

Műtétet megelőző és azt követő fizioterápia

A felső végtag rekonstrukciós műtétére vállalkozó betegek az operációt megelőzően és követően is találkoznak a gyógytornással.

A műtétet megelőző fizioterápia

A műtét előtt két okból válhat szükségessé a fizioterápia:

1. ízületi mozgáskorlátozottság: mivel az ízület merevsége vagy az ízületi kontraktúra megakadályozza az áthelyezett izmok mozgását, ezért ezeket kezelni kell.

A kezelés lépései:

- rendszeres passzív átmozgatás
- manipulációs kezelés
- a funkcionális helyzetet biztosító statikus és dinamikus sínek alkalmazása

2. nem megfelelő izomerő: a műtét előtt valamennyi ép beidegzésű izmot erősíteni kell, de hangsúlyozottan kell figyelni az áthelyezendő izmok megfelelő erejének elérésére. Az izomerő naponta többszöri, ellenállással szemben végzett gyakorlatokkal növelhető.

A fogó kéz kialakítását követő fizioterápia

A beteg elhelyezése: a műtétet követően a beteg hosszú, körkörös gipszrögzítést kap. A könyökízületet 90 fokos hajlított helyzetben, a csuklót 30 fokos hajlított helyzetben, az ujjakat nyújtva rögzítik.

A betegágyon a kart felpolcolva kell tartani.

1-4. nap gyógytornája:

- a rögzítésben lévő izmok innervációs gyakoroltatása
- a vállízület átmozgatása

4. nap- 4. hét közötti gyógytorna:

- a gipszrögzítést brace-re cserélik. Megkezdődhet a csukló és az ujjak aktív tornája. Ezzel a korai mobilizálással megakadályozható az ínak letapadása és az izmok erejének gyengülése.
- a csukló és az ujjak mozgásai kizárólag 90 fokban hajlított könyökízület mellett végezhetőek. A csukló és az ujjak izmainak szinergista mozgását kihasználva hajlított csuklóízület mellett kell gyakorolni az ujjak nyújtását, és feszített ízület mellett az ujjak hajlítását!
- a brace visszahelyezése után aktív válltorna végezhető

4- 6.hét gyógytornája:

- eltávolítják a brace-t, minden ízület szabadon mozgatható

6- 12. hét gyógytornája:

- a felső végtag minden ízületére kiterjedő, komplex mozgásokat kell végeztetni
- ki kell alakítani a fogás, megtartás, elengedés képességét különböző méretű és minőségű tárgyak segítségével.

12. hetet követően:

- teljes terhelés engedélyezett. Megkezdődhet az izomerősítés ellenállással szemben végzett gyakorlatokkal. Ellenállásként különböző képlékeny anyagok (gitt, nedves homok) és rugalmas tárgyak (gumilabda, szivacs) használhatóak.

- gyakorolni kell a mindennapi manuális tevékenységeket (pl: írás, étkezés, tisztálkodás)
- az önellátási funkciók helyreállítása mellett törekedni kell a segédeszközök fokozatos egyszerűsítésére, illetve elhagyására. Suba Enikő gyógytornász