

ID: 2017-06-25-T-14716

Тезис

Юрковская А.И., Чехонацкий В.А., Чехонацкий И.А.

Остеохондроз у беременных

ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра нейрохирургии

Научный руководитель: к.м.н. Скулович С.З.

Актуальность. Остеохондроз – заболевание позвоночника, характеризующееся дегенерацией межпозвоночного диска со значительным снижением его высоты, склерозированием дисковых поверхностей позвонков. Одной из причин увеличения частоты обострения данного заболевания среди женщин является беременность.

Цель: оценить причины и структуру болевого синдрома в поясничной области у беременных и на основании этого предложить методику лечения и профилактики.

Результаты. На первом месте среди провоцирующих факторов, приводящих к болевому синдрому относят увеличение массы тела женщины и перемещение его центра впереди за счет силы тяжести беременной матки. Важными причинами развития болевого синдрома в позвоночнике у беременных являются: изменение осанки и ходьбы, низкую двигательную активность, сидячий образ жизни, гормональные нарушения, изменения метаболизма, возрастные изменения, вызывающие потерю подвижности и эластичности дисков и позвонков, стрессы. При беременности наиболее часто страдают шейный и поясничный отделы позвоночника. Увеличивается также нагрузка и на грудной отдел.

Основную роль в исследовании позвоночника у беременных отводят МРТ (с 10 недель беременности), с помощью которой определяется уровень поражения, уточняется и конкретизируется диагноз, а также диагностируется патология плода на ранних сроках беременности.

Во время беременности противопоказаны многие препараты, поэтому медикаментозное лечение беременности представляет сложности. В настоящее время для купирования болевого синдрома у беременных применяют новокаиновые блокады, миорелаксанты, сосудорасширяющие препараты, аппликаторы Кузнецова.

Специально разработанный комплекс упражнений поможет безопасно снять нагрузку с позвоночника и болевые ощущения, нормализовать кровообращение и обмен веществ. Полезными будут упражнения «Кошечка», «Рыбка», скрутки, круговые вращения плечами. Снять нагрузку на позвоночник позволяет использование пояса-бандажа, который поддерживает живот, и ортопедической обуви.

Одним из спорных вопросов в медицинской среде является назначение мануальной терапии во время беременности. Опасения врачей вызывает повышение вероятности преждевременных родов.

Для того чтобы предотвратить развитие заболевания в период вынашивания ребенка рекомендуется избегать стрессов, физического переутомления, заниматься лечебной физкультурой, соблюдать правильный режим питания.

Заключение. Таким образом, обострение остеохондроза при беременности нередко омрачает приятное время ожидания появления малыша на свет. Во избежание этого перед зачатием плода рекомендуется посетить врача-ортопеда, терапевта и невропатолога.

Ключевые слова: беременность, остеохондроз, особенности