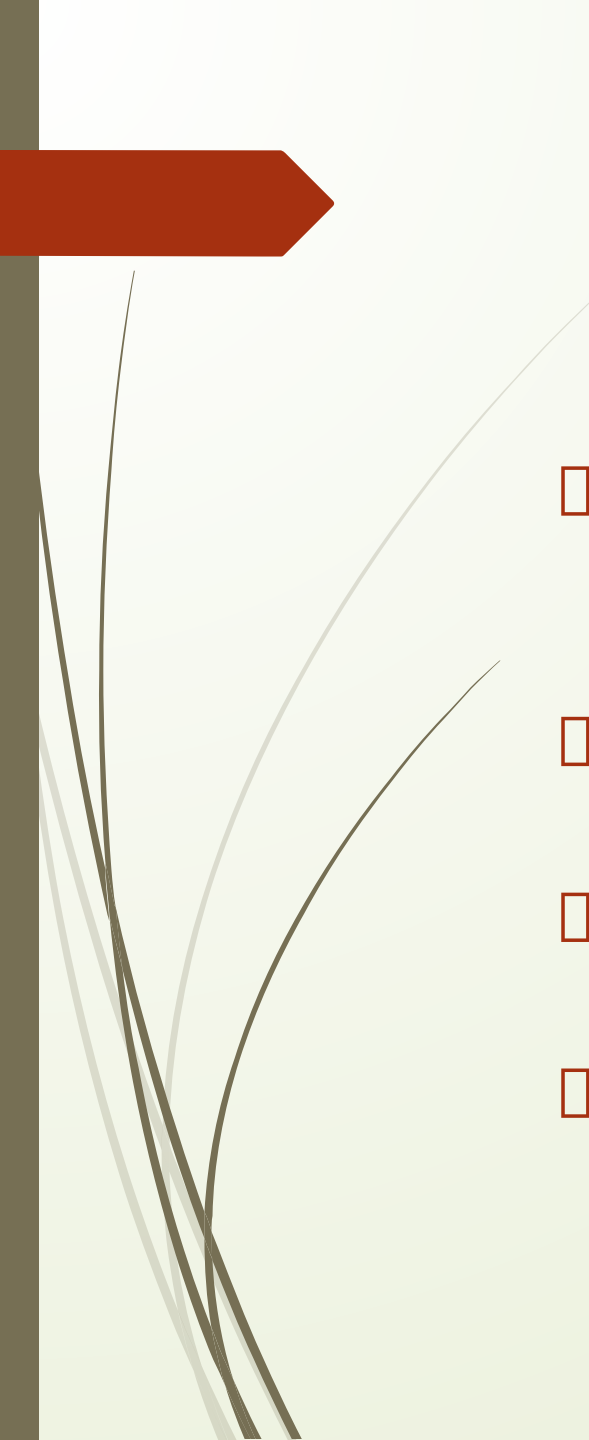


Реабилитационные мероприятия при переломах позвоночника и костей таза

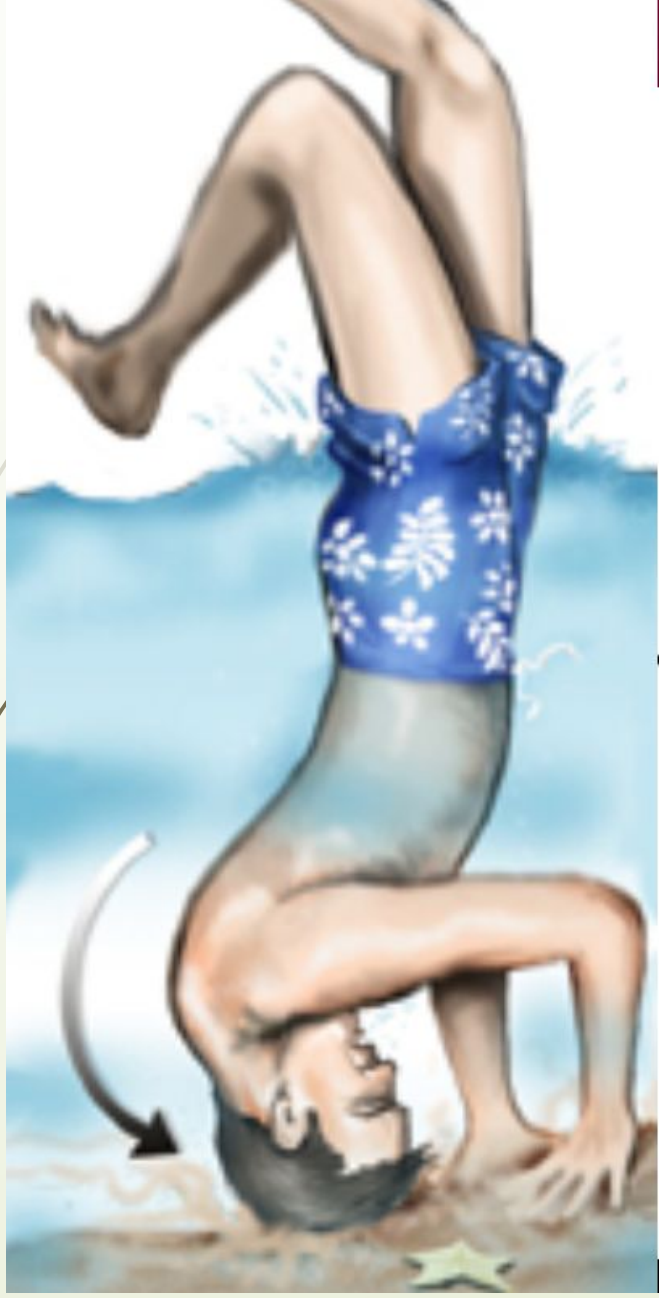
- 
- При небольшой компрессии не более 1/3 тела позвонка показан функциональный метод лечения.
 - Больной укладывается на щит с приподнятым головным концом на 30-40 см
 - При переломе ШОП – вытяжение петель Глиссона
 - При травме ГОП и ПОП – за подмышечные впадины



