

Corectarea Scoliozei

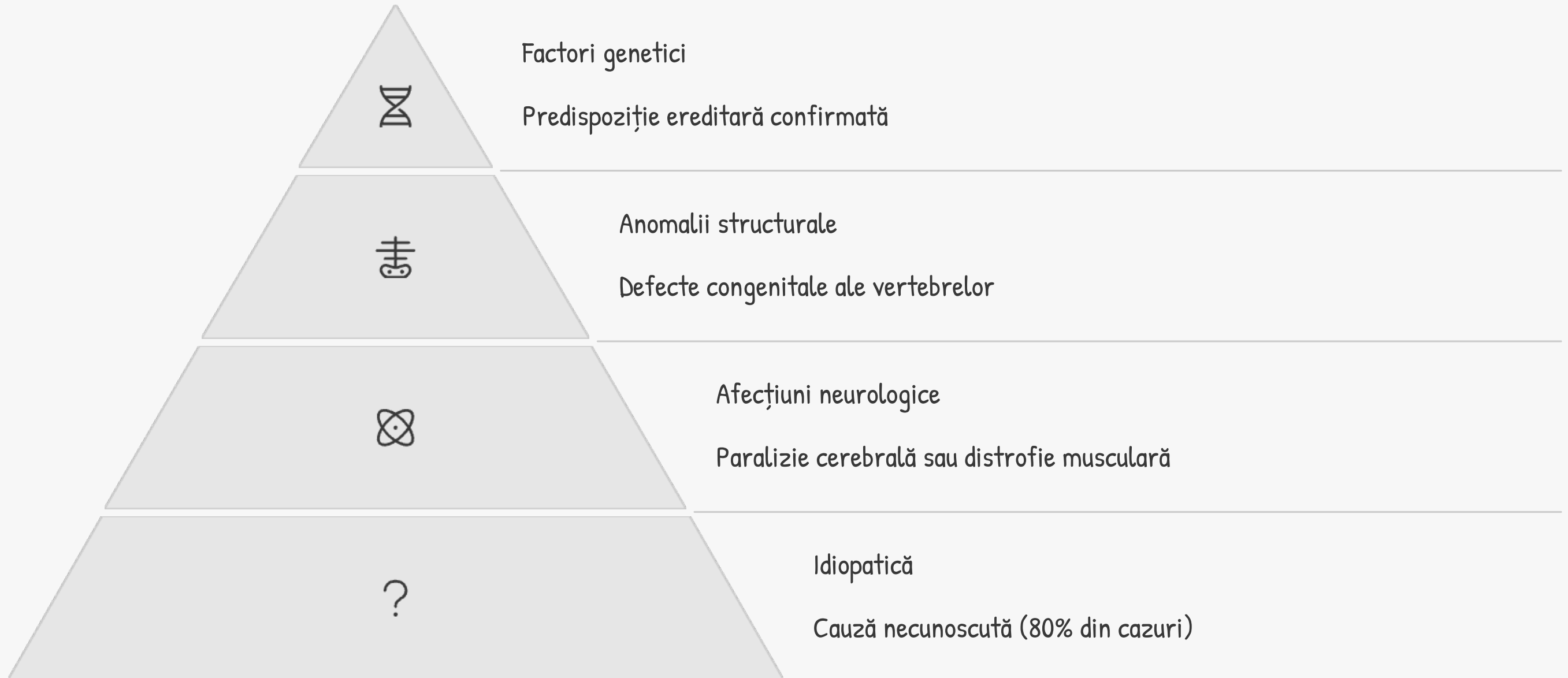
Scolioza reprezintă o deformare tridimensională a coloanei vertebrale. Această condiție afectează aproximativ 3% din populație.

