

## СТАЊЕ ТЕЛЕСНИХ ДЕФОРМИТЕТА И ПОСТУРАЛНИХ ПОРЕМЕЋАЈА КОД УЧЕНИКА ОСНОВНИХ И СРЕДЊИХ ШКОЛА НА ТЕРИТОРИЈИ ОПШТИНЕ АЛЕКСИНАЦ И ПРЕДЛОГ МЕРА ЗА ПРЕВЕНЦИЈУ И КОРЕКЦИЈУ

На основу континуираног праћења деформитета кичме и грудног коша (сколиоза – деформитет кичме у фронталној равни, кифоза – превелика искривљеност кичменог стуба у сагиталној равни, „кокошије“, „шустерске“ груди) код деце школског узраста VI и VIII разреда основних школа и I разреда средњих школа на територији општине Алексинац у периоду од 2000-2015. године, и то у оквиру систематског прегледа у Служби физикалне медицине и рехабилитације, добијене су следеће упоредне табеле.

### ПРЕГЛЕДАНИ УЧЕНИЦИ VI РАЗРЕДА НА ТЕРИТОРИЈИ ОПШТИНЕ АЛЕКСИНАЦ

Година	Укупан број прегледа	Број са деформитетима	Дечаки	Девојчице	% деформитета од укупног броја прегледане деце
2000.	1296	301	108	193	23,22%
2001.	1263	293	101	129	23,19%
2002.	1301	324	106	218	24,90%
2003.	1217	292	96	196	23,99%
2004.	1221	306	103	203	25,06%
2005.	1198	310	111	199	25,87%
2006.	1199	317	113	204	26,43%
2007.	1174	317	111	206	27,00%
2008.	1135	313	97	216	27,57%
2009.	1116	312	102	210	27,96%
2010.	1122	320	104	216	28,52%
2011.	1063	309	102	207	29,06%
2012.	1004	301	99	202	29,98%
2013.	992	307	101	206	30,95%
2014.	978	309	101	208	31,59%
2015.	951	314	96	218	33,02%



**ПРЕГЛЕДАНИ УЧЕНИЦИ VIII РАЗРЕДА НА ТЕРИТОРИЈИ ОПШТИНЕ АЛЕКСИНАЦ**

Година	Укупан број прегледа	Број са деформитетима	Дечаџи	Девојџице	% деформитета од укупног броја прегледане деце
2000.	1280	538	239	299	42,03%
2001.	1242	529	233	296	42,52%
2002.	1292	568	260	308	43,96%
2003.	1188	516	228	288	43,43%
2004.	1212	548	253	295	45,21%
2005.	1193	531	234	297	44,50%
2006.	1183	567	254	313	47,92%
2007.	1165	554	265	289	47,55%
2008.	1124	551	252	299	49,02%
2009.	1098	516	222	294	46,99%
2010.	1115	536	247	289	48,07%
2011.	1058	529	243	286	50,00%
2012.	996	506	215	291	50,80%
2013.	981	510	223	287	51,98%
2014.	960	506	252	254	52,70%
2015.	932	503	241	262	53,96%



**ПРЕГЛЕДАНИ УЧЕНИЦИ I РАЗРЕДА СРЕДЊИХ ШКОЛА НА ТЕРИТОРИЈИ ОПШТИНЕ  
АЛЕКСИНАЦ**

Година	Укупан број прегледа	Број са деформитетима	Дечази	Девојчице	% деформитета од укупног броја прегледане деце
2000.	518	261	116	145	50,38%
2001.	521	258	121	137	49,52%
2002.	526	262	128	134	49,80%
2003.	518	249	118	131	48,06%
2004.	514	251	108	143	48,83%
2005.	502	260	123	137	51,79%
2006.	506	259	119	140	51,18%
2007.	498	246	132	114	49,39%
2008.	492	251	127	124	51,01%
2009.	493	255	117	138	51,72%
2010.	488	249	123	126	51,02%
2011.	484	257	119	138	53,09%
2012.	472	255	121	134	54,02%
2013.	451	247	120	127	54,76%
2014.	438	242	117	125	55,25%
2015.	442	246	118	128	55,65%



Податке пружила Јелена Перић,  
виши физиотерапеут у Служби физикалне медицине  
и рехабилитације опште болнице у Алексинцу

На основу прикупљених и обрађених података може се извести закључак да у старијем школском узрасту проценат деформитета кичме и грудног коша показује тенденцију сталног раста од 2000. године, нарочито у периоду раста и развоја.

Из табеле се види да се претходних 15 година тај проценат повећава за више од 10% (у VI разреду од 23% до 33%, а у VIII разреду од 42% до скоро 54%).

Разлози за овакво повећање телесних деформитета, који и даље показују тенденцију раста, јесу пре свега смањена физичка активност као последица савременог доба рачунарства, алармантно повећана гојазност код ученика старијих разреда, као и повећан број школских обавеза, што се нарочито уочава код деце средњешколског узраста, где проценат телесних деформитета прелази 55% укупно прегледане те школске популације.

