

ПРОУЧВАНЕ НИВОТО НА ИНФОРМИРАНост НА РОДИТЕЛИТЕ ОТНОСНО ПРОБЛЕМИТЕ, СВЪРЗАНИ С ДЕФОРМАЦИИТЕ НА ГРЪБНАЧНИЯ СТЪЛБ И ПЛОСКОСТЪПИЕТО ПРИ ДЕЦАТА И ТЯХНОТО ЛЕЧЕНИЕ

Анушка Узунова¹, Катя Моллова¹, Илия Попов¹, Мариана Алберт²

¹Тракийски университет, Медицински колеж - Стара Загора

²МУ-София, Медицински колеж "И. Филаретова"

STUDY OF THE AWARENESS LEVEL OF PARENTS ABOUT ISSUES RELATED TO SPINE DEFORMITIES AND FLAT FOOT IN CHILDREN AND THEIR TREATMENT

Anushka Uzunova¹, Katia Mollova¹, Ilia Popov¹, Mariana Albert²

¹ Medical College, Trakia university - Stara Zagora,

² Medical College "Y. Filaretova", Medical University - Sofia

РЕЗЮМЕ

Приоритетна задача в здравеопазването на всяка страна е здравето на нацията. В частност това означава здраво поколение. Основните дейности в това направление трябва да бъдат насочени към адекватна профилактика, прецизна и навременна диагностика, съвременни и ефективни методи на лечение. Гръбначните деформации могат да бъдат в странична или предно-задна посока, съчетани или не с торзио на преилените, често комбинирани с деформации на гръдния кош. Следователно промените, които настъпват, засягат не само гръбначния стълб, но и органи и системи в гръдния кош, така също и опорно-двигателния апарат. Това води както до промяна в стойката и походката с неправилно натоварване на ставния апарат, така и до разместване и притискане на органите в гръдната и коремната кухина и затрудняване на техните функции. Деформациите настъпват бавно и постепенно, като могат да се превърнат в предпоставка за сериозен здравословен проблем във възрастта.

Цел на проучването е да се разкрие нивото на информираност на родители с деца в предучилищна и училищна възраст по отношение на деформациите на гръбначния стълб и плоскостъпието като заболяване и последствията за подрастващите от липсата на профилактика, навременна диагностика и лечение.

ABSTRACT

The health of the nation is a priority of the health care system of each country. The main activities in this direction should be directed towards facilitating adequate prevention, accurate and timely diagnosis, modern and effective methods of treatment. Spinal deformities can be in side or front-to-rear directions, in conjunction, or not, with torsion vertebrae, often combined with deformities of the chest. Therefore, when such changes occur, they affect not only the spine but also organs and systems in the chest as well as the musculoskeletal system. This leads to a change in the posture and the gait with incorrect pressure of the articular apparatus and afterwards to a shift and pressure of organs in the thoracic and abdominal cavity and the impairment of their functions. Deformations occur slowly and gradually and may become a prerequisite for serious health problems with the advance of age.

The aim of the study is to reveal the level of awareness of parents of children in preschool and school age in terms of deformities of the spine and flat feet as diseases and the consequences for adolescents due to lack of prevention, late diagnosis and treatment.

Materials and Methods: Parents of preschool and school children up to third grade were studied in the city of Stara Zagora, using direct individual anonymous polls.

Keywords: spinal deformities, flat feet, diagnosis, treatment

Материал и методи: Чрез пряка индивидуална анонимна анкета са проучени родители на деца в предучилищна и училищна възраст до трети клас на територията на гр. Стара Загора.

Ключови думи: гръбначни деформации, плоскостъпие, профилактика, диагностика, лечение

ВЪВЕДЕНИЕ

Научно-техническият напредък и механизацията на повече от човешките дейности от една страна облекчава хората в професионален и битов аспект, но от друга страна води до обездвижване и престояване на дълги часове в еднообразна поза.

Това „облекчение“ има своите негативи и те са микротривматизация на аксиалния скелет, съпроводена с хипотрофия на мускулатурата и мускулен дисбаланс.

