

Вернуть в московские школы утреннюю зарядку призывают медики

29.09.2015

Практику утренних зарядок для учащихся следует возобновить в столичных школах. По мнению главного травматолога-ортопеда Москвы, заведующего кафедрой общей и специализированной хирургии факультета фундаментальной медицины МГУ Вадима Дуброва, такая мера необходима для профилактики болезней позвоночника.

По его словам, нет такого человека, у которого хотя бы раз за всю жизнь не было проблем со спиной. Отличным профилактическим средством против заболеваний позвоночника является физкультура. Вот почему зарядку необходимо вернуть в школы, отметил специалист.

Клинический опыт показывает, подчеркнул Вадим Дубров, что сейчас любой человек старше 60 лет испытывает те или иные проблемы с позвоночником - травмы, поражения, неврологические отклонения, обусловленные деформацией позвоночника, гормональные нарушения, приводящие к остеопорозу.

Адрес страницы: <http://sevbutovo.mos.ru/presscenter/news/detail/2188083.html>

[Управа района Северное Бутово](#)