

АМПУТАЦИЯДАН КЕЙИНГИ ҲОЛАТЛАРДА МОСЛАШТИРУВЧИ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ



Н.М.Атамухамедова,
Х.Н.Ўташев,
М.Х.Миржамолов

ЎзДЖТИ

01.01.2015

АМПУТАЦИЯДАН КЕЙИНГИ ҲОЛАТЛАРДА МОСЛАШТИРУВЧИ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ

Атамухамедова Н.М., Х.Н.Ўташев, М.Х.Миржамолов, ЎзДЖТИ

Ампутация-жарроҳлик операсияси бўлиб, қўл-оёқларнинг устки бўлими ёки қандайдир бошқа аъзони олиб ташлашдан иборат. Ампутацияга ўхшаш ҳолат қўл-оёқ ривожланишида камчилик билан туғилганда, улар мавжуд бўлмаган ёки тўлиқ ривожланганда кузатилади.

Статистик маълумотларга қараганда, одатда, ампутацияга шикастланиш, куйиш, қон-томир касалликлари ва бошқалар сабаб бўлади. Натижада одамнинг бутун организми азият чекади: оёқ ёки қўлнинг мавжуд эмаслиги, гавда оғирлигининг камайиши, гипокинезия, суриккали стресс бир қатор мураккаб функционал ва патофизиологик бузилишларга олиб келади. Юрак қон-томир, нафас тизимлари, қон босими ўзгаради, мослашув имкониятлари пасаяди, вегетатив асаб тизими, эндокрин тизими ва алмашинув жараёнлари бузилади. Бутун организм мослашув-компенсатор жараёнлари, уларнинг жисмоний юкланмаларга толерантлиги пасаяди. Гавда қисмлари массалари нисбатининг бузилишига ва оғирлик марказининг силжишига турғунлик ва мувозанатнинг бузилишига олиб келади. Оёқларни ампутация қилганда маконда ўз ҳолатини тўғри баҳолаш қобилияти бузилади.

Тизза бўғими ампутацияда одамнинг функционал кўрсаткичлари 70% га, болдир-тавон бўғими мавжуд бўлмаганда эса, 40% га камаяди. Кесиб ташланган жойдан юқориққо жойлашган мускуллар кучи пасаяди, контрактуралар ривожланади. Мускуллар мувозанатсизлиги, масса марказининг силжиши, умуртқа поғонаси кўндаланг бўлимининг қийшайиши тоснинг ампутация қилинган томонидан қийшайиши оёқларга массанинг нотекис тақсимланиши вақт ўтиши билан ампутация қилинган таянч оёқ бўғмларида, умуртқа поғонасида бузилиш жараёнларининг ривожланишига, шунунгдек юришнинг ҳаракат тарзи бузилишига олиб келади. Одатда, ампутация асоратлари умуртқа поғонаси оёқ бўғимлари касалликлари ясси товонлик бўлиб, улар оғриқ билан кечади ва протезда юришга ҳалақит беради. Таянч ҳаракат аппарати бузилган ўқувчиларнинг жисмоний тайёргарлик даражасини ўрганиш мақсадида ўтказилган татқиқот натижаларига кўра 15 метрга югуриш тести бўйича дастлабки натижаларнинг ўртача арифметик қиймати 1-этабда 4 сония натижа кўрсатган бўлса, ўртача арифметик оғиш қиймати (сигма) 1.8 тенг. 2-этабдан сўнг ўртача арифметик қиймат 3.7 сонияга ўртача оғиш қиймати эса 1.7га тенг бўлди. Дастлабки ва якуний натижалар ўртасидаги кўрсаткичлар 7.5%га яхшиланган. Стьюдент критерияси бўйича 0.36 ни ташкил этган бўлса, бу ишончлилик даражаси бўйича $P > 0,4$ ни ташкил этди.

