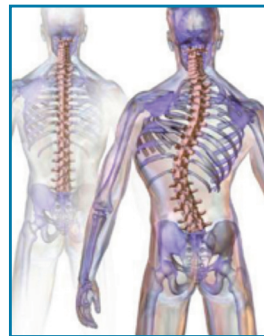




ΣΤΑΣΟΥ ΣΤΟ ΥΨΟΣ ΣΟΥ



ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΣΚΟΛΙΩΣΗ

Ως σκολίωση ορίζεται μια πολύπλοκη τρισδιάστατη στροφική παραμόρφωση της σπονδυλικής στήλης και του κορμού, η οποία εμφανίζεται σε υγιή άτομα, και μπορεί να εξελιχθεί σε σχέση με αρκετούς παράγοντες κατά την διάρκεια οποιασδήποτε περιόδου της ζωής.

ΓΙΑΤΙ ΑΠΟΚΤΩ ΣΚΟΛΙΩΣΗ;

- Στο 20% των περιπτώσεων είναι γνωστής αιτιολογίας (π.χ. οι συγγενείς σκολιώσεις, νευρομυϊκές σκολιώσεις, κ.α.).
- Στο υπόλοιπο 80% των περιπτώσεων η αιτιολογία παραμένει άγνωστη, για αυτό και η σκολίωση χαρακτηρίζεται ως ΙΔΙΟΠΑΘΗΣ.
- Υπάρχουν κάποια αθλήματα που παρουσιάζουν υψηλά ποσοστά εμφάνισης σκολίωσης, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι την προκαλούν ή επηρεάζουν απαραίτητα την φυσιολογική εξέλιξη της (η ρυθμική και η ενόργανη γυμναστική, το μπαλέτο και το τένις).
- Έχω κακή στάση σώματος

ΔΙΑΓΝΩΣΗ

- *Adam's Test*

πλάγια κλίση της σπονδυλικής στήλης, ο ύψος στο κυρτό τμήμα της καμπύλης και η διακοπή της φυσιολογικής καμπύλης της κάμψης σε θωρακικές σκολιώσεις, κατά το τεστ επίκυψης.

- *Ακτινολογικός έλεγχος*

Υπάρχει πλάγια κλίση περισσότερο από 10ο (γωνία Cobb), αξονική στροφή των σπονδύλων, καθώς και παραμόρφωση των σπονδυλικών σωμάτων.

ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΕΓΚΑΙΡΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ!

- Ο ειδικός ορθοπαιδικός θα με βοηθήσει να πάρω τις σωστές αποφάσεις για τα επόμενα βήματα.
- Η ειδική φυσικοθεραπεία και άσκηση είναι σχεδόν πάντα απαραίτητο συνοδευτικό μέτρο.
- Προσέχω την στάση μου, και πως χρησιμοποιώ το σώμα μου στην καθημερινότητα μου!

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Η αντιμετώπιση της Σκολίωσης καθορίζεται από αρκετούς παράγοντες, με πιο σημαντικούς το μέγεθος της γωνίας της σκολίωσης και το στάδιο ανάπτυξης του παιδιού. Πιθανοί τρόποι αντιμετώπισης είναι:

- η άσκηση
- η χρήση κηδεμόνα
- εγχείρηση

