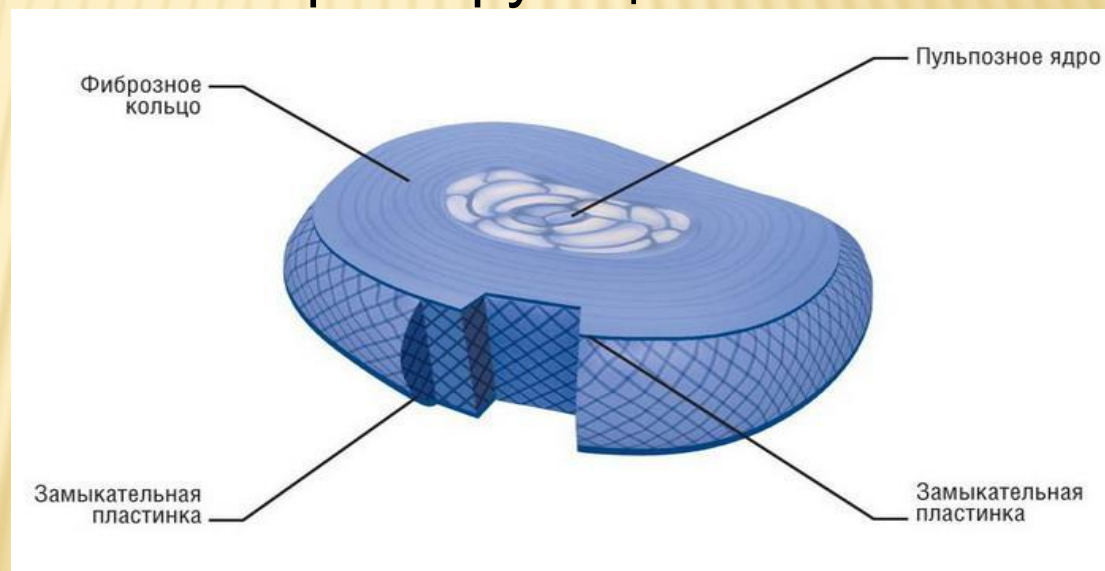
**Глубокие мышцы спины** состоят из трех слоев: поверхностного, среднего и глубокого.

**Поверхностный слой** представлен ременными мышцами головы и шеи, мышцей, выпрямляющей позвоночник; **Средний** — поперечно-остистой мышцей; **Глубокий** — межпоперечными, подзатылочными и межостистыми мышцами.

Поверхностные  
мышцы

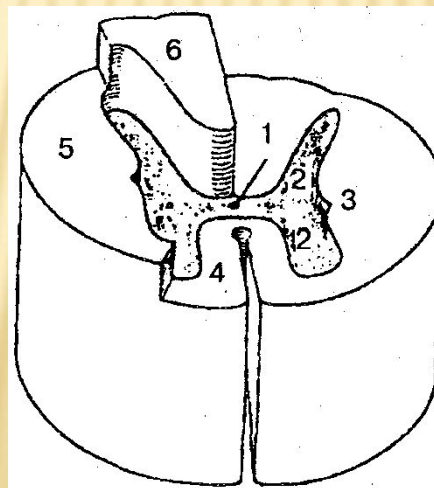
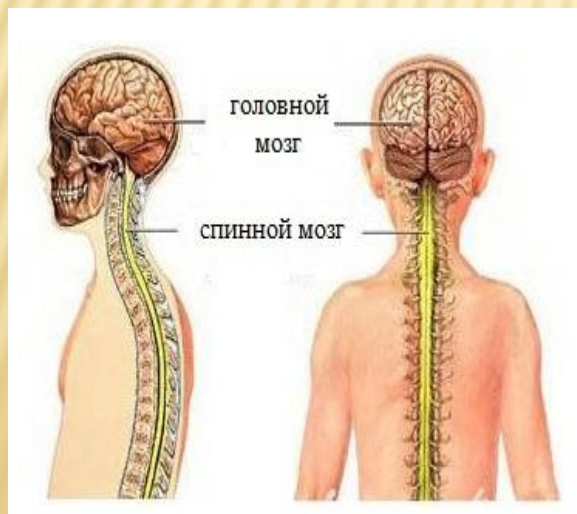
# СТРОЕНИЕ МЕЖПОЗВОНОЧНЫХ ДИСКОВ

**Межпозвоночный диск** обеспечивает подвижность позвоночника, его эластичность, упругость, способность выдерживать большие нагрузки, он играет ведущую роль в биомеханике движения позвоночного столба. Основная функция межпозвоночного диска – амортизирующая.



