

ЦЕЛИ ТЕРАПИИ

- Профилактика прогрессирования сколиоза
- Трехмерная коррекция искривления позвоночника и выравнивание изгибов
- Коррекция «сколиотического» положения тела
- Самокоррекция бытовых поз (получение более полного представления о собственном позвоночнике и позах, в которых правильнее сидеть, стоять и т.д.)
- Уменьшение болевых ощущений
- Улучшение дыхательной функции (жизненной ёмкости) лёгких, более свободное дыхание
- Увеличение подвижности позвоночника, достижение лёгкости движений
- Повышение физической выносливости и силы мышц спины
- Улучшение осанки, повышение самооценки
- Выравнивание таза
- Составление домашней программы упражнений

ДИНАМИЧЕСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ И КОРРЕКЦИЯ ЛЕЧЕНИЯ

В начале ШРОТ-терапии и после завершения занятий специалист центра **Gerbutova Kidsrehab** проводит **СКОЛИОМЕТРИЮ** для оценки эффективности подобранного комплекса упражнений. Данный метод диагностики позволяет также вести динамическое наблюдение самого процесса лечения между рентгенами и корректировать индивидуальную программу пациента в случае необходимости.



ПОВТОРНЫЙ РЕНТГЕН назначается пациенту ортопедом (угол по Коббу).

ВАРИАНТЫ ЗАНЯТИЙ

- ✓ Индивидуальные занятия (знакомство с концепцией, составление индивидуальной программы упражнений, индивидуальные тренировки со специалистом)
- ✓ Групповые занятия (в нашем центре занятия проводятся в мини-группах для 2 - 4 человек)
- ✓ Повторные занятия (подбор новых упражнений, контроль за правильностью выполнения)

ЧАСТОТА ЗАНЯТИЙ

Частота и продолжительность ШРОТ-терапии во многом зависит от степени сколиоза и сложности заболевания. Мы рекомендуем посещать занятия со специалистом не реже одного раза в месяц в целях коррекции подобранной индивидуальной программы.

ИНТЕНСИВНЫЙ КУРС ШРОТ-ТЕРАПИИ НЕОБХОДИМ пациентам на начальном этапе знакомства с новой методикой.

ШРОТ-ТЕРАПИЯ ДОПОЛНЯЕТ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОРСЕТА

Корсет Шено + ШРОТ-терапия — один из известных и эффективных дуэтов при лечении сколиоза. Так что если Вам уже назначали корсет, то целевые движения тем более необходимы. Специалист центра **Gerbutova Kidsrehab** на этапе диагностики учтет рекомендации ортопеда, касающиеся времени ношения корсета, оценит корректность его выполнения для конкретного пациента. Во время занятий все упражнения выполняются пациентом без корсета. Тренинг походки проводится в корсете и без него.



+7 985 423 0176

Россия, г. Москва,
ул. Усиевича, д. 27 к.1

www.kidsrehab.ru

infokidsrehab@gmail.com

+7 985 423 0176

Россия, г. Москва,
ул. Усиевича, д. 27 к.1

www.kidsrehab.ru

infokidsrehab@gmail.com



Центр
детской
реабилитации

ШРОТ-ТЕРАПИЯ

ЛЕЧЕНИЕ СКОЛИОЗА

СКОЛИОЗ (в переводе с греческого scoliosis -искривление) — это заболевание опорно-двигательного аппарата, при котором позвоночник деформируется в трёх плоскостях:

- боковое смещение
- ротация
- изменение физиологических изгибов (увеличение / уменьшение лордоза и кифоза)



ВРОЖДЕННЫЙ СКОЛИОЗ возникает вследствие аномалий развития позвоночника, когда нарушается процесс формирования и сегментации позвонков.

ИДИОПАТИЧЕСКИЙ СКОЛИОЗ развивается в период роста, и начальные проявления искривления позвоночника могут быть обнаружены уже в раннем детстве, а наиболее выражены в подростковом возрасте с 10 лет и до окончания периода роста.

