



Skolióza páteře

Ročníková práce

Školní rok 2022/2023

Autor: Jančí Jana IX.B
Konzultant: Mgr. Klára Stiskálková

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto ročníkovou práci vypracovala samostatně a použila jen prameny uvedené v seznamu.

Ve Sloupě dne 25. 5. 2023

Jana Jančí

Poděkování

Ráda bych poděkovala vedoucí práce Mgr. Kláře Stiskákové za ochotnou pomoc a cenné rady při vypracovávání této ročníkové práce.

Obsah

1. Úvod.....	5
2. Co je to páteř?.....	6
2.1 Druhy obratlů.....	6
3. Co je to skolióza?.....	7
4. Druhy skolióz.....	8
5. Typy skolióz podle doby vzniku.....	9
6. Příznaky skoliózy.....	10
7. Stupně skoliózy.....	10
8. Léčba skoliózy.....	11
9. Závěr.....	13
10. Resumé.....	14
Zdroje.....	15

1. Úvod

Toto téma jsem si vybrala, protože já sama skoliózu páteře mám. Je to nemoc, která obvykle začíná v období růstu před pubertou, ale může se objevit prakticky kdykoliv. Problémy s páteří, jsem si začala uvědomovat teprve před rokem a půl. Po mnoha vyšetření a rentgenech mi lékaři oznámili, že mám špatné zakřivení páteře v oblasti bederní části. Není to nic příjemného, protože mě to velmi omezuje a často trpím bolestmi zad.

Musela jsem začít pravidelně cvičit a chodit na rehabilitace do nemocnice, ale protože nedošlo k přílišnému zlepšení jsem nucena nosit korzet.



Obrázek 1

2. Co je to páteř?

Páteř je součástí kostry. Páteří prochází mícha. Je složená z řady obratlů, člověk jich má většinou 32 – 34. Na páteř je navázána lebka, pánev a hrudní koš.



Obrázek 2

2.1 Druhy obratlů

- 1.1 krční obratle
- 1.2 hrudní obratle
- 1.3 bederní obratle
- 1.4 křížové obratle
- 1.5 kostrční obratle

3. Co je to skolióza?

Skolióza je ortopedické onemocnění, které se projevuje vychýlením páteře do stran. Nejčastěji bývá diagnostikována v dětském věku, objevit se může ale i v dospělosti. Aby byla léčba úspěšná, je nemoc nutné diagnostikovat v počátečním stádiu a začít s rehabilitací. U těžších průběhů skoliózy mohou pomoci speciální korzety. V některých případech je nutná i operace.

Skolióza páteře může být i vrozená, častěji se však u pacientů vyvine v průběhu života, ale ne vždy jsou dobře známy její příčiny.

Podle odborníků může za vybočení páteře nejčastěji nerovnoměrný růst zádového svalstva i jednotlivých orgánů. Může se například stát, že jedna strana poroste rychleji než druhá. Důsledkem je pak právě vychýlení páteře.

Nemoc mohou také způsobit tyto choroby:

