

# Медицинская реабилитация больных с вертеброгенной патологией



# Вертеброгенная боль (дорсопатия)

- ограничение движений;
- защитное напряжение мышц спины;
- сглажен поясничный лордоз;
- сколиоз;
- болезненность паравертебральных точек;
- разгрузочные положения и позы;
- симптомы нестабильности позвоночника;
- симптомы напряжения.



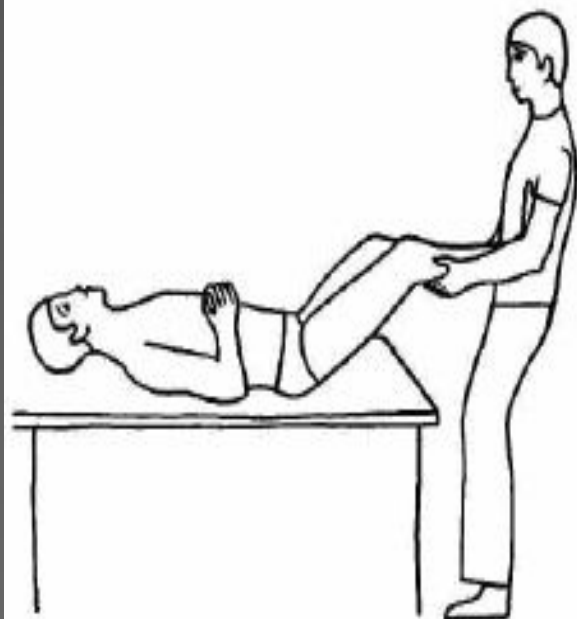
## 1. Лечебная физкультура.



- приподнять голову над подушкой на 1-3 см и удерживать ее в таком положении несколько секунд, по мере укрепления мышц шеи это время увеличивают до 6-8 сек, с повторением через такие же промежутки отдыха.

1. Руки опущены вниз. Плечи плавно поднимают вверх. Задерживаются на 15 секунд. Затем плавно возвращаются в исходное положение.
2. Ладонь прижимают ко лбу. Голову наклоняют вперёд. При этом оказывают сопротивление ладонью.
3. Ладонь перемещают к виску. Голову наклоняют в сторону руки, оказывая ей сопротивление.
4. Голову плавно поворачивают вправо (в самое крайнее положение). Медленно возвращаются назад. Затем — плавный поворот влево.
5. Голову опускают вниз. Подбородок прижимают к груди. В этом положении задерживаются на 3 секунды. Затем расслабляют мышцы шеи.





**Рис. 11.4.** Ручная тракция поясничного отдела позвоночника в положении больного на спине



**Рис. 11.5.** Ручная тракция поясничного отдела позвоночника в положении больного на животе

## 2. Рефлексотерапия

Процедура включает в себя традиционные способы лечения китайской медицины, которые основаны на воздействии на точечные участки поверхности тела. Благодаря такому воздействию возникает импульс, который передается в соответствующие нервные центры, а те, в свою очередь, передают сигнал в пораженный орган, активируя систему самовосстановления.



### 3. Массаж



## 4. Физиотерапия



*Диадинамотерапия*

*Чрескожная электростимуляция*

