

Význam skoliotického programu pre deti v prevencii a liečbe deformít chrbtice.

Deformity chrbtice patria medzi najčastejšie ortopedické ochorenia v detskom a adolescentnom veku. Zaraďujeme medzi ne chybné držanie tela, skoliózu a kyfózu rôznej etiológie.

Skolióza je často podceňovaná závažná diagnóza, ktorá môže pacienta až invalidizovať. Ide o deformitu trupu charakterizovanú najmä vybočením do strany, i keď je prítomný aj určitý stupeň zhrbenia chrbtice a rotácie okolo jej osi. Príčina je v prevažnej väčšine prípadom neznáma (hovoríme o idiopatickej skolióze), v ostatných ide o vrodené zmeny na chrbtici, neuromuskulárne ochorenia, myogénne ochorenia, poúrazové stavy atď. Je potrebné rozlíšiť medzi skoliotickým držaním chrbtice a pravou skoliózou. Skoliotické držanie je v podstate chybné držanie chrbtice ktoré je možné korigovať vlastným svalovým úsilím. V prevažnej väčšine prípadov je príčinou nesprávne jednostranné zaťažovanie chrbtice, preťažovanie chrbtice nesprávnym sedením, stojom so vznikom svalovej dysbalancie, jednostranné športy a nosenie bremien na jednom ramene. Po odstránení vyvolávajúcej príčiny a pomocou cielenej rehabilitácie sa dá úplne odstrániť. V prípade ak sa uvedený stav nelieči skoliotické držanie sa môže fixovať a postupne dochádza k tvarovým zmenám tiel stavcov /rotácia, torzia/, krivka sa stáva ťažšie terapeuticky ovplyvniteľnou a spravidla sa nedá úplne korigovať. K podobnému stavu dochádza aj pri najväčšej skupine zakrivení, tzv. idiopatických skoliózach, kde presnú príčinu vzniku nevieme.

Skolióza postihuje najmä dievčatá v adolescentom veku (až 3xčastejšie ako chlapcov), najčastejšie sa prejaví počas prudkého rastového obdobia. Je známa rodinná predispozícia, preto je vždy vhodné vyšetriť aj súrodencov. Keďže zväčša nebolí, veľa krát sa zistí až pri viditeľnej asymetrii trupu. Skolióza postihuje celú chrbticu resp. len jej časť, podľa toho hovoríme o krčnej, hrudnej, driekovej krivke, resp. najbežnejšej hrudnodriekovej krivke a pod.

Podľa tvaru krivky je najčastejšia esovitá krivka „S“ a veľkooblúková krivka tvaru „C“. Pri podozrení na skoliózu je základom odborné ortopedické vyšetrenie so zhotovením RTG snímku, prípadne doplnujúce vyšetrenia (neurologické, endokrinologické, CT, MRI, EMG). Podľa stupňa krivky, veku, pohlavia, rastovej tendencie, rodinnej anamnézy a výsledku doplnujúcich vyšetrení sa stanoví stratégia liečby.

Pri menších krivkách liečba pozostáva z intenzívnej cielenej RHB – nácviku individuálnej telesnej výchovy, polohovacích cvičení, edukácie skoliotického režimu.

Pri výraznejších krivkách, resp. progresii stavu sa popri RHB indikuje korzet, ktorý sa nosí podľa indikácie lekára (nočný režim, denný režim, celodenný režim).

Nakoľko korzet je zložitá ortopedická pomôcka pri jeho prvej aplikácii dieťa so skoliózou hospitalizujeme na lôžkovom oddelení Špecializovanej nemocnice pre ortopedickú protetiku na niekoľko dní za účelom prevzatia korzetu, adaptácie na korzet, resp. potrebných úprav korzetu. Zároveň prebieha aj komplexná rehabilitácia, nácvik režimu skoliotika, cvičenie v bazéne.

Rehabilitácia u skoliotika sa dá absolvovať aj ambulantne s potrebou následného denného cvičenia doma a pravidelnými kontrolami správnosti cvičenia fyzioterapeutom.

Lepšie liečebné výsledky nám však prináša týždenný skoliotický pobyt, kde vieme pacienta ošetriť ortézou a zároveň zabezpečiť kontinuálnu, cieľnú a dôslednú rehabilitáciu viac krát denne ako aj príjemne strávený voľný čas s ostatnými deťmi pod dohľadom animátorov.

Skoliotický pobyt je určený pre deti s deformitami trupu vo veku 8-18 rokov. Prebieha počas letných prázdnin na lôžkovom oddelení Špecializovanej nemocnice pre ortopedickú protetiku v Bratislave formou denného tábora a formou hospitalizácie, ktorá je hrazená zdravotnou poisťovňou.

Počas pobytu je dieťa vyšetrené odborným lekárom s kontrolou a odporúčením vhodného režimu používania korzetu, resp. inej ortopedickej pomôcky ako aj odporúčenia vhodnej rehabilitácie. Táto je zameraná na liečebnú telesnú výchovu, kontrolu posturálneho a lokomočného režimu skoliotika, nácvik korekčných polôh v korzete a bez korzetu, nácvik správneho dýchania v korzete a bez korzetu, cvičenie v bazéne.

Súčasťou je aj spoločenský program pod vedením animátorov, rozhovory v skupinách so zameraním na sociálnu adaptáciu skoliotikov.

V rámci denného skoliotického tábora je samozrejme deťom zabezpečená celodenná strava a ubytovanie.

Výhodou je úzka spolupráca nemocnice s firmou NEOPROT s.r.o., výrobcom individuálnych ortopedicko-protetických pomôcok, keď počas pobytu je možné prevzatie korzetu, aktuálne úpravy korzetu, resp. zameranie nového korzetu alebo inej ortopedickej pomôcky priamo v budove nemocnice.

V prípade ak liečba korzetom nie je úspešná a dochádza k progresii krivky, resp. je krivka pri prvom vyšetrení príliš veľká zvažuje sa operačné riešenie.

Podľa veľkosti krivky je taktiež doporučené čiastočné, resp. úplné oslobodenie od telesnej výchovy, plávanie je vhodné. Sú nutné pravidelné kontroly ortopédom 2-3 x ročne.

Vzhľadom na možné zdravotné dôsledky skoliózy ako aj kozmetický efekt je veľmi dôležité dôsledne dodržiavať rady lekára ohľadom nosenia korzetu ako aj cvičenia a režimových opatrení, čím spoločne dosiahneme priaznivý efekt liečby – korekciu deformity.

MUDr. Jaroslav Olexík