Vom explora cauzele, metodele de diagnostic și opțiunile de tratament disponibile. Scopul nostru este să oferim informații complete pentru îmbunătățirea calității vieții.

by **Sînziana Gherban Cuciureanu**



Cauzele Scoliozei și Factorii de Risc





Metode de Diagnostic și Evaluarea Gradului de Curbură

Examenul Fizic

Medicul observă asimetria umerilor și șoldurilor. Testul Adams identifică rotația vertebrală prin înclinarea pacientului.

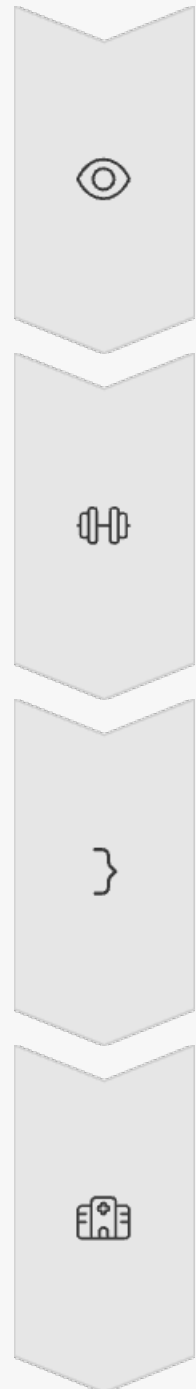
Evaluarea Radiologică

Radiografiile confirmă prezența și măsoară unghiul Cobb. Acesta determină severitatea curburilor.

Investigații Avansate

RMN și CT se recomandă pentru identificarea cauzelor secundare. Evaluarea matură osoasă determină potențialul de progresie.

Abordări Terapeutice în Funcție de Severitatea Scoliozei



Monitorizare

Pentru curbe sub 20°

- Evaluări la 4-6 luni
- Radiografii periodice

Kinetoterapie

Pentru curbe de 20-30°

- Exerciții specifice Schroth
- Stretching și întărire musculară

Ortezare

Pentru curbe de 25-40°

- Corset purtat 16-23 ore zilnic
- Eficient în perioada de creștere

Chirurgie

Pentru curbe peste 45-50°

- Fuziune vertebrală
- Instrumentare posterioară

Scoliosis treatment options

Timeline of treatment sections:



Exerciții Fizice Specializate pentru Corectarea Scoliozei



Metoda Schroth

Exerciții tridimensionale personalizate.
Corectează poziția și îmbunătățește
respirația.



Întărire Musculară

Exerciții pentru musculatura abdominală și
spate. Stabilizează coloana și reduce
dezechilibrele.



Yoga Terapeutic

Poziții adaptate pentru alinierea coloanei.
Îmbunătățește postura și flexibilitatea.