- záněty a nádory obratlů
- Osteoporóza
- dětská obrna



Obrázek 3

4. Druhy skoliózy

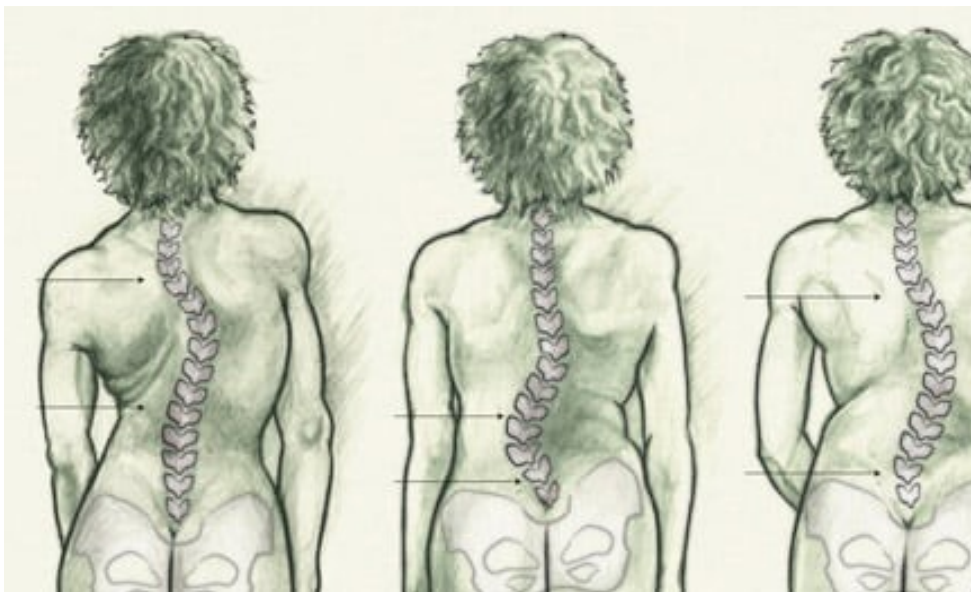
- Kongenitální skolióza - příčinou je porucha formace, nebo segmentace obratlů
- Porucha segmentace - je stav, kdy se páteř v různě volném úseku rozdělila a to buď v celém rozsahu její délky, nebo pouze v určité části, popřípadě páteř neroste vůbec. Díky tomuto stavu může dojít k růstu odlišného počtu obratlů
- Porucha formace - jde o patologický vývoj obratle týkající se jeho tvaru jako poloobratel, čtvrtobratel, nebo motýlovitý obratel (uprostřed je zaškrncený).
- Indopatická skolióza - jde o nejčastější typ skoliózy. Při větších zakřiveních deformuje hrudník a tím ohrožuje pulmonální a kardiální funkci.
- Neuromuskulární skolióza - vzniká v důsledku poruchy vývoje s periferním motorickým deficitem, kdy dítě není schopné od narození volně ovládat svaly. V léčbě se uplatňuje operační stabilizace a dlouhá fúze obratlů.
- Skolióza při neurofibromatóze - neurofibrom v oblasti páteře způsobí krátké zakřivení páteře v postižené části, v dalších částech vzniká kompenzační křivka. Pokud je to možné, neurofibrom se odstraní a provede se korekce křivky s fúzí.
- Sekundární skolióza - vzniká kvůli zánětům (např. tuberkulóza), úrazům, operacím páteře. Skolióza se může vyskytnout také při některých nemocích
- Posturální skolióza - pokud délka dolních končetin není stejná, dojde k relativnímu zakřivení páteře.



Obrázek 4

5. Typy skolióz podle doby vzniku

- Infantilní typ - do 3. roků života se projevuje více u chlapců, nejčastěji je křivka levostranná.
- Juvenilní typ - mezi 3. a 10. rokem života, u obou pohlaví stejně, křivka více doprava.
- Adolescentní typ - mezi 10. rokem, u obou pohlaví stejně, ale těžší křivky nad 20° jsou většinou u dívek.



Obrázek 5

6. Příznaky skoliózy

Ze začátku je nemoc velmi těžké rozpoznat, zakřivení totiž pacientům nezpůsobuje žádné velké obtíže. K určení skoliózy proto obvykle dochází poměrně náhodně, často mezi desátým a dvanáctým rokem života, může se ale také určit až v dospělosti. Výhodou skoliózy u dětí je, že jejich organismus stále roste a páteř je o poznání flexibilnější. Nemoc je proto lépe léčitelná.

Prvním projevem skoliózy bývá bolest, nejčastěji bederní páteře. Tyto problémy lidé cítí hlavně po dlouhém sezení nebo stání. Kromě zad může pacienty se skoliózou trápit i častá bolest hlavy a kloubů dolních končetin. Stejně tak se nemoc může projevovat i bezbolestným zakřivením zad, nebo špatným držením těla, kdy pravé rameno bývá výš než to levé. Vychýlená může být i poloha hlavy, nebo pánve.

7. Stupně skoliózy

U pacientů se skolióza vyskytuje ve čtyřech stupních, které se dělí podle rozsahu a povahy zakřivení.