# СТРОЕНИЕ СПИННОГО МОЗГА

**Спинной мозг** выполняет две главные функции — рефлекторную и проводниковую. Как рефлекторный центр спинной мозг способен осуществлять сложные двигательные и вегетативные рефлексы. Аfferентными (чувствительными) путями спинной мозг связан с рецепторами, а эfferентными — со скелетной мускулатурой и со всеми внутренними органами.



Спинной мозг (схема-срез):

- 1 — центральный канал;
- 2 — серое вещество;
- 3 — белое вещество;
- 4 — передний канатик;
- 5 — боковой канатик;
- 6 — задний канатик

# ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ОСТЕОХОНДРОЗА ШЕЙНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА

**1 этап.** Происходит снижение количества влаги в ядре межпозвоночного диска, он становится более плоским, уменьшается расстояние между позвонками. Хрящ покрывается незначительными трещинами.

**2 этап.** По причине уменьшения расстояния между позвонками происходит провисание мышечного и связочного аппарата позвонков.

**3 этап.** По причине прогрессирующих процессов в позвоночнике происходит выдавливание (протрузия) межпозвоночных дисков, подвывихи позвонков.

**4 этап.** Между позвонками появляются костные шипы (остеофиты), которые направлены на устранение подвижности позвонков, предотвращение вывихов.

## Стадии остеохондроза



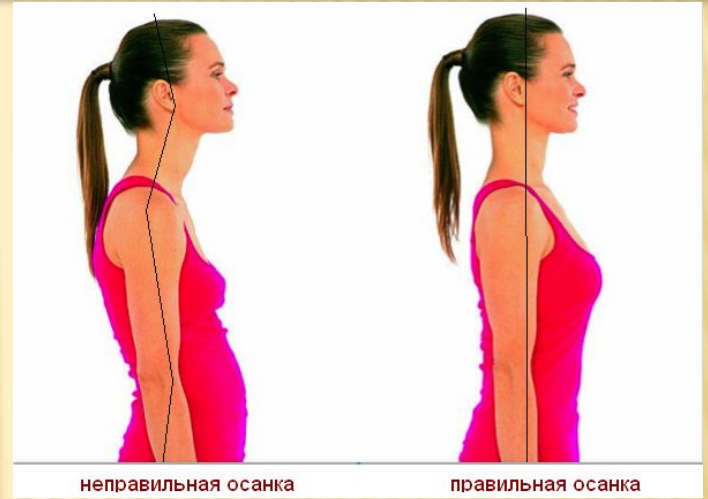
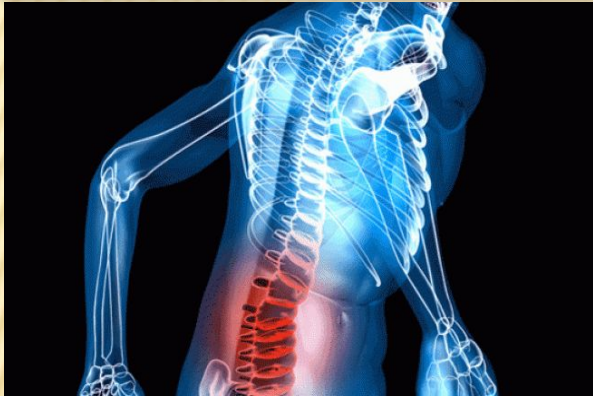
# ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ОСТЕОХОНДРОЗА ШЕЙНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА

Общие симптомы и признаки  
шейного остеохондроза:

1. Боли в затылке, шее и воротниковой зоне
2. Шум, звон, ощущение заложенности в ушах
3. Головокружения
4. Недостаток воздуха
5. Тошнота
6. Высокая температура
7. Скачки давления
8. Глоточные симптомы



# ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ ОСТЕОХОНДРОЗА ШЕЙНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА



