

# Noțiuni elementare de igienă și patologie

## 1. Deformările osoase pot avea cauze diferite:

- suprasolicitări în timpul unor activități;
- încălțăminte strâmtă;
- statul îndelungat în picioare;
- ținuta incorectă a corpului timp îndelungat;

a) cifoza – caracterizată prin accentuarea curbării toracale a coloanei vertebrale (cocoașă)

Cauza – ținuta incorectă a corpului timp îndelungat. Este mai des întâlnită la ceasornicari, cizmari, cicliști, persoane care muncesc stând în poziție aplecată.

b) scolioza – constă în devierea laterala a coloanei vertebrale, rezultatul fiind o asimetrie a trunchiului, caracterizată prin ridicarea unui umăr și coborârea celuilalt.

Cauza – poziția incorectă a corpului.

c) lordoza – caracterizată prin accentuarea concavității curbării lombare a coloanei vertebrale.

d) piciorul plat – apare în timpul creșterii oaselor deoarece nu se formează bolta piciorului, contactul piciorului se face pe toată talpa.

Cauze:

- statul în picioare timp îndelungat;
- folosirea unei încălțăminte necorespunzătoare

## 2. Fracturile constau în ruperea sau fisurarea oaselor. Pot fi:

- fracturi închise, dacă pielea rămâne intactă;

- fracturi deschise, dacă sunt afectați mușchii și pielea, iar capetele osului ies la exterior.

Cauze – politraumatisme, accidente.

Manifestări – durere, echimoze (vânătăi), deformarea regiunii, scurtarea regiunii.

3. Entorsele se caracterizează prin întinderea sau ruperea ligamentelor într-o articulație.

Cauze – mișcări bruște, necontrolate, traumatisme.

Manifestări – dureri locale, echimoze, umflături ale articulației.

4. Luxațiile se caracterizează prin dislocări ale elementelor componente ale unei articulații, în special a suprafețelor osoase articulare. Pot fi:

- luxații traumatice – datorate unui traumatism (exemplu, căderea pe cot poate produce luxația umărului);
- luxații patologice – datorate unor infecții;
- luxații congenitale – indivizii se nasc cu ele

Prevenire:

- regim alimentar bogat în vitamin și săruri minerale;
- exerciții fizice;
- regim alimentar bogat în vitamin și săruri minerale;
- respectarea regulilor de protective a muncii și de circulație;