Такође треба истаћи да код великог броја ученика постоји и комбинација више од једног деформитета што читаву ситуацију чини још озбиљнијом.

Телесни деформитети осим тога што нарушавају естетику човековог тела, статику односно динамику, драматично лоше утичу на физиономију, рад и оптимално функционисање унутрашњих органа, нарочито плућа и срца.

Лечење деформитета кичме и грудног коша је тежак, дуг, мукотрпан и сложен задатак, а спроводи се преко кинезитерапије – корективне гимнастике. За теже случајеве једина опција остаје ортопедија односно хирургија.

До данас медицина није пронашла ниједан медикамент за лечење било ког телесног деформитета. Телесна вежба је остала једино средство које може да спречи појаву деформитета или заустави погоршање стања кад деформитет већ настане.

Велики успех у терапији је заустављање развоја једне деформације на степену на коме деформитет још увек није велики. Тиме се елиминишу могуће последице, било функционалне или структуралне природе, као и евентуалне компликације до којих може доћи.

Да би се успело у оваквим настојањима, морају се знати индикације за сваки третман понаособ. Мора се знати који ће третман бити најбољи за сваки телесни деформитет. Корективна гимнастика која се изводи у школи, а спроводе је професори физичке културе, примењује се до завршетка раста и развоја кичменог стуба, до оног тренутка када се на РТГ снимку утврди да су се прстенасте апофизе спојиле са телом пршљена.

У терапији сколиоза, на пример, корективни третман даје ефикасне резултате ако степен кривине кичменог стуба не прелази вредности 20-30 степени, што има и највећи број прегледаних ученика.

Уколико се корективно не делује, већ дође до запуштености деформитета, он ће даље да реградира, а код сколиоза већих од 50 степени неопходно је оперативно лечење.

Проблем телесних деформитета код ученика основних и средњих школа није уочен само у Алексинцу већ и у другим срединама широм бивше Југославије. Зато што је лечење у поодмаклој фази изузетно скупо и дуготрајно са прилично неизвесним исходом, најеминентније институције у области физикалне медицине су препоручиле специјалне програме корективних вежби.

Специјална ортопедска болница Бањица – Београд, Клиника за физикалну медицину и рехабилитацију клиничке болнице „Др. Младен Стојановић“ – Загреб, Служба за физикалну медицину – Земун, Клиника за ортопедију медицинског факултета свеучилишта у

Загребу, Филозофски факултет у Нишу – студијска група за физичку културу и још многе друге специјализоване установе за све ученике са телесним деформитетима предлажу корективни третман који се показао као најефикаснији, а који има следеће карактеристике:

- Вежбе дисања,
- Асиметричне вежбе,
- Симетричне вежбе,
- Вежбе у води и
- Пливање

Уколико корективни третман траје 40-45 минута, 30 минута се проводи у базену. Спроводи се групни третман за сву децу са истим или сличним степеном поремећаја.

На основу свих ових показатеља недвосмислено се изводи закључак да је за општину Алексинац неопходно, као приоритет свих приоритета, изградити школски базен како би се учинило све да се заустави и поправи овако лоша клиничка слика младих генерација.

Здравствена ситуација у којој се налазе наши ученици захтева хитну и неопходну модернизацију наставно васпитног процеса у физичком васпитању по узору на неке напредније средине.

На територији општине Алексинац постоји 9 основних школа: ОШ „Љупче Николић“ – Алексинац са 1000 ученика, ОШ „Вук Караџић“ – Житковац 780 ученика, ОШ „Вожд Карађорђе“ – Алексинац 700 ученика, ОШ „Аца Синадиновић“ – Лоћика 420 ученика, ОШ „Стојан Живковић“ – Трњане 350 ученика, ОШ „Јован Јовановић Змај“ – Ал. Рудник 270 ученика, ОШ „Десанка Максимовић“ – Катун 220 ученика, ОШ „Свети Сава“ – Суботинац 180 ученика, ОШ „Смех и Суза“ – Алексинац 90 ученика, што значи да основне школе похађа више од 4000 ученика. Ове матичне школе имају разгранату мрежу истурених одељења на целој територији општине.

Најновији подаци показују да су телесни деформитети подједнако заступљени и код деце из сеоских средина и да због стила живота више нема никакве разлике где деца живе.

Неоспорно је да би један час недељно на базену за ученике из сеоских средина имао осим здравственог и спортско-културни па и социолошки моменат.

Такође изградња школског пливалишта у Алексинцу помогла би и у очувању броја ученика (у овом тренутку око 1400) за наше средње школе, јер би ти ученици имали један изузетно атрактиван садржај у свом плану и програму.

Не треба изгубити из вида да Алексинац иако је развијен на обалама две реке, Мораве и Моравице, иако је на 15-ак километара од Бованског језера има изузетно велики број непливача, па готово да не прође година а да немамо и неког утопљеника.

Због свега овога обраћам се свим релевантним структурама наше општине за помоћ у реализацији једне дугорочне, капиталне инвестиције за будућност и просперитет Алексинца.

Професор физичког васпитања  
Дарко Лукић