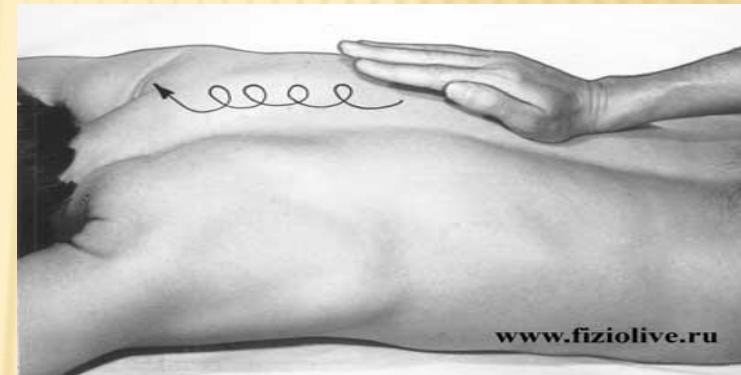
# МАССАЖНЫЕ ПРИЕМЫ

Всего в массаже используется 4 основных приема массажа:

## Поглаживание



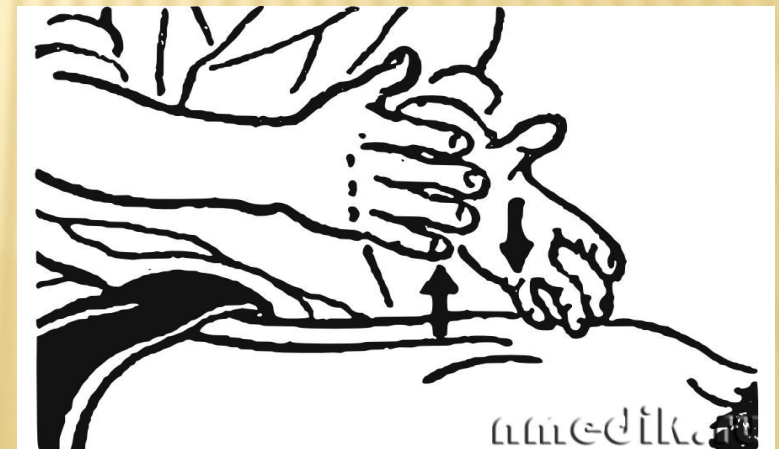
## Растирание



## Разминание



## Вибрация



# ПОКАЗАНИЯ К МАССАЖУ





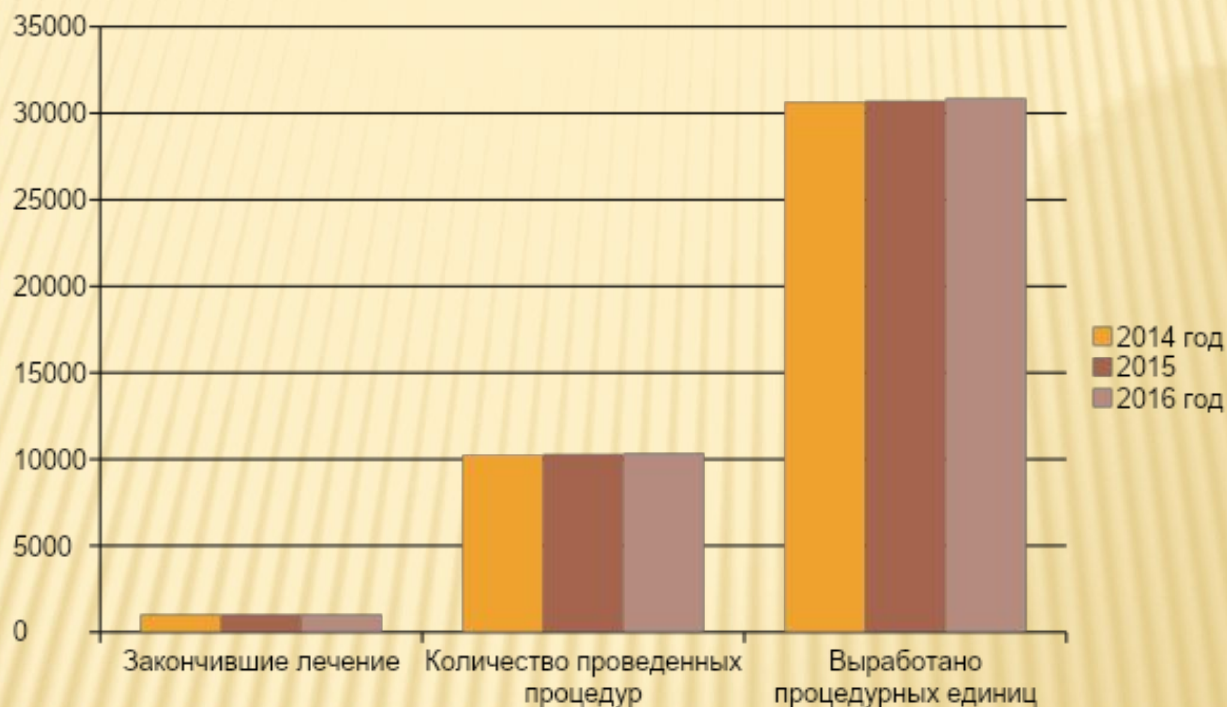
# ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К МАССАЖУ