I период

- Продолжительность 8-10 дней
- **Задачи:**
- Повышение мышечного тонуса
- Улучшение функционального состояния ССС, ДС и ЖКТ
- Профилактика гипотрофии мышц

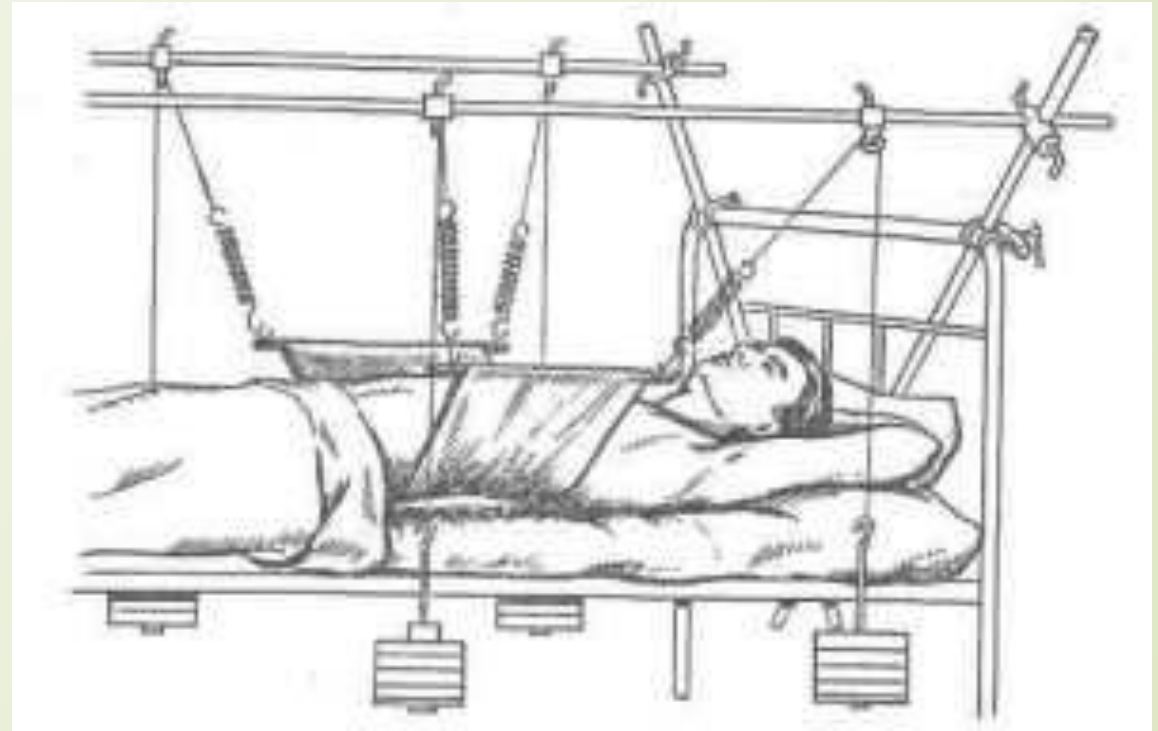
- Исключается осевая нагрузка на позвоночник
- И.П. – лежа на спине, разрешены У. во фронтальной и сагиттальной плоскости для пояса верхних и нижних конечностей.