Мускулният баланс, т.е. разпределението на мускулната сила, е един от факторите за поддържане на стойката и телодържанието, а също и движението на гръбначния стълб.

Само при правилната стойка има оптимално натоварване както върху гръбначния стълб, така и върху останалите структури на ОДА.

Намалената двигателна активност стартира от ранно детство с продължителен престой на децата пред телевизора, монитора или електронните игри и се задълбочава през училищната възраст във връзка с продължителното статично натоварване при образователния процес.

Човешкият гръбначен стълб има четири физиологични извивки, които му позволяват да действа като еластична пружинираща колона, устойчива на вертикално натоварване.

Две от физиологичните кривини (гръдна и кръстна кифоза) са първично формирани съобразно вътреутробната поза. Вентралните извивки (шийна и поясна лордоза) се формират и фиксират в ранна детска възраст, което доказва важността на профилактичните мероприятия и ранното диагностициране на гръбначните деформации.

Принципно гръбначните деформации се разделят на вродени и придобити, като причините, които ги пораждаат, могат да бъдат структурни или функционални.

Често гръбначните деформации могат да са комбинирани като причина или резултат с дру-

ги проблеми – плоскостъпие, наднормено тегло и др.

Хиподинамията и нарушената поза предизвикват функционални деформации на гръбначния стълб, които, ако не бъдат диагностицирани и лекувани навреме, водят до сериозни проблеми в зрела възраст със структурни промени.

Напоследък зачестяват проучвания върху проблема, което е сигнал за значимостта и повишаване на степента му.

Проблемът е не само медицински, но и социално-икономически поради относително високата честота на деца и подрастващи с деформации на гръбначния стълб.

Наблюдава се синергизъм на факторите, предизвикващи проблема:

- обездвижване;
- често повтаряща се или продължителна позиция на тялото, свързана с работа или учене;
- неравномерно развита мускулатура;
- вредни навици;
- преумора;
- неправилно положение на тялото по време на сън;
- плоскостъпие;
- бързо израстване;
- нарушен двигателен режим;
- под- или наднормено тегло;
- други заболявания.

Освен това промените в здравеопазната система с големия контингент от пациенти, които обслужва всеки личен лекар, води до нередовно провеждане на профилактични прегледи на децата и регистрация на антропометричните показатели.

Според резултатите от анкетно проучване през 2013 г., проведено сред родители на деца на възраст между 6-11 години, отношението на родителите относно профилактичните посещения при личен лекар се отчита, че най-голям процент, 47%, са родителите, които водят децата си веднъж годишно на профилактичен пре-

глед. Следват родители, които водят децата си 2-3 пъти годишно - 40%, а 13% водят децата си всеки месец. От резултатите от анкетното проучване става ясно обаче, че в здравните картони на децата не са отбелязани резултати от проведен профилактичен преглед на гръбначен стълб при личния лекар (7).

Реформите засегнаха и здравните работници в училищата, от друга страна образователната реформа увеличи натоварването по общообразователни дисциплини за сметка на физкултурата и спорта.

Родителите, в стремеж да осигурят доходи за семейството, разполагат с малко време за децата и разчитат на училището и личния лекар по отношение на здравното възпитание и профилактика за техните деца.

Всичко това оформя един порочен кръг в който се изгубва личната отговорност и активност за здравето на подрастващото поколение.

Здравето на децата е грижа не само на един човек, а на екип от родители, личен лекар, училище, институции и всеки трябва да поеме своята част от отговорността.

Цел на настоящото проучване е да се разкрие нивото на информираност на родители с деца в предучилищна и училищна възраст по отношение на деформациите на гръбначния стълб и плоскостъпие като заболяване и последиците за подрастващите от липсата на профилактика, ненавременна диагностика и лечение.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДИ

В проучването са приложени следните методи:

1. Анализ на литературни източници по проблемите, свързани с гръбначните деформации и плоскостъпие при децата.
2. Анкетно проучване сред 52 родители с деца между 6-11 години, избрани на случаен принцип на територията на гр. Стара Загора, проведено през месец април-май 2016 г.