Rolul Kinetoterapiei în Tratamentul Scoliozei

Evaluare Inițială
Analiza posturii și a dezechilibrelor
musculare

Reevaluare Periodică
Ajustarea programului în funcție de
progres



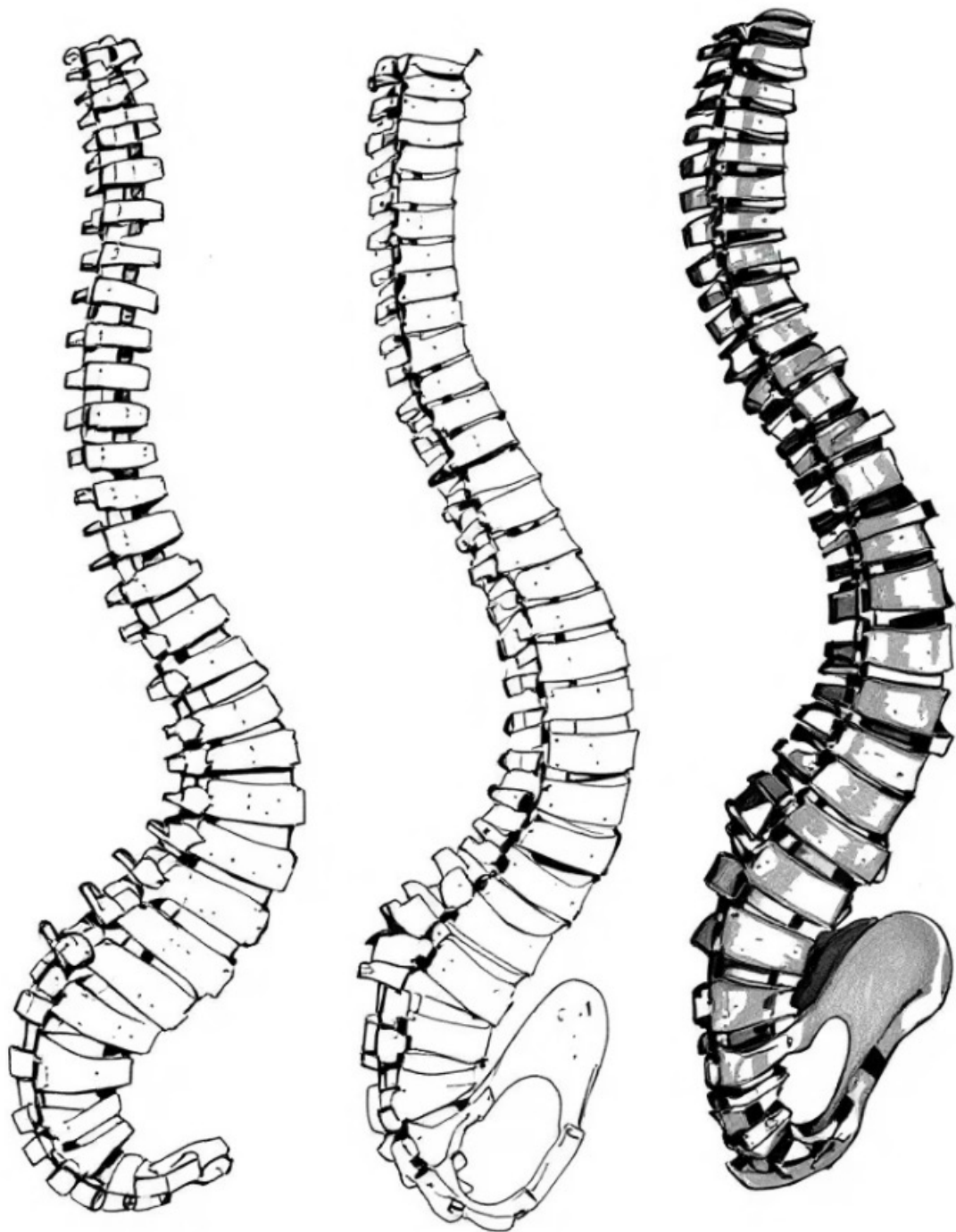
Plan Personalizat

Crearea unui program specific tipului de
curbură

Exerciții Specifice

Implementarea tehnicilor de elongație și
derotație

Dispozitive Ortopedice și Corsete: Când și Cum se Folosesc



Corsetul Boston

Confecționat din plastic modular. Ideal pentru curburi toracolombare și lombare.

- Ușor de purtat sub haine
- Necesită 18-20 ore de purtare zilnic

Corsetul Milwaukee

Include elemente pentru gât și cap. Recomandat pentru curburi înalte toracice.