- Вертебропластика и фибропластика относятся к современным методам лечения компрессионного перелома позвоночника. Такие методы позволяют более эффективно устранять повреждения костной ткани, что значительно снижает время лечения и реабилитации компрессионного перелома позвоночника.



- **Кифопластика** – это такой метод лечения компрессионного перелома позвоночника, при котором сначала восстанавливается нормальная высота повреждённого позвонка, а затем вводится цементирующий раствор. Такой метод лечения восстанавливает позвонок в его нормальном положении.



II период

- 2 недели после травмы – 1-1,5 месяца
- **Задачи:**
- Улучшение кровообращения в области повреждения:
- Выработка хорошего мышечного корсета
- Подготовка к расширению двигательного режима

- Через 10-14 дней после травмы разрешают поворот на живот «бревнышком»
- И.П. – **лежа на спине, лежа.**
- К концу 1,5 мес – больной должен удерживать позу «ласточка» – 2-3 мин.



III период

- 1,5-2 месяца после травмы
- Физическая нагрузка увеличивается, улучшается координация движений и подвижность позвоночника
- Назначаются У. с сопротивлением, малым отягощением, изометрические напряжения, с большой продолжительностью
- **И.П.- лежа на спине, лежа, упор на колени**



IV - период

- 2-3 месяца после травмы
- Особенность:
- Переход к полной осевой нагрузке на позвоночник
- Восстановление нормальной подвижности позвоночника
- Разрешается вставать из положения **лежа**
- **И.П.**- стоя на коленях, возле опоры
- Рекомендуются У. в воде и плавание
- К концу 3 месяца больной должен ходить 1,5- 2 часа не испытывая боли и дискомфорта.
- При отсутствии боли в области повреждения разрешается присаживание с подкладыванием валика на область поясничного лордоза.