Анализът на проучените литературни източници за честотата на гръбначните деформации и плоскостъпие в страната сред децата на възраст между 6-11 години е висока. Това сочат статистиката от няколко десетилетия до днес, като през последните години процентът на тези деца се увеличава.

По данни на Министерството на здравеопазване в годишен доклад за състоянието на здравето на гражданите и изпълнението на Националната здравна стратегия за 2013 г. от 2912 прегле-

дани деца в 1-ви клас 444 са с гръбначни изкривявания (6, 8).

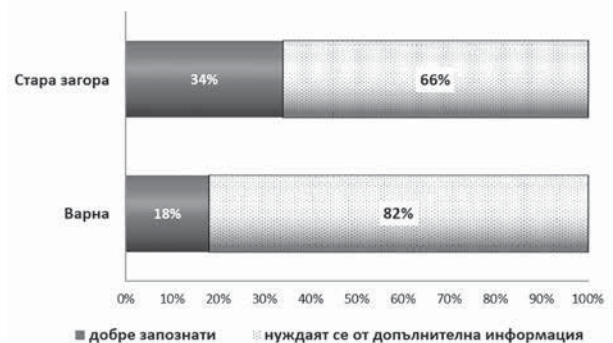
Специалисти от Дирекция „Профилактика на болестите и промоция на здравето“ съвместно с кинезитерапевти от НСА са направили анализ на гръбначните деформации в пет столични училища. Прегледани са само първокласници, общо 689 ученици. Резултатите са: 65% от децата (447 ученици) в тази възраст имат гръбначни отклонения. Всеки втори първокласник е с неправилна стойка, 8% (55 ученици) имат сколиоза първа степен, 3% (20 деца) с кифоза. Само 24% (167) прегледани деца са без отклонения от нормата (7, 5).

Имайки предвид тревожна статистика, вниманието се насочи към мнението и информираността на родителите, тъй като в процеса на превенция и профилактика, особено когато се касае за деца, трябва активно да се включат и родителите.

РЕЗУЛТАТИ И ОБСЪЖДАНЕ

Беше проведена пряка индивидуална анкета сред проучени 52 родители за тяхната информираност, мнение, нагласи и готовност за съдействие за лечение, в случай че при тяхното дете се диагностицира деформация на гръбначния стълб или плоскостъпие.

Установи се, че 34% (18) от родителите са добре запознати по темата и са се интересували допълнително по темата, но останалите 66% (34) от анкетираните се нуждаят от допълнителна информация. Подобна анкета е проведена през месец септември 2012 г. на 38 родители в гр. Варна, където е установено, че само малка част, 18%, са запознати, а останалите 82% се нуждаят от повишаване на информираността, както и от идентификацията на условията и факторите, водещи до постурални нарушения и гръбначни деформации (7). Големият процент на неосведоменост на родителите в условията на големия информационен поток, който ни залива ежедневно чрез интернет, телевизия, развитието в медицината и



Фиг. 1

т.н., е тревожен. Това ни навежда на мисълта, че е необходимо да се създаде по-кратък и лесен път на информираност на родителите.

За голям процент от родителите - 75% (39), източник на информация по въпроса са личният лекар и интернет, по-малка част от тях - 25% (13), посочват, че се информират от училището, детската градина, други родители и приятели.

По отношение на това кои от деформациите на гръбначния стълб познават, родителите са посочили най-вече сколиозата - 88% (46). Незначителен процент от тях - 12% (6), посочват, че са запознати с някои от другите видове деформации.

Тревожен беше фактът, че много малък процент - 12% (6), от анкетираните са запознати с късните усложнения от тези деформации и плоскостъпието.

