

ESF projekt UP.03.3.1.04.0020

REGIONALNI CENTAR KOMPETENTNOSTI MLINARSKA

UTJECAJ TERMOMINERALNE VODE NA SMANJENJE DEFORMACIJA KRALJEŽNICE KOD DJECE ŠKOLSKOG UZRASTA

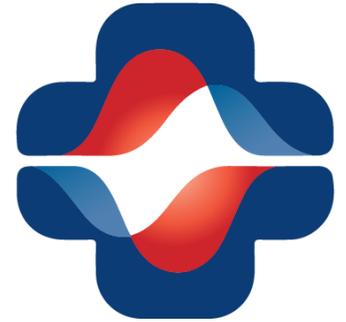
PROGRAM STRUČNOG USAVRŠAVANJA UČENIKA

Suvremeni fizioterapijski pristupi deformitetima kralježnice

Ivan Vrbić

Marko Babić

Srednja škola Topusko

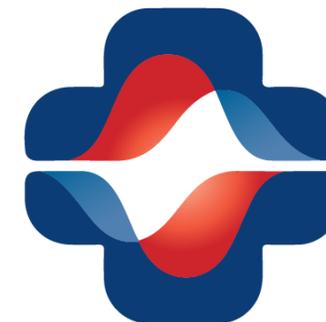


Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.

Ishodi

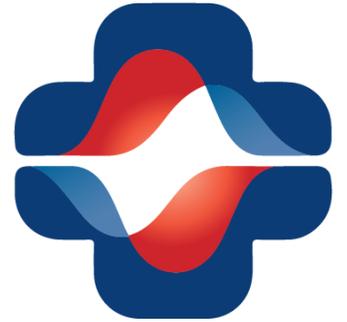


Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

- povezati suvremene metode s klasičnim metodama liječenja deformiteta kralježnice
- navesti ciljeve suvremenih fizioterapeutskih pristupa
- opisati suvremene fizioterapijske pristupe
- kombinirati navedene pristupe u budućem radu i obrazovanju

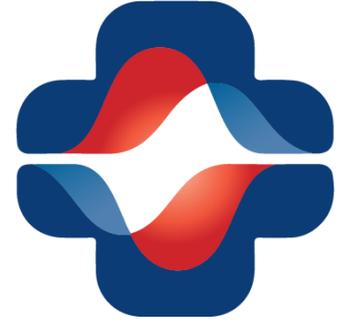
1. Schroth metoda

- Konzervativna metoda liječenja deformiteta kralježnice
- Cilj je :
 - Glavni cilj je zaustaviti razvoj skolioze
 - Unaprijeđenje posture
 - Veća stabilnost kralježnice
 - Lakše i pravilnije disanje
 - Manje boli i normalniji život sa skoliozom
 - Lakše kretanje i sudjelovanje u dječjoj igri
 - Pravilniji položaj zdjelice



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

1. Schroth metoda (2)



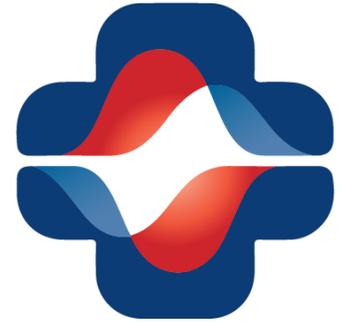
Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

- Svrha ovih vježbi je derotacija, defleksija i korekcija
- kralježnice u sagitalnoj ravnini uz istezanje kralježnice.
- Vraćanje mišićne simetrije i poravnanje (engl. *Alignment*)
- posture
- Osvjestiti osobu o stanju posture
- Vježbe disanja
- Korištenje zrcala



