

ЕФЕКТИВНІСТЬ МЕТОДІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В ПРОЦЕСІ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІСЛЯ ОПЕРАЦІЙ НА СУГЛОБАХ

¹Непом'ящий К.М, ¹Гусєва К.О., ²Мятига І.В.

¹Національний фармацевтичний університет м. Харків, Україна.
м. Харків, Україна.

²Фізичний терапевт КНП «Міська поліклініка №6» Харківської міської ради.

irina-myatiga@ukr.net

Вступ. Реабілітація після операцій на суглобах є важливою частиною процесу лікування та повернення пацієнтів до звичного способу життя. Фізична терапія є однією з ключових складових процесу реабілітації, яка сприяє покращенню рухомості, зменшенню болю та запобіганню ускладнень після операції. Завдяки використанню різноманітних методів фізичної терапії, можливо покращити мобільність та гнучкість суглобів, зміцнити м'язи та покращити кровообіг. Отже, ефективна фізична терапія в процесі реабілітації після операцій на суглобах є ключовим елементом, що допомагає пацієнтам повернутися до нормального життя.

Мета. Дослідження та аналіз впливу фізичної терапії на процес реабілітації після операцій на суглобах.

Матеріали та методи. Узагальнення та теоретичний аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури.

Результати та їх обговорення. Аналіз спеціальної літератури показав, що в процесі реабілітації хворих після операцій на суглобах, основне місце належить масажу та електростимуляції. Лікувальна дія масажу проявляється в основному за рахунок нейрон-рефлекторного та механічного механізмів. Масаж одним із методів фізичної терапії, який може бути використаний для поліпшення рухомості і зменшення болю після операцій на суглобах.

Масаж використовується для покращення кровообігу та лімфо дренажу, збільшення розтяжності м'язів, зменшення спазмів і покращення рухливості суглобів, прискорює процеси регенерації тканин, попереджає розвиток сполучнотканинних зрощень, контрактур і м'язової атрофії та позитивно впливає на функції центральної нервової системи. Це може допомогти покращити ефективність реабілітації та скоротити час відновлення. Також потрібно враховувати індивідуальні особливості кожного пацієнта та рекомендації лікаря, щоб уникнути можливих ускладнень.

Масаж призначають за трьома періодами перебігу хвороби: раннім післяопераційним, пізнім післяопераційним і відновно-тренувальним.

Оскільки після операції на суглобах може виникнути м'язова слабкість або спазми, які можуть затримати відновлення то необхідно використовувати електростимуляцію. Електростимуляція - це процес застосування електричного струму для стимулювання м'язів та нервових вузлів в тілі.

Для електростимуляції використовуються спеціальні електроди, які прикріплюються до шкіри. Ці електроди надсилають електричний струм до м'язів та нервових вузлів, що допомагає їм працювати більш ефективно. Електростимуляція зменшує м'язову слабкість та приводить м'язи в тонус, а також покращує рухливість суглоба.

Реабілітаційні заходи також можуть включати в себе, виключення (в гострій стадії) або обмеження навантаження на суглоб, фізіотерапію, медикаментозну терапію, носіння ортеза, лікувальну фізичну культуру та кінезіологічне тейпування.

Із фізіотерапевтичних засобів використовують електрофорез з протизапальними і знеболюючими препаратами, ультрафонофорез, діадинамотерапію, магнітотерапію, аплікації з озокеритом і парафіном, ударно-хвильову терапію.

Кінезіологічного тейпування стимулює шкірні рецептори і полегшує біль, а також дає рухове навантаження на шкіру і тканини, покращуючи таким чином кровообіг в уражених тканинах. Лікувальна фізична культура також має суттєвий вплив на реабілітацію хворих.

Гідротерапія проводиться переважно у вигляді теплих локальних ножних або загальних ванн. Тепла вода рівномірно прогріває тканини ушкодженої кінцівки та активізує гемодинаміку й обмінні процеси, м'язи розслабляються, покращується еластичність суглобів, зменшується болючість рухів.

Висновки. Реабілітація хворих після перенесення операцій на суглобах повинно бути комплексним. Використання масажу, електростимуляції, фізіотерапії, кінезіологічного тейпування, лікувальної фізичної культури, гідротерапії.