За нас при отчитането на резултата от анкетата представляваше интерес ангажираността на децата с физическа активност и колко време прекарват пред телевизора или компютъра на ден. Немалка част от родителите - 45%, са посочили, че са записали своите деца да тренират някакъв спорт или да ходят на танци, но останалите обясняват, че децата им, особено в по-топлите месеци, прекарват в игри пред жилището, където живеят, но предимно през ваканциите и много малко в учебно време. Като причини за малкото часове, които децата прекарват навън в игри или сред природата, родителите посочват: по-голямата ангажираност в подготовката за учебни занятия, липса на време от страна на родителя, за да ги изведе навън да играят, нежелание от страна на детето, тъй като голяма част от децата предпочитат да останат у дома да гледат телевизия или да играят на компютъра. Тревожен е и фактът, че повечето от анкетираните посочват, че децата прекарват минимум по 1-2 часа пред синия екран всеки ден, а понякога и повече.

На въпроса „Считате ли, че освен като лечение и с профилактична цел трябва да се про-

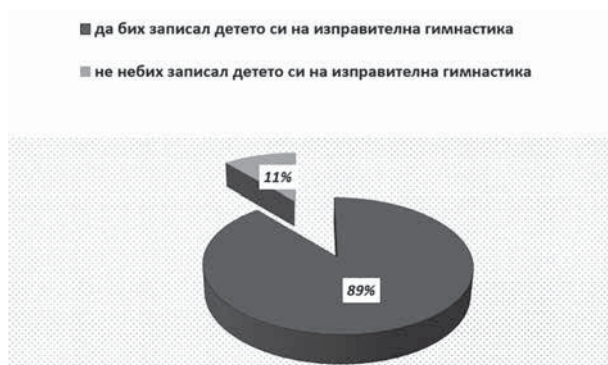
вежда специализирана гимнастика в ранна детска възраст“ - 82% от анкетираните са отговорили утвърдително. На следващия въпрос „Бихте ли записали детето си на лечебна изправителна гимнастика“ - 89% от родителите са отговорили положително.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Здравето на децата ни е приоритетно задължение на всички нас. Нарастване честотата на гръбначните деформации и плоскостъпието при децата, проявата им във все по-ранна възраст и усложненията, които пораждаат, налага провеждането на своевременна, точна и всеобхватна диагностика, профилактика и лечение. Изключително важно за успеха на тези мероприятия е екипното включване на родители, медици, специалисти, педагози и др. За подобряване на двигателната култура и двигателния стереотип за правилно телодържание е необходимо задължително провеждане на изправителна гимнастика в детските заведения и училищата.

ЛИТЕРАТУРА

1. Джеров, Д., Б. Владимиров, И. Владиславов. Ортопедия, травматология и ортотика (учебник за рехабилитатори). Под ред. на Б. Владимиров, първо издание. Издателство „Знание“ ЕООД 2000, с. 128, 154.
2. Душков, В., Н. Бакев, К. Велчева. Гръбначни изкривявания - статистика и реалност, Научни трудове на Русенския университет, том 51, серия 8.1, 2012.
3. Каранешев, Г., Б. Соколов, Л. Венова и др. Теория и методика на лечебната физкултура. Под ред. на Г. Каранешев. София, Медицина и физкултура, 1987, с. 206-215.
4. Каранешев, Г., Б. Соколов, Л. Венова и др. Ръководство за практически упражнения по лечебна физкултура. София, Медицина и физкултура, 1991, с. 51, 76.
5. Кирилова, М. Децата ни растат с гръбначни изкривявания, бр. 207. Електронна версия на в. „Животът днес“, <http://jivotat.dnes.bg/>
6. НЦОЗА (2014). Годишен доклад за състоянието на здравето на гражданите и изпълнението на Националната здравна стратегия за 2013 година. София: file:///C:/Users/USer/Documents/doklad_2013(1).pdf.



Фиг. 2

7. Филкова С, Хр. Христов. Промоция и профилактика на гръбначните изкривявания в детска възраст // Варненски медицински форум, том 2, 2013, приложение 3, с. 246-250.
8. Филкова, С, Н. Ушева. Проучване на телодържанието на децата в предучилищна възраст // Социална медицина, бр. 3, 2015, с. 16-18.