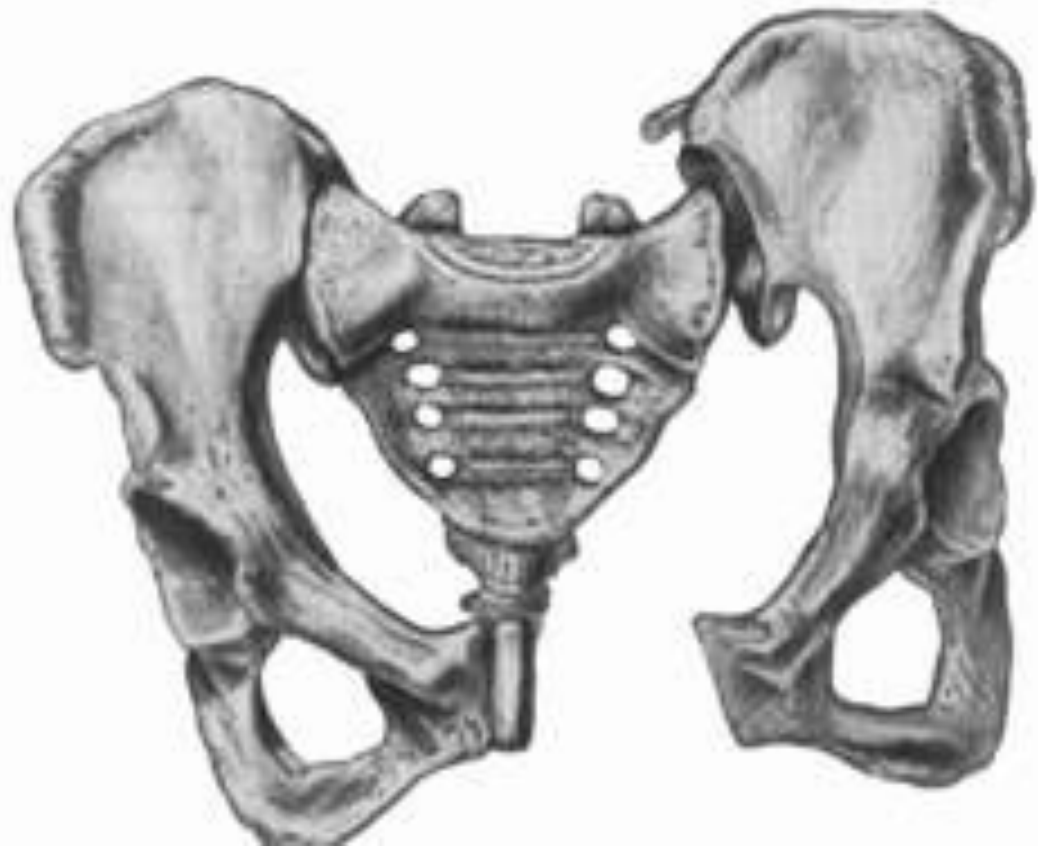


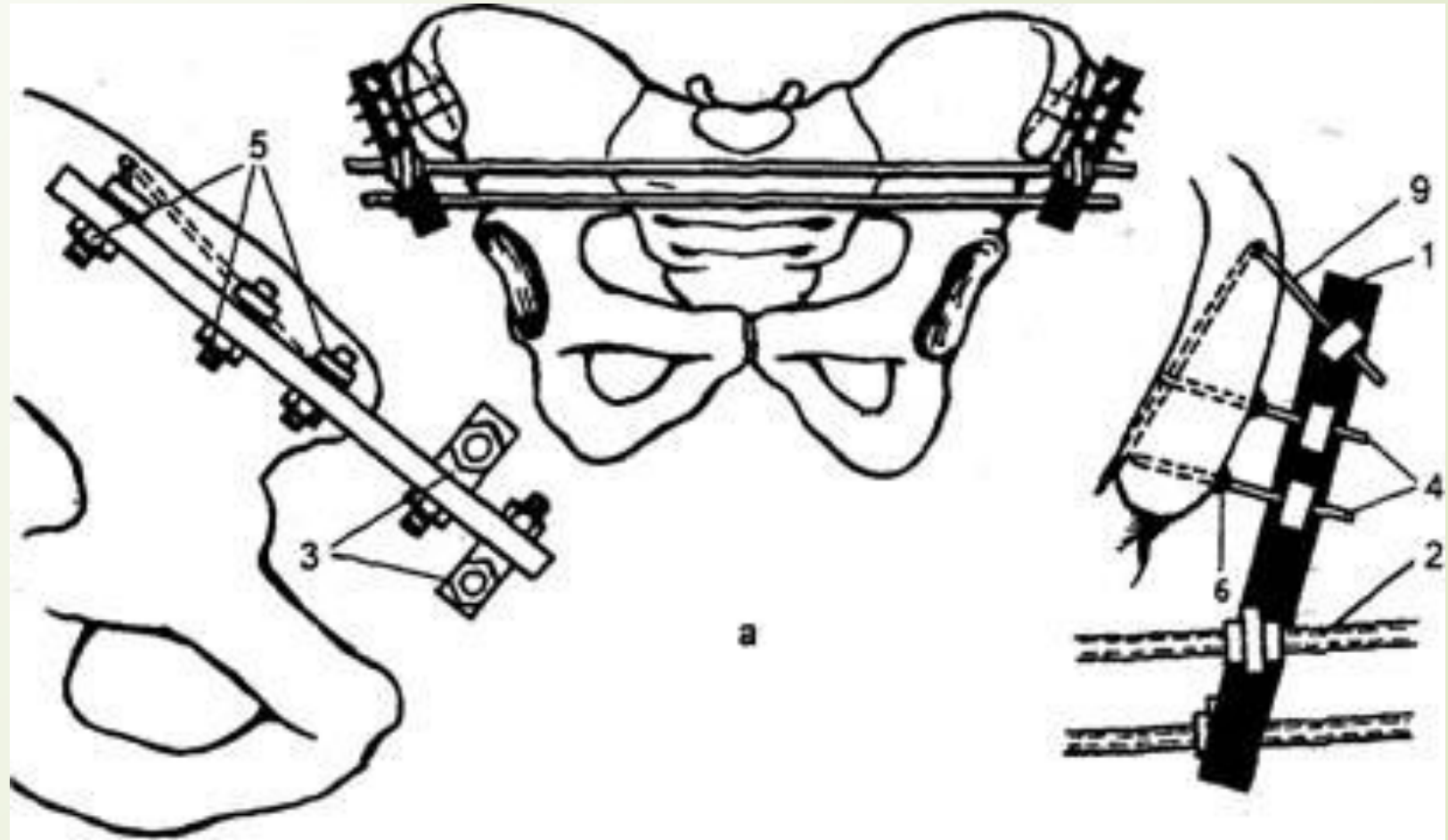


Бодибилдинг для Всех!
www.BodyBuild.ru

Перелом таза







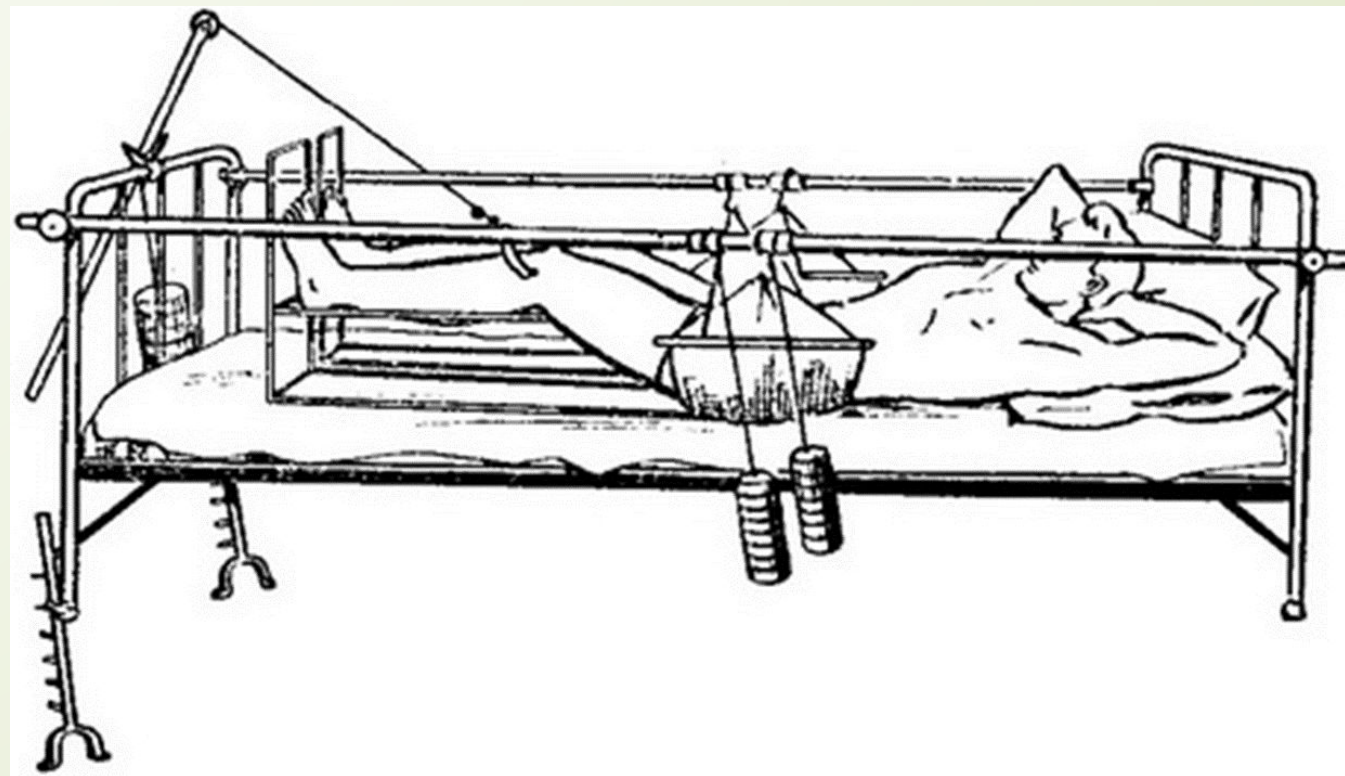


Задачи

- Улучшение общего состояния пациента
- Ускорение процессов регенерации поврежденных тканей
- Предупреждение контрактур
- Восстановление подвижности суставов
- Восстановление функции тазовых органов

Принципы укладки в зависимости от месторасположения перелома

- 1. При разрыве лонного сочленения и переднего полукольца – больной укладывается в гамак, подвешенный за Балканскую раму

