

**СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОЙ  
РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ АРТРИТЕ  
КОЛЕННОГО СУСТАВА**

**Выполнил:  
студент 1 курса,  
группы 01-740-8  
Гильдеев А.**

## Актуальность работы

Актуальность темы. Среди различных методов лечения и профилактики несомненное значение имеют физические факторы, так как они влияют на многие звенья эти патогенеза, участвующие в возникновении и развитии заболеваний опорно-двигательного аппарата (ОДА). Статистика заболеваемости артритом коленного сустава в России такова: примерно половина (от 35 до 52%) людей, страдающих от болезней суставов, болеют именно коленным артритом. Более 30% - у детей. Большинство больных артритом коленного сустава – женщины старше 30 лет.

## Объект и предмет дипломной работы

**Объект:** процесс физической реабилитации при артрите коленного сустава.

**Предмет:** комплекс лечебной физической культуры для лиц с артритом коленного сустава.

## Цель дипломной работы

**Цель работы:** разработать и экспериментально доказать эффективность комплекса физической культуры при артрите коленного сустава.

## Гипотеза

**Гипотеза:** исследование заключается в предположении, что при применении экспериментального комплекса лечебной физической культуры для лиц с артритом коленного сустава будет наблюдаться уменьшение или исчезновение симптомов заболевания.

## Задачи

1. Проанализировать научную литературу по теме исследуемой проблемы.
2. Разработать комплекс лечебной физической культуры при артрите коленного сустава.
3. Оценить эффективность экспериментального

# Методы исследования

Мы в своей работе использовали методику *Профессор, д.м.н. К.Б. Петрова* «Оценка двигательных возможностей», С помощью этой методики мы определяли локомоторные показатели, лиц с артритом коленного сустава». Мы оценивали амплитуду движений в коленном суставе. Сгибание в коленном суставе (сагиттальная плоскость) измеряли с помощью гониометра в градусах. Измерение проводили в положении пациента лежа на животе при максимальном сгибании в коленном суставе, при этом гониометр располагался на латеральной поверхности коленного сустава, неподвижное плечо - в положении  $0^\circ$ , подвижное плечо - параллельно малоберцовой кости. Показатели нормального объема движения составляли  $135^\circ$ , незначительное ограничение -  $134-90^\circ$ , где уже переходит в артроз коленного сустава умеренное -  $89-60^\circ$ , значительное - менее  $60^\circ$ .

# ВЫВОДЫ

Коленный сустав больше всего подвержен воспалительным болезням. Чем это обусловлено, сказать трудно, однако практически каждый артрит (ревматоидный, анкилозирующий, подагрический и т.д.) может поражать его хрящевую ткань. Этот процесс сопровождается рядом симптомов, значительно снижающих качество жизни людей страдающим этим заболеванием. Так же по данным заболеваемости артритом коленного сустава в России такова: примерно половина (от 35 до 52%) людей, страдающих от болезней суставов, болеют именно коленным артритом. Что дало нам изучить данную актуальную проблемы, разработать комплекс лечебной физической культуры при артрите коленного сустава и оценить его эффективность.