

Қарағанды Мемлекеттік Медицина Университеті
Жалпы дәрігерлік тәжірбие кафедрасы



Реабилитация при заболеваниях суставов

Орындаған: Құсайынов Б.М.

Қарағанда - 2017

Группа заболеваний суставов включает в себя значительное число различных видов болезней.

- Артрозы и артриты одного или нескольких суставов, в том числе гонартроз (артроз коленного сустава) и коксартроз (артроз тазобедренного сустава)
- Артропатии (поражение суставов из-за аллергии, эндокринных нарушений и т.д.)
- Боли в суставах, окружающих их мышцах и связках, связанные с заболеваниями соответствующих отделов позвоночника.
- Псориатические артриты вне обострения артрита и псориаза.
- Деформации бедра и стопы.
- Подагрические артриты вне обострения
- Болезнь Бехтерева
- Отдаленные последствия травматических повреждений наружных и внутренних связок суставов, прилежащих к больному суставу костей и мышц, менисков коленных суставов.



Здоровый сустав



Остеоартрит



Ревматоидный артрит

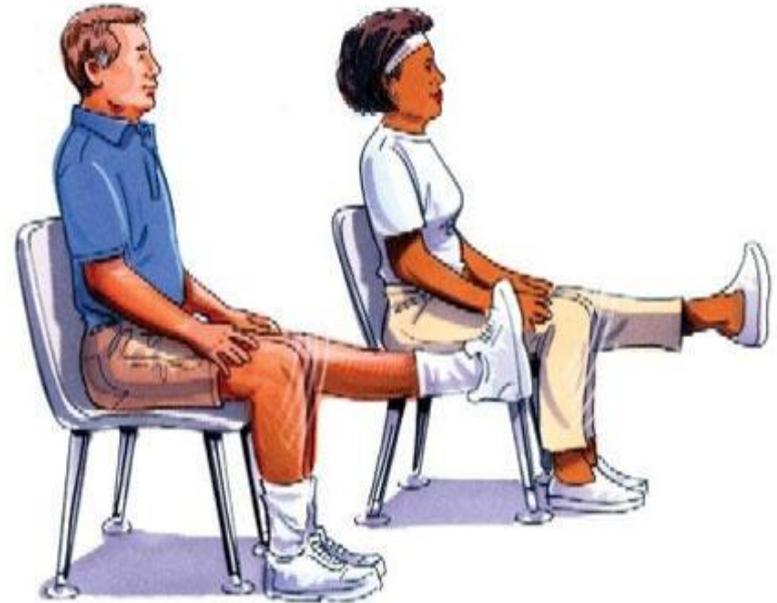
Реабилитация при заболеваниях суставов

- Система физической реабилитации выполняется в три этапа:
 1. в стационаре;
 2. в условиях поликлиники;
 3. в домашних условиях, санатории.

I- этап в стационаре

- Первый этап реабилитации в стационаре относят к началу подострого периода заболевания суставов. Применяются пассивные упражнения для пораженных (больных) суставов. Применения этих упражнений не должны сопровождаться болезненными ощущениями и ярко выраженной защитной реакцией в виде напряжения конечностей.

- Пассивным движениям должен предшествовать проведенный лечебный массаж для расслабления тонуса мышц. Количество пассивных упражнений – до 6 раз с паузой для отдыха. Кроме пассивных упражнений ЛФК назначают так же активные для здоровых конечностей (профилактически-восстановительной направленности). Продолжительность занятий лечебной физкультурой около 25–30 мин.

