



ASOCIAȚIA
PACIENȚILOR
CU SCOLIOZĂ

GHID PENTRU PĂRINȚI

Informații esențiale și
sprijin pas cu pas pentru
copilul tău



Informare • Sprijin • Speranță



♡ Nu ești singur. Suntem alături de tine.

CUPRINS

1	Ce este scolioza?	4
2	Ce urmează după diagnostic?	6
3	Tratamentul	9
4	Mituri despre scolioză	15
5	Viața de zi cu zi	17
6	Sprijin emoțional	20
7	Operația	22
8	Resurse utile	25
	Întrebări frecvente	27



BUN VENIT!



Acest ghid a fost creat pentru tine, părinte, care ai descoperit că copilul tău are scolioză. Știm că este un moment plin de întrebări, temeri și incertitudini.

Scopul nostru este să îți oferim informațiile corecte, explicate pe înțelesul tău, să te ajutăm să iei cele mai bune decizii și să îți arătăm că nu ești singur.



Suntem o comunitate de pacienți, părinți și prieteni care cred în puterea informării și a sprijinului reciproc.



Sprijinim familiile din România să înțeleagă, să accepte și să gestioneze scolioza pas cu pas.



Credem într-un viitor în care fiecare copil cu scolioză are șansa la o viață activă, sănătoasă și fericită.

Împreună facem diferența!



1

CE ESTE SCOLIOZA?

Scolioza este o deviere a coloanei vertebrale în plan frontal, care poate avea forma literei „S” sau „C”.

Ea poate apărea la copii și adolescenți în perioada de creștere.

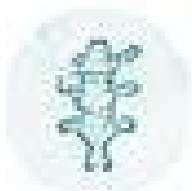


TIPURI DE SCOLIOZĂ



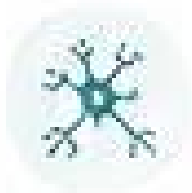
Scolioza idiopatică

Cea mai frecventă formă.
Cauza exactă nu este cunoscută.



Scolioza congenitală

Apare din cauza unor malformații ale vertebrelor încă de la naștere.



Scolioza neuromusculară

Este asociată cu alte afecțiuni neurologice sau musculare.



**Scolioza nu este o problemă de postură,
ci o deformare structurală a coloanei.**

2

CE URMEAZĂ DUPĂ DIAGNOSTIC?



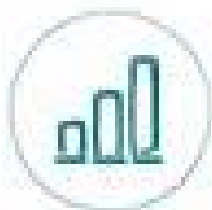
CONSULT MEDICAL SPECIALIZAT

Mergi la un medic ortoped cu experiență în scolioză.



INVESTIGAȚII NECESARE

Radiografii în picioare (față și profil) pentru a măsura unghiul Cobb.



EVALUAREA GRADULUI

Medicul va stabili severitatea scoliozei și planul de urmărire.



CONTROALE PERIODICE

Frecvența controalelor depinde de vârstă, unghiul Cobb și ritmul de creștere.



Notează-ți întrebările pentru medic.
Nicio întrebare nu este prea mică.

3

TRATAMENTUL

Tratamentul se stabilește în funcție de vârstă, unghiul Cobb și stadiul de creștere.



OBSERVAȚIE

Pentru unghiuri mici. Se monitorizează periodic evoluția scoliozei.



KINETOTERAPIE

Exercițiile specifice (ex. metoda Schroth) ajută la îmbunătățirea posturii și la încetinirea evoluției.



CORSET

Recomandat pentru unghiuri moderate, la copiii aflați în creștere. Se poartă conform recomandărilor medicului.



OPERAȚIE

Indicată pentru unghiuri mari sau când scolioza continuă să evolueze. Decizia se ia împreună cu medicul.

4

MITURI DESPRE SCOLIOZĂ



Ghiozdanul greu produce scolioză.

FALS. Scolioza nu este cauzată de ghiozdan.



Dacă face inot, scolioza se vindecă.

FALS. Înotul este excelent, dar nu corectează scolioza.



Corsetul slăbește mușchii.

FALS. Corsetul nu slăbește mușchii, ci ajută la corectarea poziției coloanei.



După operație copilul va rămâne imobilizat.

FALS. Majoritatea pacienților revin la o viață activă.



Scolioza doare.

FALS. Scolioza nu doare în fazele incipiente.



**Informează-te din surse sigure
și discută mereu cu medicul tău.**

5

VIAȚA DE ZI CU ZI



SPORT

Activitatea fizică este benefică. Alege sporturi recomandate de medic.



ȘCOALĂ

Așezarea corectă în bancă și pauzele active sunt importante.



RUCSAC

Alege un rucsac ergonomic. Greutatea nu trebuie să depășească 10-15% din greutatea copilului.



SOMN

Salteaua fermă și poziția corectă de somn susțin coloana.



ALIMENTAȚIE

O dietă echilibrată susține creșterea sănătoasă a oaselor și mușchilor.



Un stil de viață echilibrat ajută la menținerea sănătății coloanei și a întregului corp.

6

SPRIJIN EMOȚIONAL

Scolioza poate aduce emoții puternice atât pentru copil, cât și pentru părinte. Acceptarea și comunicarea sunt esențiale.



VORBEȘTE DESCHIȘ

Răspunde sincer la întrebările copilului.



ASCULTĂ-L

Lasă-l să își exprime temerile și frustrările.



ÎNCURAJEAZĂ-L

Laudă eforturile și progresul, oricât de mic.



CAUTĂ SPRIJIN

Grupurile de suport și alte părinți care trec prin aceeași experiență pot fi de ajutor.



Un copil sprijinit emoțional
are mai multă încredere în sine
și face față mai ușor provocărilor.

Notă importantă

Acest ghid are scop exclusiv informativ și educațional. Informațiile prezentate nu reprezintă diagnostic, recomandare medicală sau plan de tratament și nu înlocuiesc consultația unui profesionist calificat. Pentru decizii privind investigațiile, monitorizarea sau îngrijirea medicală, adresați-vă specialiștilor care cunosc situația individuală a pacientului.

Notă privind această versiune: materialul vizual furnizat conține secțiunile 1-6. Secțiunile «Operația», «Resurse utile» și «Întrebări frecvente», deși apar în cuprins, nu au fost incluse în imaginile-sursă și trebuie adăugate înainte de publicarea versiunii finale.

Versiune realizată din materialele vizuale furnizate - august 2026



SUNTEM ALĂTURI DE TINE!

 www.asociatiapacientilorscolioza.ro
 contact@asociatiapacientilorscolioza.ro
  @asociatiapacientilorscolioza



*Împreună
suntem mai puternici!*



Scanează codul
și descarcă gratuit
ghidurile noastre!