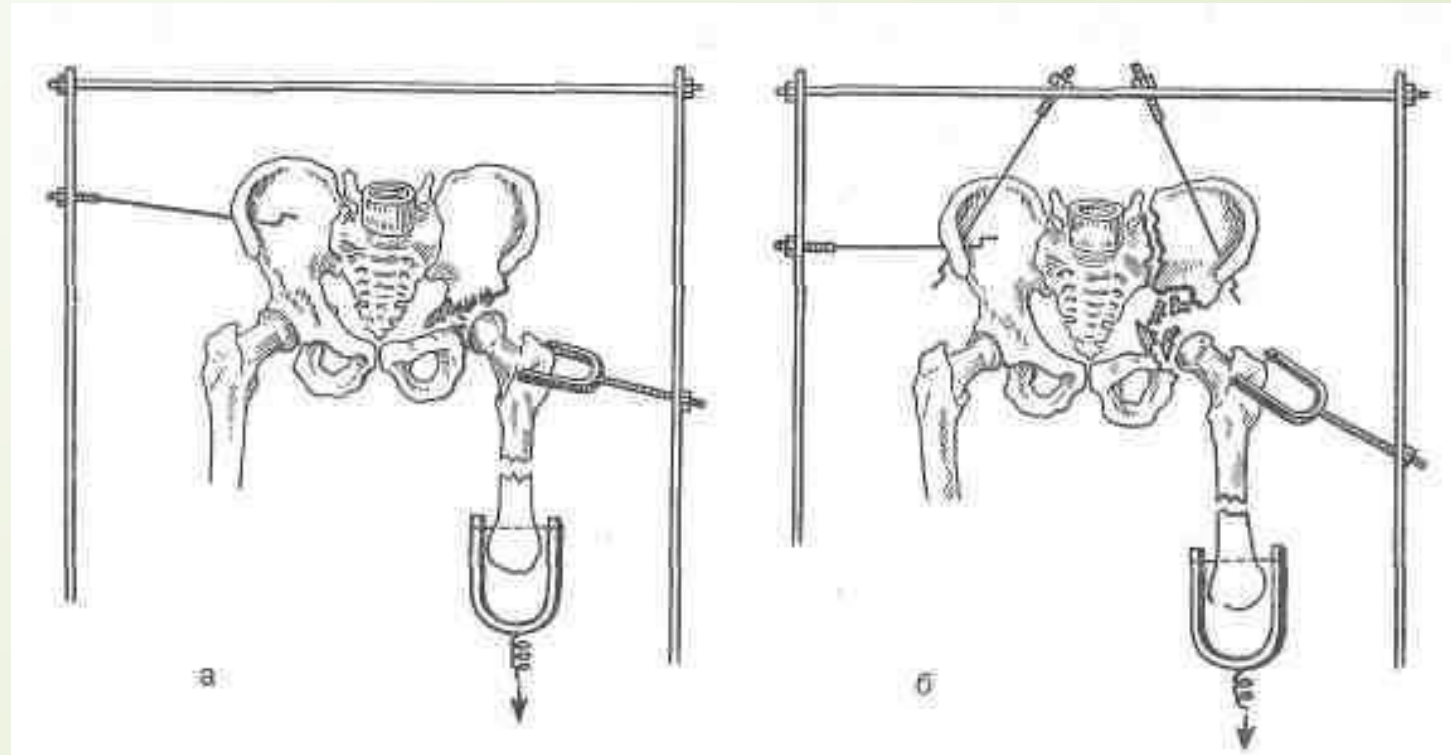


- 2. Без расхождения лонных и лобковых костей – больной укладывается на щит, ноги согнуты и отведены, под колени валик .



Рис. 241. Положение «лягушки» при переломах таза.


- 3. При переломах крестцово-подвздошного сочленения со смещением половины таза и дна вертлужной впадины производят скелетное вытяжение за мышелки бедра с грузом 6-8 кг.





Лечебная гимнастика

- **I период – иммобилизация 6-8 недель**
- Акцент на грудной тип дыхания (статическое, динамическое)
- На второй неделе осторожно, чтобы не вызвать забрюшинного кровотечения – диафрагмальное дыхание
- Активные упражнения выполняются без напряжения или с помощью инструктора
- Через 10-14 дней интенсивность увеличивают, количество повторений до 10-12 раз
- Подъем таза начинают с 4-5 дня в начале пассивно, затем активно.

- 
- **II период** продолжительность 1-2 недели, отсутствие иммобилизации назначаются У. в И.П. – лежа на спине, упор на колени
 - Разрешены повороты 1-2 раза в день на живот
 - Имитация ходьбы в И.П. – лежа на спине
 - Отведение прямых ног
 - **III период**
 - Перевод в вертикальное положение, ходьба
 - И.П.- лежа, лежа на спине, боку, Упор на колени, стоя.