Slika 1. Schroth metoda

1. Schroth metoda (2)

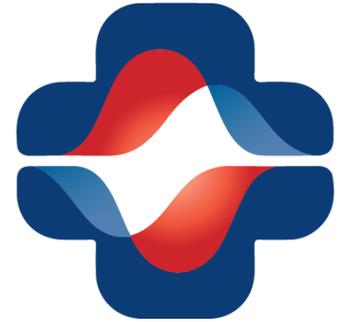


Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska



Slika 2. Usporedba prije i poslije – Schroth metoda

1. Schroth metoda (2)

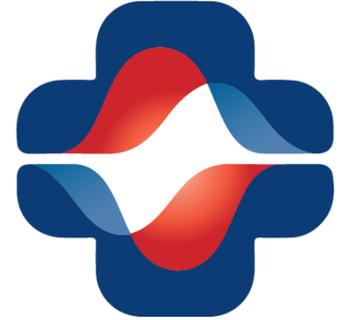


Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska



Slika 3. Usporedba prije i
poslije- Schroth metoda

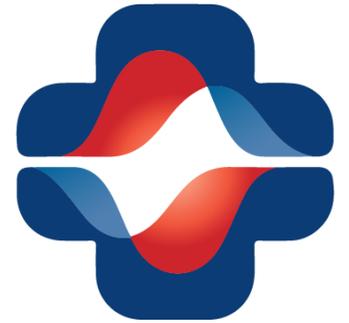
2. „SEAS“ vježbe



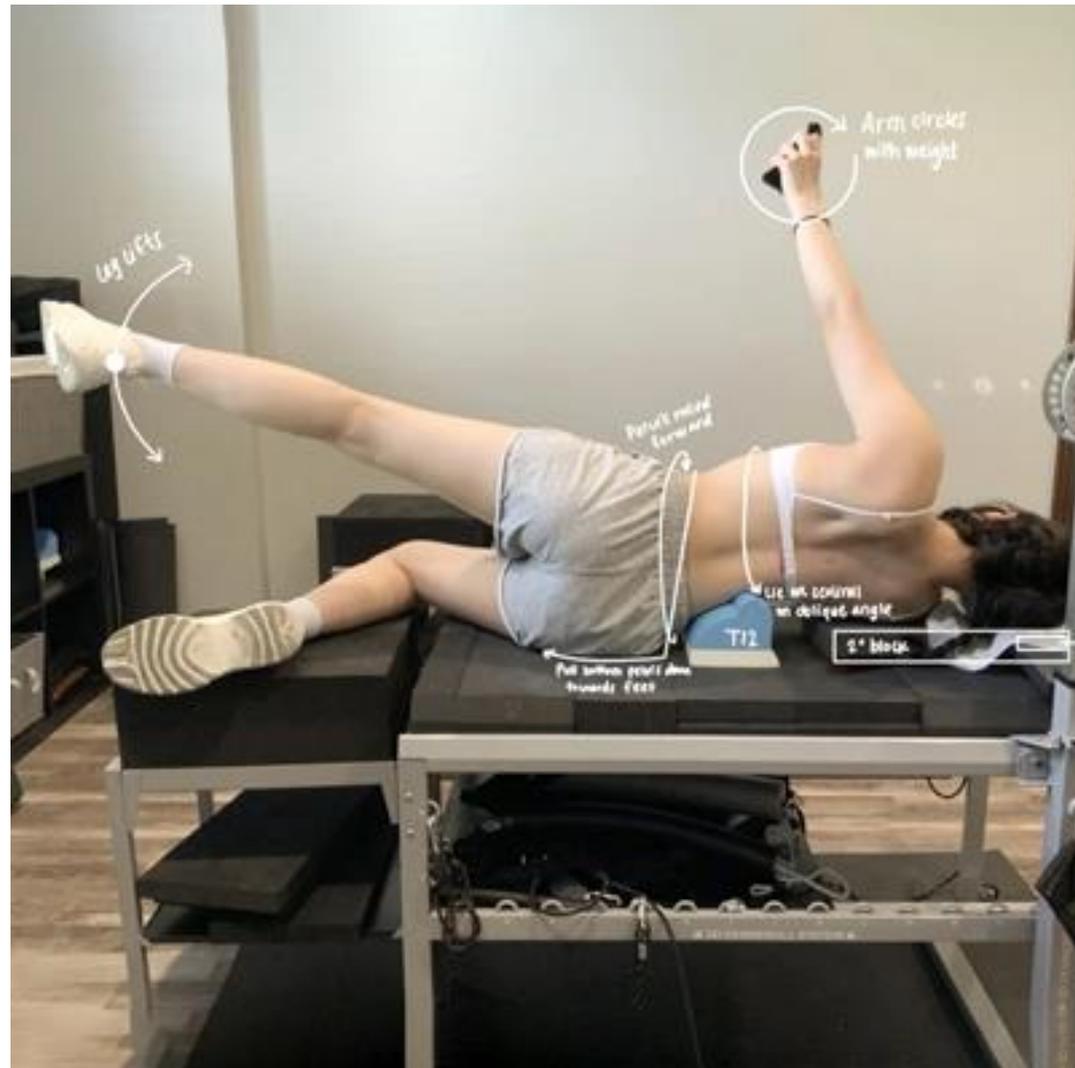
Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

