**Ponad 70 procent uczniów cierpi na wady postawy**

**Ponad połowa uczniów z białostockich podstawówek cierpi na poważne wady postawy. Obiegową opinię na temat problemów ze zdrowiem wśród najmłodszych potwierdzili w wyniku przeprowadzonych badań specjaliści z Familijnego Centrum Medycznego Fundacji „Pomóż Im”. Przed wakacjami przebadali niemal pół tysiąca młodych ludzi z sześciu białostockich szkół podstawowych. Fizjoterapeuci biją na alarm.**

W opinii Agnieszki Stepanczuk kierującej Ośrodkiem Rehabilitacji im. Sue Ryder działającym w FCMed, która koordynowała projekt badawczy, uzyskane wyniki potwierdzają powszechnie panujące przekonanie, że ze zdrowiem najmłodszych nie jest najlepiej.

*- Zbyt ciężkie tornistry, brak ruchu, zbyt długi czas spędzany przed telewizorem czy komputerem, problemy z wagą, niewłaściwa pozycja siedząca – przyczyn tego stanu rzeczy jest wiele. Ale niezależnie od nich, zgromadzone przez nas dane dobitnie pokazują, że problem ma charakter masowy i należy jak najszybciej mu przeciwdziałać – uważa.*

W jej opinii brak reakcji ze strony rodziców będzie skutkował jeszcze większymi kłopotami ze zdrowiem w przyszłości. *- Nie ma możliwości, aby ujawnione dziś wady postawy u 8 czy 10 – latków, po prostu same zniknęły i się cofnęły. Należy skonsultować się ze specjalistą, który dobierze odpowiednią formę terapii – przekonuje przedstawicielka FCMed.*

W ramach programu „Trzymaj się prosto” przebadano łącznie 498 uczniów (w tym 254 dziewczynki i 244 chłopców) ze szkół podstawowych numer: 8, 12, 19, 20, 50 i STO przy ul. Mieszka I. Analiza wyników potwierdziła obecność wad postawy w obrębie tułowia oraz kończyn badanych dzieci.

Do najczęściej występujących odchyleń od norm fizjologicznych należy ustawienie barków w protrakcji, wykryte u 75,3% badanych w tym u 67,7% dziewczynek i 83% chłopców. Kolejnym najpowszechniejszym problemem, który został ujawniony w trakcie przeprowadzonych badań było obniżenie napięcia mięśniowego w obrębie brzucha, które dotyczy 70,5 % badanych, w tym 72,2% dziewczynek i 68% chłopców.

Na asymetrię w ustawieniu łopatek cierpi 63,3% badanych, w tym 57,9% dziewczynek i 69% chłopców. Tzw. komponentę rotacyjną w kręgosłupie posiada 62,7 % badanych, w tym 62,6% dziewczynek i 63% chłopców. Z kolei nieprawidłowe ukształtowanie stóp to problem 62,2 % badanych (59,9% dziewczynek i 64% chłopców) a asymetrię w obrębie obręczy barkowej ujawniono u 58,5% badanych- u 50,8% dziewczynek oraz 67% chłopców.

Na zniekształcenie krzywizn kręgosłupa cierpi 55% przebadanych dzieci, z czego problem ten dotyka 57% dziewczynek i 53% chłopców. Nieprawidłowości w obrębie ustawienia kolan ma 40,3% uczniów, w tym 38,6% dziewczynek i 42% chłopców, a nieprawidłowości w obrębie ustawienia głowy – 39,4 % badanych, w tym 39,4% dziewczynek i 39% chłopców.

Jak informuje Agnieszka Stepanczuk, w celu przeprowadzenia dodatkowej diagnostyki do Familijnego Centrum Medycznego zgłosiło się zaledwie 17 uczniów. Jej zdaniem z uwagi na ogromny problem, jaki stanowią wady postawy wśród dzieci z naszego województwa, istnieje konieczność umożliwienia łatwiejszego dostępu do diagnostyki w celu wczesnego wykrycia wad. Według specjalistki, problemem jest też poziom świadomości rodziców, którzy zwyczajnie nie mając wiedzy na ten temat, nie zwracają uwagi na istniejące problemy zdrowotne, które dotykają ich pociechy.

*- Kompleksowa diagnostyka, możliwa m.in. w Familijnym Centrum Medycznym Fundacji „Pomóż Im”, jednym z najnowocześniejszych ośrodków rehabilitacyjnych w regionie, jest podstawą profilaktyki i leczenia nieprawidłowości w obrębie układu mięśniowo – stawowego – mówi Agnieszka Stepanczuk, kierująca Ośrodkiem Rehabilitacji im. Sue Ryder działającym w FCMed.*