**Таянч ҳаракат аппарати бузилган ўқувчиларнинг жисмоний тайёргарлик даражаси
(I-II ГУРУХ ЎҒИЛ БОЛАЛАР)**

Тестлар	Юклама шиддати	Этаблар бўйича кўрсаткичлари	$\bar{x} \pm m$	V %	t-Стьюдент критерий	P
Тез югуриш 15 м.га (сек)	катта	1 этаб	4 ± 1.8	7.5%	0.36	P>0,4
		2 этаб	3.7 ± 1.7			
Қўлни букиб ёзиш (марта)	ўрта	1 этаб	16.2 ± 11.4	20.3%	0.57	P<0,8
		2 этаб	19.5 ± 11.4			
10х4 моккисимон югуриш (сек)	максимал	1 этаб	19 ± 6	7.3%	0.51	P<0,8
		2 этаб	17.6 ± 5.6			
Турганжойдан узунликка сакраш (см)	субмаксимал	1 этаб	120 ± 56.4	8.3%	0.36	P>0,4
		2 этаб	130 ± 60.9			
Эгилувчанлик даражаси (см)	кичик	1 этаб	4.6 ± 12.3	80%	0.60	P<0,8
		2 этаб	8.3 ± 13.6			

Қўлни букиб ёзиш тести бўйича ўтказилган татқиқотда 1-этабда ўртача арифметик қиймати 16.2 мартани ташкил этган, ўртача арифметик оғиш қиймати 11.4ни ташкил этди. 2-этабда ўртача арифметик қиймати 19.5 мартани ташкил этган, ўртача арифметик оғиш қиймати 11.4ни ташкил этди. Дастлабки ва якуний натижалар ўртасидаги кўрсаткичлар 20.3 %га яхшиланган. Стьудент критерияси бўйича 0.57 ни ташкил этган бўлса, бу ишончлилиқ даражаси бўйича $P < 0,8$ ни ташкил этди.

10x4 моккисимон югуриш тести бўйича ўтказилган татқиқотда 1-этабда ўртача арифметик қиймати 19 сонияни ташкил этган, ўртача арифметик оғиш қиймати 6 ни ташкил этди. 2-этабда ўртача арифметик қиймати 17.6 сонияни ташкил этган, ўртача арифметик оғиш қиймати 5.6 ни ташкил этди. Дастлабки ва якуний натижалар ўртасидаги кўрсаткичлар 7.3%га яхшиланган. Стьудент критерияси бўйича 0.51 ни ташкил этган бўлса, бу ишончлилиқ даражаси бўйича $P < 0,8$ ни ташкил этди.

Турган жойдан узунликка сакраш тести бўйича ўтказилган татқиқотда 1-этабда ўртача арифметик қиймати 120 смни ташкил этган, ўртача арифметик оғиш қиймати 56.4 ни ташкил этди. 2-этабдан сўнг ўртача арифметик қиймат 130 смни, ўртача оғиш қиймати эса 60.9 га тенг бўлди. Дастлабки ва якуний натижалар ўртасидаги кўрсаткичлар 8.3%га яхшиланган. Стьудент критерияси бўйича 0.36 ни ташкил этган бўлса, бу ишончлилиқ даражаси бўйича $P > 0,4$ ни ташкил этди.

Эгилувчанликни ривожлантириш мақсадида ўтказилган тест натижалари 1-этабда ўртача арифметик қиймати 4.6 смни ташкил этган, ўртача арифметик оғиш қиймати 12.3 ни ташкил этди. 2-этабдан сўнг ўртача арифметик қиймат 8.3 смни, ўртача оғиш қиймати эса 13.6 га тенг бўлди. Дастлабки ва якуний натижалар ўртасидаги кўрсаткичлар 80%га яхшиланган. Стьудент критерияси бўйича 0.60 ни ташкил этган бўлса, бу ишончлилиқ даражаси бўйича $P < 0,8$ ни ташкил этди.

Ўқитувчи компенсация ёки унинг бузилиши ҳолатида шуғилланувчи қай ҳолатда бўлишини билиши керак. Компенсация кўп даражада протез сифатига боғлиқ бўлади. Агар бу яхши мослаштирилган бўлса, тўмтоқ оёққа таянган ҳолда бир текисда юклама тушади. Одатда, давомли юкламалардан сўнг толиқишга шикоят бўлади, оғриқ камдан-кам юзага келади. Кесилиб тўмтоқ бўлган жой ўртача қуриган, териси табиий рангда бўлади. Компенсация бузилганда протездан фойдаланиш мумкин эмас, кесилиб тўмтоқ бўлган жой анчагина буришган бўлиб, тез толиқиш безовта қилади, вақти-вақти билан тўмтоқ жойда оғриқ, ҳаракатларда чекланиш ва соғлом қўл-оёқларда, умуртқа поғоносида оғриқлар бўлади. Ўйкотирилган ҳаракатлари етарлича компенсацияланган одам ўзига ёққан жисмоний фаолият турлари билан шуғилланиши мумкин.