- Engl. *Scientific exercise approach to scoliosis*
- Utvrdilo se da ovaj koncept smanjuje učinkovita u smanjenju stupnja deformiteta kralježnice
- Pokušava se izbjeći nošenje ortoza
- Uključuje neuromotornu kontrolu, propriocepciju i balans
- Pripojene su ASŽ
- https://www.youtube.com/watch?v=fex0jJtMM_M

2. „SEAS“ vježbe (2)



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

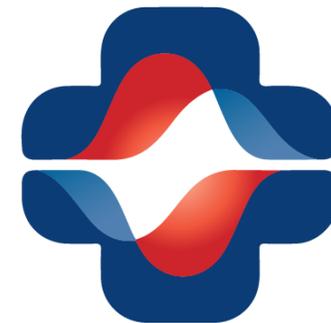


Slika 4. SEAS metoda

3. Pilates



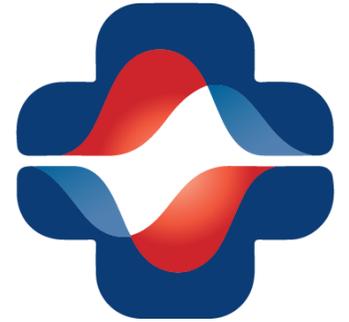
Slika 5. Pilates



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

4. Literatura

- 1) <https://scoliotime.hr/schroth-metoda/> pristupljeno 01. srpnja 2022.g.
- 2) <http://www.fizioterapija.hr/schroth-metoda/> pristupljeno 02. srpnja 2022.g.
- 3) Joo-Hee Park, Hye-Seon Jeon , Ha-Won Park, Effects of the Schroth exercise on idiopathic scoliosis: a meta-analysis, Eur J Phys Rehabil Med. 2018 Jun;54(3):440-449.
- 4) Negrini S, Zaina F, Romano M, Negrini A, Parzini S. Specific exercises reduce brace prescription in adolescent idiopathic scoliosis: a prospective controlled cohort study with worst-case analysis. Journal of rehabilitation medicine. 2008 Jun 5;40(6):451-5.
- 5) Negrini S, Negrini A, Romano M, Verzini N, Negrini A, Parzini S. A controlled prospective study on the efficacy of SEAS. 02 exercises in preventing progression and bracing in mild idiopathic scoliosis. Studies in health technology and informatics. 2006;123:523.
- 6) Negrini A, Parzini S, Negrini MG, Romano M, Atanasio S, Zaina F, Negrini S. Adult scoliosis can be reduced through specific SEAS exercises: a case report. Scoliosis. 2008 Dec;3(1):20.



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska