

## *Методы лечения и меры профилактики дисплазии*



Восстановлению анатомической формы сустава (т.е. его дозреванию) способствуют три основных фактора.

1. Исключить вертикальные нагрузки на ноги до разрешения ортопеда
2. Как можно больше вращательных движений в тазобедренных суставах в положении разведения ног.
3. Постоянное положение ножек в положении умеренного разведения.
  - вращательные движения по оси бедра с небольшим усилием согнутыми в коленных и тазобедренных суставах ног;
  - сгибание ножек ребенка в тазобедренных и коленных суставах к животу с отведением бедер до горизонтального положения, затем в обратное положение и выпрямление их.

Упражнение следует выполнять 5-6 раз в сутки по 15-20 раз за 1 сеанс