1. Lehká skolióza - zakřivení do 40°
2. Středně těžká skolióza - zakřivení mezi 40° a 60°
3. Těžká skolióza - zakřivení mezi 60° a 80°
4. Velmi těžká skolióza - zakřivení nad 80°



Obrázek 6

8. Léčba skoliózy

Způsob léčby je vždy závislý na stupni skoliózy. Pokud jde o mírné zakřivení do 20°, nemoc se léčí rehabilitací. Důležité jsou cviky na skoliózu páteře, které jsou zaměřeny na posílení zádových svalů. Ty mají vybočující páteř vyrovnávat. Metod, které se k tomuto účelu provádějí je celá řada. Mezi nejznámější patří třeba Vojtova metoda. Výběr správného postupu závisí na rehabilitačním specialistovi. Je nutné si uvědomit, že pozitivních výsledků lze docílit jen každodenním cvičením. U malých dětí je kromě správných cviků nutné myslet také na motivaci. Je důležité, aby je cvičení bavilo. Nedoporučuje se proto děti do toho nutit za každou cenu. I přesto, že by se cviky měli provádět každé ráno a večer po dobu 15-20 minut, je lepší cvičení párkrát vynechat než dítě do toho nutit. U středně těžké a těžké formy nemoci může pomoci také speciální sádrové lůžko, nebo korzet. Ten je ve většině případů nutné nosit co nejvíce, lékaři doporučují maximálně 23 hodin denně z toho mají pacienti hodinu na hygienu. Je důležité, aby korzet nikde netlačil a byl dostatečně vyztužen. Pacienti si často stěžují, že se jim nepohodlně spí a že je korzet tlačí, nebo jim je horko. Poslední možností je chirurgický zákrok, který se provádí v případě, že stupeň zakřivení přesáhne 40°. Při takto těžké skolióze hrozí utlačování vnitřních orgánů a může být omezena jejich funkce. Nejčastěji bývají zmáčknuty plíce, což způsobuje, že nemocní se snadněji unaví, nebo po fyzické aktivitě pociťují dýchací potíže. Operace se provádí u jedinců, u kterých se růst páteře zcela zastavil. V opačném případě by bylo nutné zákrok opakovat. Tato operace není vhodná pro těhotné matky, nebo pro ženy, které se chystají otěhotnět.

Při skolióze se doporučuje kombinovat tyto cviky:

- napřímení trupu
- zvýšení mobility páteře a žeber
- vyrovnání svalových disbalancí
- posílení hlubokého stabilizačního systému

Při cvičení se mohou používat různé pomůcky, např. míče, podložky, disky...



Obrázek 7

9. Závěr

V mojí ročníkové práci jsem vás seznámila se skoliózou páteře, kterou já sama bohužel mám. Popsala jsem, jaké jsou druhy skolióz, příznaky, stupně skolióz a způsob léčby. Důležité je cvičení a dodržování správného postupu při léčbě, který stanoví rehabilitační specialista.

Doufám, že se vám moje ročníková práce líbila a že jste se o této nemoci něco nového dozvěděli.

10. Resumé

In my final thesis, i informed you about spinal scoliosis, which i unfortunately have experience with. I desribed various type of scoliosis, causes and treatment of this illnes. I hope you have learnt something new about this topic.

Zdroje

https://cs.wikipedia.org/wiki/Hlavn%C3%AD_strana

vlastní zdroje

Obrázky

- 1 <https://i.iinfo.cz/images/252/skolioza-1.jpg>
- 2 https://g.denik.cz/122/20/pater-zezadu_94752094-jpg_denik-630.jpg
- 3 <https://www.rehabilitace.info/wp-content/uploads/2016/11/skolioza.jpg>
- 4 https://fyzioterapievraxi.cz/sites/default/files/styles/large/public/clanky/obrazky/738514190/skolioza_rtg_m.jpg?itok=IhKIdJIT
- 5 <https://www.vondt.net/wp-content/uploads/4-forskjellige-typer-skoliose.jpg>
- 6 <https://images.emimino.cz/i/images2021/400/1/45/8248173.jpg?3>
- 7 <https://storage.olivovna.cz/images/large/b9ebeb3023ab6f8093fb5c8656>