

Loe rohkem:

[fusioterapeutsandra.ee/  
skolioos](http://fusioterapeutsandra.ee/skolioos)



**Sandra Joa**

+372 503 7356

[fusioterapeutsandra@gmail.com](mailto:fusioterapeutsandra@gmail.com)

[www.fusioterapeutsandra.ee](http://www.fusioterapeutsandra.ee)



**MTÜ Skolioosiselts Katharina**

[skolioosiseltskatharina@gmail.com](mailto:skolioosiseltskatharina@gmail.com)

[www.skolioosiselts.ee](http://www.skolioosiselts.ee)



# Skolioos

Info idiopaatilise skolioosi  
ravist ning diagnoosimisest



## Mis on idiopaatiline skolioos?

Skolioos on lülisamba kõverdumine külgsuunas **üle 10 kraadi Cobb nurga** ning on nähtav lülide **rotatsioon**.

Idiopaatiline tähendab, et skolioosi **tekkepõhjus on teadmata**.

Levimus ühiskonnas **2-4%**, tüdrukutel rohkem suuremaid skolioose.

Tekib ja progresseerub **kasvuspurtidel**

## Kuidas avastada skolioosi?

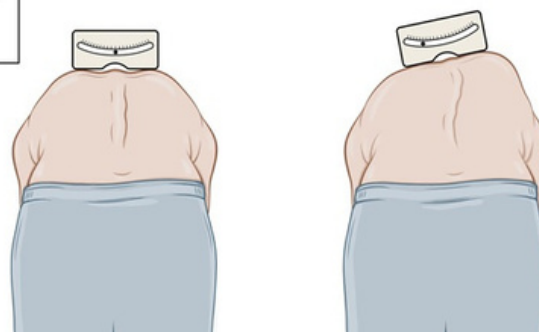
### Adamsi ettekallutustest

Uuritav seisab jalad ja käed koos, kallutab keha ette.

Jälgida selja poolte sümmeetriat, mida võib mõõta skoliomeetriga



Scoliometer



## Ravimeetodid Cobb nurga järgi

### Kuni 20 kraadi skolioos

Füsioteraapia ning regulaarne kontroll arsti juures

### 20-45 kraadi skolioos

Skolioosispetsiifiline füsioteraapia (näiteks Schroth meetodil) umbes 30 minutit igapäevaselt

Korsettravi (näiteks Rigo System Cheneau korsett) 23 tundi päevas

Regulaarne kontroll arstil

### 45+ kraadi

Skolioosispetsiifiline füsioteraapia  
Mõnel juhul korsettravi

Üldjuhul operatiivne ravi