

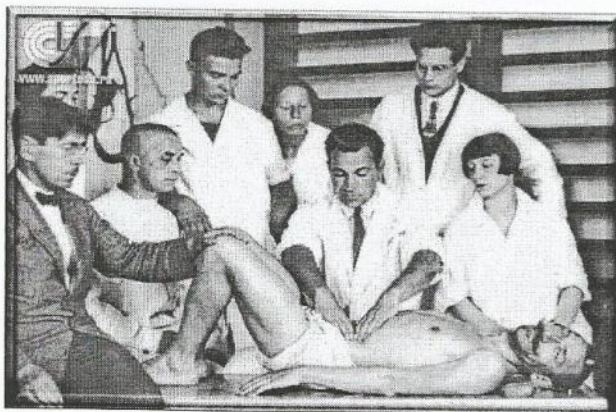
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА, МОЛОДЁЖИ И ТУРИЗМА»
(ГЦОЛИФК)**

95 лет ГЦОЛИФК



**МАТЕРИАЛЫ
II ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ:
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА:
ДОСТИЖЕНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ»
(27-28 МАЯ 2013Г.)**



90 лет

русскому спортивному массажу

85 лет кафедре

лечебной физической культуры,
массажа и реабилитации



МОСКВА, 2013

Информация об авторах:

1. **Николовска Ленче Стоил** - аспирант, старший преподаватель Университет „Гоце Делчев“, Македония, Штип.
2. **Крастев Тоше Иван** – ассистент Университет „Гоце Делчев“, Македония, Штип.
4. **Мегова Тая Николаева** - ассистент Медицинский Университет, Болгария, Плевен.
3. **Михайлова Нина Иванова** - кандидат педагогических наук, доцент; доцент Медицинский Университет, Болгария, Плевен.

ФИЗИОТЕРАПИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ШЕЙНЫМ СПОНДИЛАРТРОЗОМ

Л.С. Николовска¹, Т.Д. Страторска¹, Н.И. Михайлова², Т.Н. Мегова²

¹ Университет „Гоце Делчев“, Македония, Штип,

² Медицинский Университет, Болгария, Плевен

Аннотация. Целью исследования является создание и оценка двух физиотерапевтических методик для пациентов с шейным спондилартрозом, одна из которых дополнена мягкотканными мануальными методами. Наблюдения проводились на 40 пациентах, разделенных на две группы, которые подвергались массажу и аналитическим упражнениям. Для экспериментальной группы (ЭГ) были включены и мягкотканые мануальные методы для мобилизации цервикального отдела. Результаты показывают более эффективное увеличение подвижности, уменьшением боли и повышение мышечного тонуса за ЭГ.

Ключевые слова: шейный спондилартроз, физиотерапия, мануальные методы.

PHYSIOTHERAPY FOR PATIENTS WITH CERVICAL SPONDYLARTHROSIS

L.S. Nikolovska¹, T.D. Stratorska¹, N.I. Mihaylova², T.N. Megova²

¹ University "Goce Delchev", Macedonia, Stip,

² Medical University, Bulgaria, Pleven

Abstract. The aim of this study was to establish and evaluate two physiotherapy programs for patients with cervical spondylarthrosis, one supplemented with soft tissue manual techniques. Followed 40 patients were divided into two groups treated with massage and analytical exercises. For the experimental group (EG) are additionally included manual techniques for soft tissue mobilization. The results show an increase in the mobility, reduction of pain and balanced muscle tone for EG.

Keywords: cervical spondylarthrosis, physiotherapy, manual mobilization.

Введение. Шейной отдел позвоночника испытывает значительное динамическое и статическое давление в связи со своей большой подвижностью [1, 3]. Артроз шейной части занимает первое место среди дегенеративных заболеваний позвоночника и охватывает 40-50% остеоартрозов [8]. При лечении шейного болевого синдрома необходимо выбрать целенаправленные техники для уменьшения гипертонуса в m. sternocleidomastoideus и mm. scalene, которые труднее поддаются влиянию, чем m. trapezius pars descendens и m. levator scapulae [2]. Л. Крайджикова (2008) для устранения боли и восстановления правильной позы предлагает применение нервно-мышечных техник, а по мнению G.Jull и соавт. (2004) для восстановления правильной краниоцервикальной флексии в первую очередь необходим обязательный элемент физиотерапевтической программы [4,9]. По мнению ряда авторов мобилизационные техники для цервикального отдела являются подходящим выбором для уменьшения стресса шейного сегмента [6, 10, 11, 12].

Целью исследования является создание двух физиотерапевтических методик для пациентов с шейным спондилартрозом, одна из которых дополнена мягкотканными ману-