- Mai vizibil estetic
- Foarte eficient pentru curbe severe

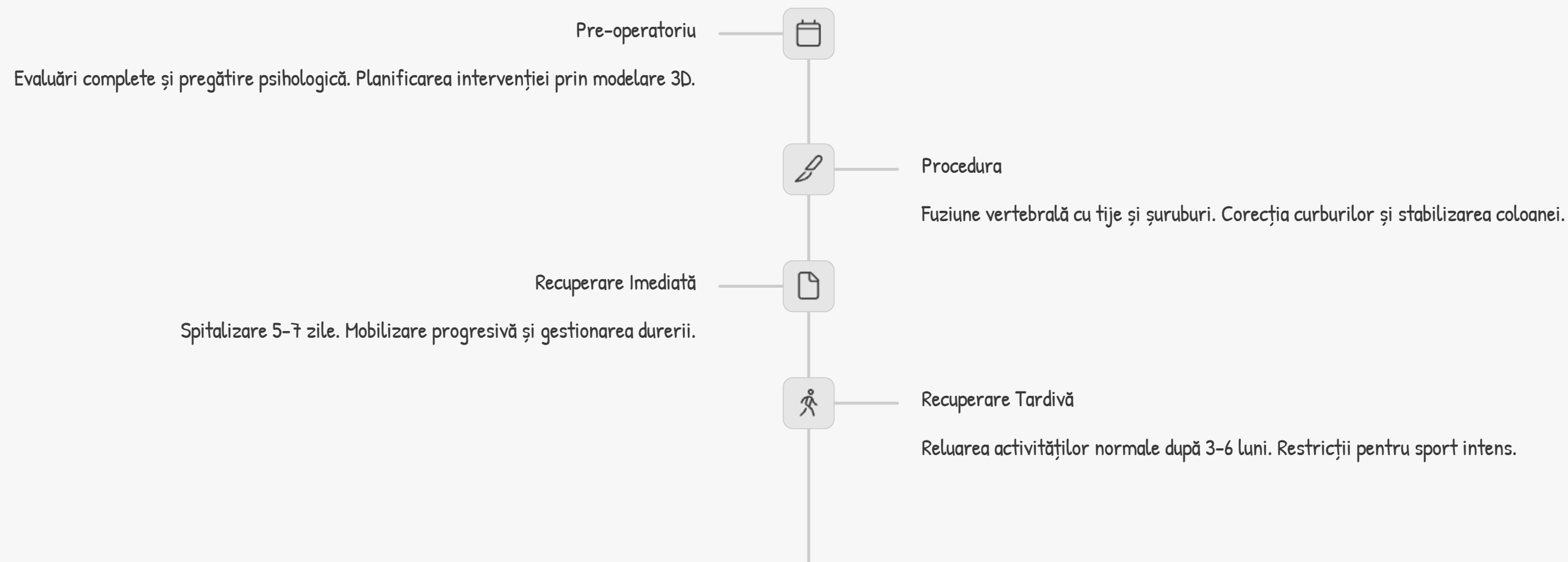
Corsetul Cheneau

Design asimetric 3D. Corecție activă prin zone de presiune și expansiune.

- Permite mișcări respiratorii
- Corectează rotația vertebrală



Intervenții Chirurgicale pentru Cazurile Severe



Prevenirea Progresiei Scoliozei la Copii și Adolescenți



Screening Regulat

Evaluări periodice în timpul creșterii. Identificarea timpurie permite intervenția promptă.



Ergonomie Corectă

Ghiozdane adecvate și mobilier ajustabil. Evitarea supraîncărcării pe o singură parte.



Activitate Fizică Echilibrată

Înot și exerciții simetrice. Dezvoltarea uniformă a musculaturii spatelui.



Educație Posturală

Conștientizarea și corectarea posturii. Obiceiuri sănătoase de ședere și stat în picioare.





Recuperarea și Menținerea Rezultatelor pe Termen Lung

| Faza | Activități | Frecvență |
|-------------|---|-----------------------|
| Intensivă | Kinetoterapie specializată și exerciții Schroth | 3-5 ședințe/săptămână |
| Consolidare | Exerciții independente și terapie periodică | 2-3 ședințe/săptămână |
| Menținere | Program de acasă și sport adaptat | 3-4 sesiuni/săptămână |
| Control | Evaluări clinice și radiologice | La 6-12 luni |

Succesul pe termen lung depinde de constanță. Continuarea exercițiilor specifice previne recidiva.

Adoptă un stil de viață activ și conștient. Rezultatele se mențin prin efort susținut.