# **РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**

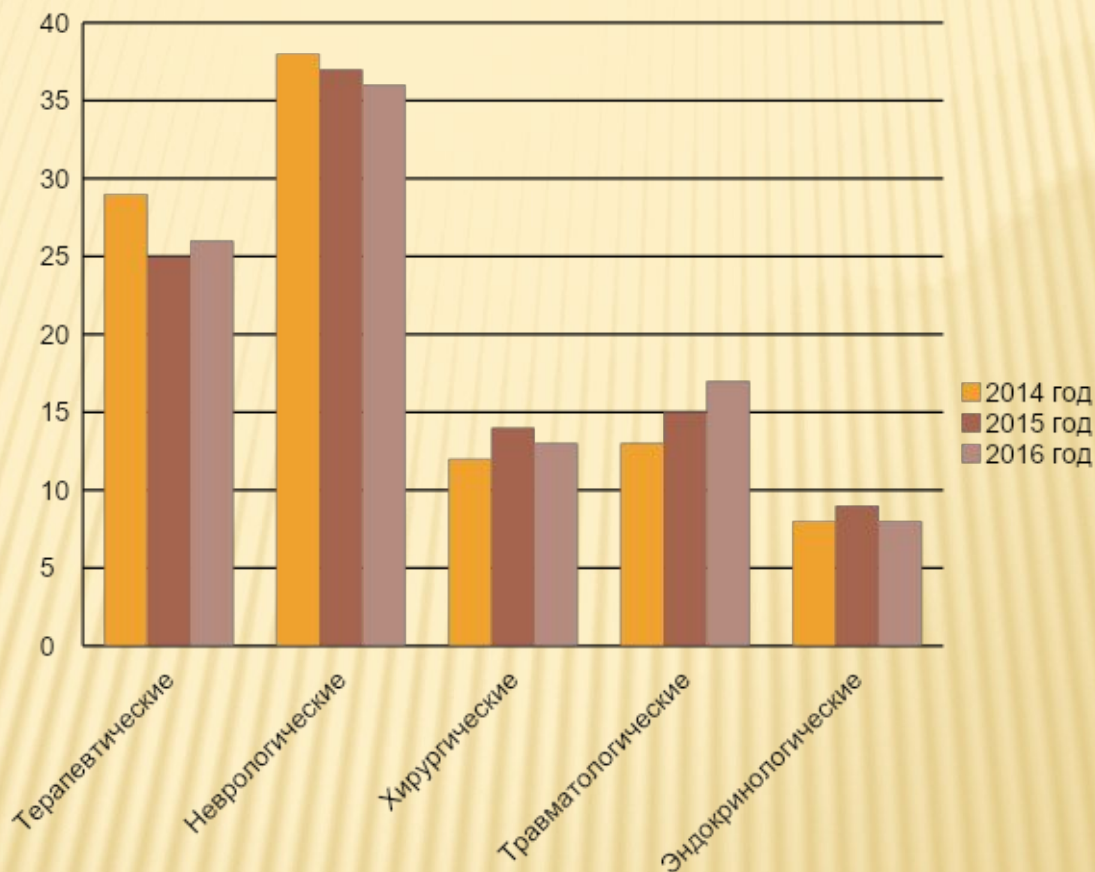


## Основные показатели работы массажного кабинета за 2014-2016 гг.



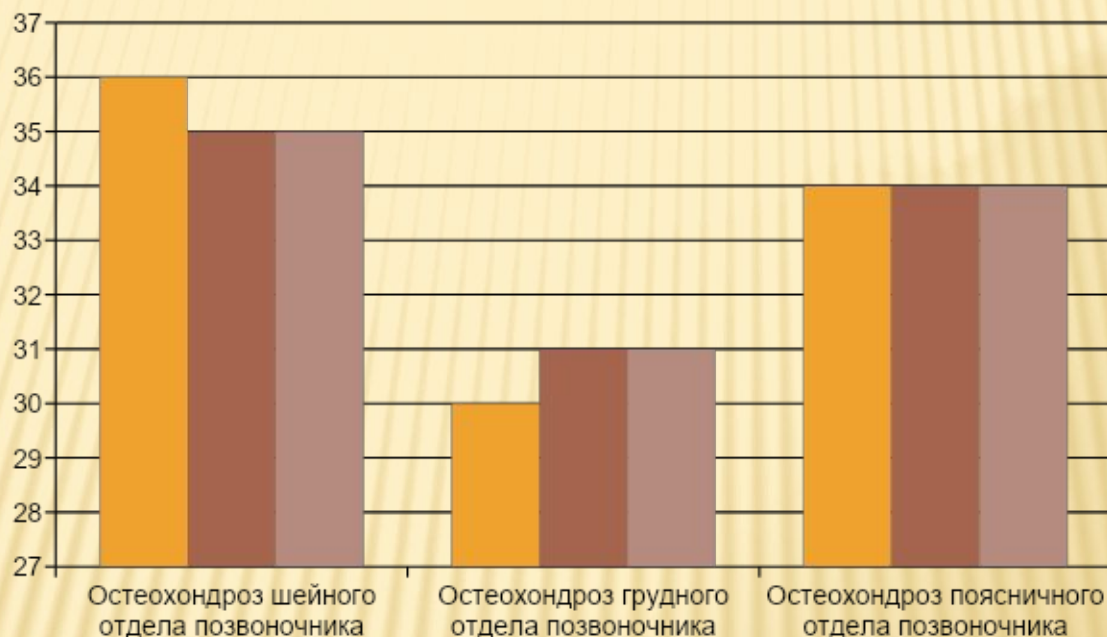
С каждым годом количество пациентов закончивших лечение, количество проведенных процедур, а также увеличение выработанных процедурных единиц увеличивается

## Распределение пациентов, получивших массаж по профилю заболевания (%) за 2014-2016 гг.



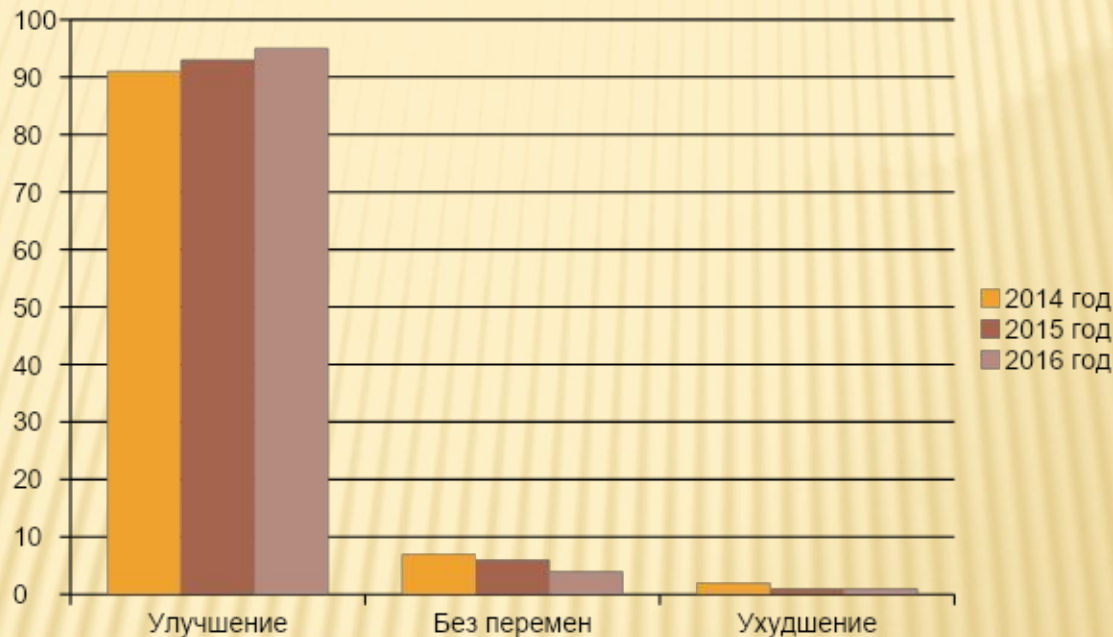
В основном массаж получают пациенты терапевтического и неврологического профилей

# Сравнительный анализ пациентов, получивших медицинский массаж по поводу остеохондроза позвоночника за 2014-2016 гг.



Больше всего пациентов с остеохондрозом позвоночника получают пациенты по поводу шейного остеохондроза, но в последние годы увеличилось пациентов, получивших массаж по поводу грудного остеохондроза

# Показатели эффективности проведения медицинского массажа у пациентов с остеохондрозом шейного отдела позвоночника за 2014-2016 гг.