ДИАГНОСТИКА СКОЛИОЗА

✓ СКОЛИОМЕТРИЯ + ТЕСТ АДАМСА

Данная методика ранней диагностики сколиоза широко применяется в мире. Она позволяет определить ротационные изменения в позвоночнике при контрольном осмотре и в процессе лечения.



✓ РЕНТГЕН

Диагноз сколиоз обязательно должен быть подтвержден рентгеном.

В лечении сколиоза принимает участие группа специалистов: ортопед, ШРОТ-терапевт и, при необходимости, медицинский техник (изготавливает корсет ШЕНО).

ШРОТ-ТЕРАПИЯ

ШРОТ-терапия является эффективным консервативным методом лечения сколиоза во всём мире. Этот трёхмерный терапевтический подход к лечению искривления позвоночника был разработан Катариной Шрот в Германии в 1920 году. В дальнейшем развитии методики ШРОТ занимались её дочь Криста Ленерт-Шрот и внук Ганс Рудольф Вайс.

В 1997 году медицинский концерт «Асклепиос» открыл клинику Катарины Шрот в немецком городе Бад Зобернхайм. Пациенты из разных стран ежегодно приезжают сюда на диагностику и лечение сколиоза. Также на базе клиники проводится официальное обучение специалистов по методу ШРОТ.

Врач ЛФК центра **Gerbutova Kidsrehab** **СОФЬЯ РОМАНОВСКАЯ** обучалась ШРОТ-терапии в Бад Зобернхайме в Германии и успешно применяет данный терапевтический подход к лечению сколиоза в своих занятиях.

Искривленный позвоночник вызывает асимметрию мышц спины, когда при клиническом осмотре пациента с одной стороны виден «мышечный холм», а с другой — «мышечная яма». Концепция ШРОТ подразумевает работу в гиперкорректированных позах, благодаря которым уменьшается искривление позвоночника и происходит укрепление ослабленных мышц. В терапии используется особая техника дыхания, которая также позволяет изменить и укрепить мышцы в скорректированном положении осанки. А поддержание осанки — важное условие её исправления, поэтому пациент должен знать о положениях, которые могут ухудшить его состояние.

ПРИНЦИПЫ ТЕРАПИИ

- Асимметричное дыхание
- Асимметричные позы с гиперкоррекцией тела: стоя, сидя, лежа на боку, на спине и на животе
- Коррекция и рекомендации по самокорректирующим позам в повседневной жизни (изменение привычек, контроль над положением позвоночника)
- Самостоятельное выполнение упражнений пациентом
- Коррекция и тренинг походки



ВРАЧ ЛФК,
ШРОТ-ТЕРАПЕВТ

ГЛАВНОЕ УСЛОВИЕ ПРИМЕНЕНИЯ ШРОТ-ТЕРАПИИ

- ✓ Активное и осознанное участие пациента

ЗАНЯТИЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ШРОТ-терапевт по результатам проведенной диагностики подробно рассказывает пациенту о том, **ЧТО** такое сколиоз, и **КАКОЙ У НЕГО** тип искривления позвоночника. Важно, чтобы не только родители, но и сам ребенок наглядно понимал, что представляет собой его тип сколиоза. Именно это помогает пациенту осознанно выполнять упражнения и в дальнейшем самостоятельно контролировать правильность их выполнения.

Специалист анализирует исходное положение тела пациента **ВМЕСТЕ** с ним. ШРОТ-терапевт вместе с пациентом анализирует **КАЖДУЮ** коррекцию положения тела и его **НОВЫЕ** ощущения. После проведенного инструктажа специалист контролирует **САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ** выполнение пациентом всего комплекса упражнений, ассистируя и давая команды. ШРОТ-терапевт объясняет пациенту необходимость долгосрочного и **РЕГУЛЯРНОГО** применения терапии.