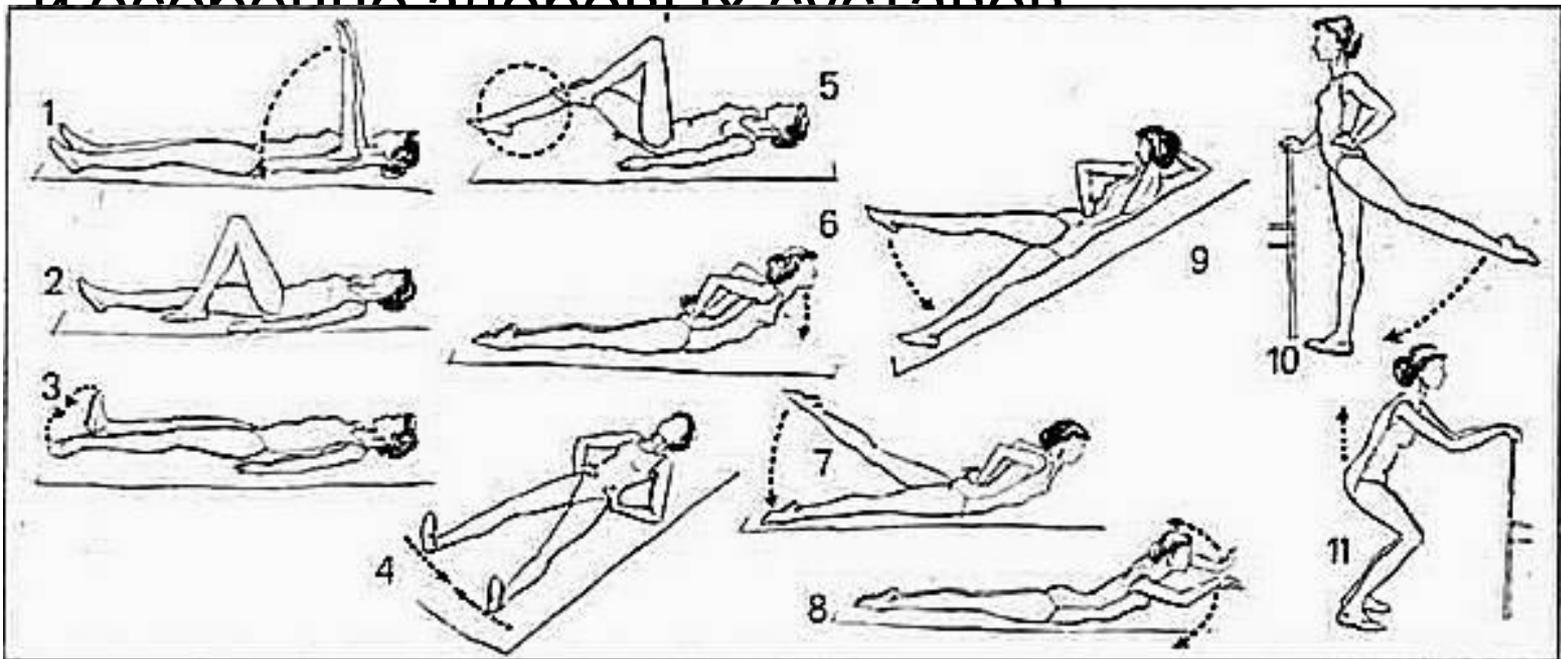


II- этап реабилитации

- больной может делать первые активные движения в пораженных суставах в наиболее удобных положениях. Применяют так же активные и пассивные гимнастические упражнения, а также пассивные упражнения при помощи здоровой конечности для усиления амплитуды движений, гимнастические упражнения со снарядами (используются тренажеры и гимнастическая стенка). Занятия лечебной гимнастикой проводятся в умеренном или среднем темпе. Повторения упражнений до 10 раз, продолжительность выполнения - около 40 мин. Перед выполнением ЛФК обычно проводится лечебный массаж, физиотерапевтические процедуры (парафиновые аппликации, УФО, озокерит).



- II этап физической реабилитации в условиях поликлиники назначается при отсутствии воспалительных процессов в суставах, но когда еще имеются некоторые ограничения движений. Упражнения направлены на укрепление мышц и растяжение связочного аппарата пораженных суставов. Занятия ЛФК проводятся в и.п. стоя, применяются достаточно активные упражнения для больных и вообще здоровых суставов.



III этап реабилитации

- относится к периоду реконвалесценции, имеет большое профилактическое значение. Проводится он, как правило, в поликлинике или домашних условиях.
- Основной задачей данного этапа является поддержание, а так же сохранение достигнутых результатов в отношении движений в суставах. Без проведения систематических тренировок, гимнастических упражнений, движения в пораженных суставах могут значительно ухудшаться.
- Рекомендуется выполнять комплекс ЛФК дважды в день: утром после сна (перед завтраком) и вечером, но не позднее, чем за два часа до сна (через два часа после еды). Темп занятий средний, проводят количество повторений - до 10 раз.

при лечении болезней суставов реабилитационные технологии

<p>Оказывающие противовоспалительное и обезболивающее действие</p>	<p>внутрикостная электростимуляция, ультрафонофорез и электрофорез лекарственных препаратов, общая и местная криотерапия, лазерное облучение, различные виды общей и местной магнитотерапии, грязевые аппликации, сухое вытяжение.</p>
<p>Улучшающие функциональное состояние суставов, мышц и связок</p>	<p>грязелечение (высокоминерализованные сульфидные грязи), лечебные ванны, лечебная физкультура, аппаратная механотерапия, импульсные токи низкой частоты (синусоидальные моделированные, диадинамические, интерференционные), ультразвук различных частот, общая и местная криотерапия, сухое вытяжение.</p>

<p>Улучшающие крово- и лимфообращение, доставку полезных веществ в область сустава и питание суставного хряща, обменные процессы в тканях</p>	<p>гравитационная терапия, различные виды грязелечения, ванны (гидрохлоридно-натриевые с добавлением натуральных компонентов), общая и местная криотерапия, импульсные токи различных частот, электрофорез лечебной грязи и лекарственных веществ, экстракорпоральная ударно-волновая терапия, внутритканевая электростимуляция, светотерапия, ультразвук, ДЭНС-терапия, абдоминальная декомпрессия, оксигенотерапия, гирудотерапия, весь спектр ручного и аппаратного массажа, аппаратная механотерапия, кинезитерапия и лечебная физкультура.</p>
<p>Оказывающие общее воздействие на организм (улучшающие иммунитет):</p>	<p>ванны и грязи, гипербарическая оксигенация, магнитотерапия, гравитационная терапия, общая воздушная криотерапия, цветотерапия, светотерапия, гирудотерапия, электросон, спелеолечение, кинезитерапия, лечебная физкультура и массаж, кислородный коктейль.</p>



**Спасибо за
внимания**