**В основном пациенты с остеохондрозом шейного отдела позвоночника заканчивают медицинский массаж с улучшением. Процент ухудшений находится в стабильном низком уровне.**

# **ВЫВОДЫ**

1. В результате изучения медицинской литературы и интернет источников по теме “Медицинский массаж при остеохондрозе шейного отдела позвоночника” выяснили, что классический массаж является очень эффективным средством для профилактики и лечения остеохондроза шейного отдела позвоночника. Ограничение существует только для людей, находящихся в острой стадии остеохондроза позвоночника. Массаж им частично противопоказан.
2. В отделении физиотерапии функционирует 2 кабинета массажа, работают 4 медицинские сестры по массажу, ежегодно увеличивается количество пациентов получивших медицинский массаж, количество проведенных процедур, процедурных единиц. В основном массаж получают пациенты с неврологическими(36-38 %) и терапевтическими(25-29 %) заболеваниями.

### 3. Больше всего пациентов с остеохондрозом

позвоночника получают массаж по поводу остеохондроза шейного отдела позвоночника, но в последние годы увеличилось число пациентов получивших массаж по поводу грудного отдела позвоночника. Массаж по поводу остеохондроза поясничного отдела позвоночника остается на том же уровне.

4. В основном пациенты с остеохондрозом шейного отдела позвоночника заканчивают медицинский массаж с улучшением. Процент ухудшений находится в стабильном низком уровне, что говорит о том, что в основном массаж проводится правильно, с соблюдением методик.



# РЕКОМЕНДАЦИИ

1. **Следите за осанкой.** В этом вам поможет полоска лейкопластыря,

наклеенная вдоль позвоночника: натягиваясь, он не позволит вам округлить спину.

2. **Научитесь правильно сидеть.** Ученые утверждают: природа «сконструировала» позвоночник для вертикального положения, к сидячему положению телесная опора не приспособлена! Многие народы, не знающие остеохондроза, прекрасно обходятся без стульев. Сидите не облачаясь, плотно прижимая позвоночник к спинке стула, слегка напрягая мышцы живота. Проверьте: если поза правильная, мышцы шеи, плечевого пояса и груди расслаблены, вы можете свободно дышать и двигать головой.

3. **Избавьтесь от вредной привычки «шлепаться» на сиденье со всего размаха.** Подобное лихачество дорого обходится позвоночнику, и в особенности его грудному отделу.

4. **Спать лучше на специальном ортопедическом матрасе** — полужестком, эластичном, повторяющем естественные изгибы позвоночника. Никаких раскладушек, гамаков, пуховых пирин и деревянных щитов под простыней! Если сон на жесткой опоре предписан врачом, постелите поверх нее два плоских матраса. В порядке исключения в гостях можете переночевать на раскладном диване, но для постоянного сна он не годится. Вошедшие в моду водные матрасы тоже не подходят для пораженного остеохондрозом позвоночника. Они не гасят колебания и сотрясения: слегка пошевелившись во сне, можно запросто получить травму диска.

5. **Не используйте грудной отдел в качестве стрелы подъемного крана!** Особую опасность для этого участка телесной опоры представляет подъем тяжестей с одновременным поворотом в сторону. Возите покупки в сумке на колесах либо разложите по двум пакетам, чтобы нагрузка была равномерной, или поместите груз весом не более 10 кг в рюкзак.

6. Без ущерба для здоровья **носить туфли на высоких каблуках** (более 4 см) разрешается **не больше двух часов в день**.

7. **Пересмотрите гардероб:** позвоночнику «не по душе» узкие платья, кофты в обтяжку, стесняющие движения, а также коротенькие топики, в которых спина и шея открыты для сквозняков. Носите свободную одежду из натуральной ткани.

8. **Откажитесь от тяжелых шуб и дубленок**, создающих дополнительную нагрузку на грудные позвонки. Отдайте предпочтение легким зимним курткам и пальто на синтепоне.

9. **Одевайтесь по погоде.** Зимой от обострения заболеваний позвоночника вас спасут шерстяные и меховые вещи.

10. **Раз в неделю посещайте русскую баню** с березовым веником или сауну.

Благодарим за внимание

