

Герасько А.А

МЕДИЦИНСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ СПОРТМЕНОВ С ЛАТЕРАЛЬНЫМ ЭПИКОНДИЛИТОМ

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Малькевич Л.А.

Кафедра медицинской реабилитации и физиотерапии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. В спорте высокий риск профессионального травматизма. Среди травм опорно-двигательного аппарата латеральный эпикондилит встречается в 4 % случаев и наблюдаются преимущественно у лиц, производящих стереотипные движения в локтевом суставе, наиболее часто у теннисистов. От 25 до 30% спортсменов большого тенниса жалуются на боли в области латерального надмыщелка. В механизме заболевания обязательно присутствует длительное получение микротравм сухожилий разгибателей кисти.

Цель: оценить эффективность медицинской реабилитации при латеральном эпикондилите локтевого сустава у спортсменов.

Материалы и методы. Исследования проводились на базе «РНПЦ спорта». Под наблюдением находилось 20 спортсменов с диагнозом латеральный эпикондилит локтевого сустава. Они были разделены на две группы (основную и контрольную), которые были идентичны по возрасту, полу, интенсивности болевого синдрома и длительности реабилитации. В клинической картине превалировал умеренно болевой синдром, отек, ограничение подвижности в локтевом суставе. Среди средств медицинской реабилитации пациенты контрольной группы (10 чел.) получали дозированные физические нагрузки (изометрические тренировки), локальную магнитотерапию и фонофорез гидрокортизона на локтевые суставы. Пациенты основной группы (10 чел.), кроме дозированных физических нагрузок, локальной магнитотерапии и фонофореза гидрокортизона получали локальную криотерапию на пораженные суставы.

Эффективность лечения оценивалась по длительности болевого синдрома по визуальной аналоговой шкале (ВАШ), срокам восстановления спортсменов и начала тренировочных занятий. Были проанализированы схемы физиотерапевтического лечения и их результативность.

Результаты и их обсуждение. В результате проведенного лечения отмечалось достоверное снижение интенсивности боли в локтевом суставе, начиная с 3 дня лечения и последующего его уменьшения на протяжении всего курса лечения в основной группе. У пациентов контрольной группы снижение интенсивности болевого синдрома отмечалось с 6 дня лечения ($p < 0,05$). Следует отметить, что у спортсменов, получавших в комплексном лечении криотерапию, длительность восстановления в среднем составила $4 \pm 2,5$ недель. А у пациентов контрольной группы сроки реабилитации составили $9 \pm 1,6$ недель. Все процедуры хорошо переносились пациентами, побочных эффектов и осложнений, как во время, так и после процедур не было.

Выводы: включение локальной криотерапии в программу медицинской реабилитации спортсменов с латеральным эпикондилитом позволяет значительно быстрее купировать болевой синдром и уменьшить сроки восстановления у пациентов, что позволяет спортсменам быстрее приступить к тренировкам.