Схема физической реабилитация при переломах длинных трубчатых костей и костей плечевого пояса

Выполнил: Воробьёв А.Э.

Проверила: Профессор, д.н.м, заведующая кафедрой медико-биологических дисциплин, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Яцун С.М.

- Перелом – это нарушение анатомической целостности кости, вызванное механическим воздействием или физической силой.

Классификация переломов

- По причине возникновения: травматические, поталогические
- По целостности кожных покровов: открытые, закрытые
- По смещению отломков: по ширине, под углом, ротационное, по длине, вколоченые
- По локализации перелома: диафизарные, метафизарные, эпифизарные и внутрисуставные

- По плоскости излома:

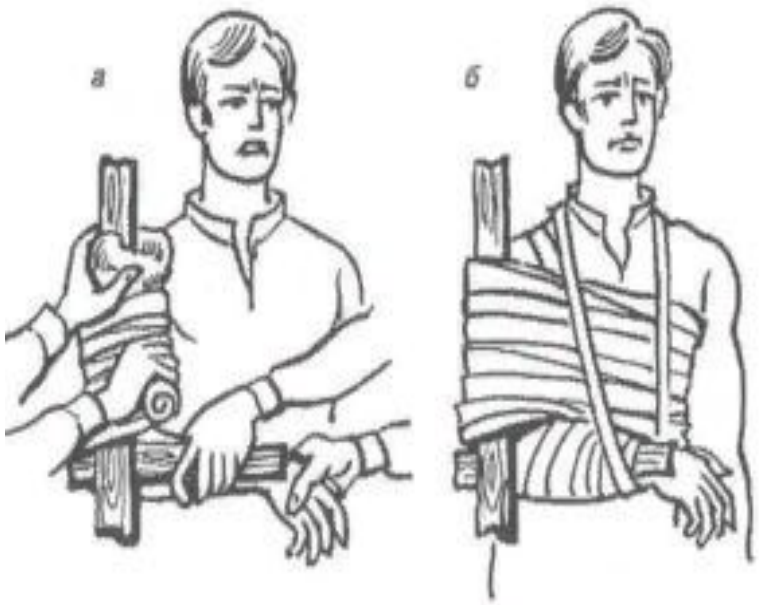
Признаками переломов

- боль, зависящая от места повреждения кости и находящегося поблизости количества нервных окончаний;
- отечность – проявляется в короткий промежуток времени после травмы и приводит к изменению, сглаженности контуров конечности в области травмы;
- кровоизлияния, гематомы – в зависимости от места локализации травмы бывают – подкожные, подногтевые, межмышечные, подфасциальные, поднадкостничные, внутрисуставные;
- изменение контура кости верхней или нижней конечности – размер ее зависит от величины поврежденного участка или угла смещения костных отломков;
- нарушение кровотока и движения лимфы – происходит при сдавливании или разрыве, находящегося поблизости крупного кровяного сосуда.

Оказание первой помощи

- Для купирования болить дать пострадавшему препарат с обезболивающим действием
- Дать принять успокоительный препарат, например, валериану или пустырник
- Наложить шину на поврежденную часть плечевого пояса. Ввиду отсутстви медицинской шины можно использовать подручные средства – палки, доски, куски ткани, арматуру.

Шина накладывается следующим образом – одна палка фиксируется со стороны предплечья, другая со стороны плеча, между собой и к плечу доски приматываются куском ткани или же бинтами. После наложения шины необходимо поврежденную руку зафиксировать к телу бинтами или тканью, чтобы полностью ее обездвижить, снизив, тем самым, риски смещения обломов костей.



Методы терапии

- Косервативный

Данный метод лечения перелома плечевой кости предусматривает полное обездвиживание руки и ее фиксация при помощи различных средств

- Хирургический

Оперативное вмешательство используется в следующих случаях:

- вправление кости затруднено;
- после проведенного вправления происходит отхождение кости;
- отломки костей ущемляют мышцы;
- повреждены кровеносные сосуды;
- обычная терапия не дает результатов.

- Вытяжение

Такой метод проводят в случае перелома плечевой кости со смещением. Он заключается в установке специального штыря, который вправляет кости. При этом пациенту показан постельный режим на протяжении месяца. Такую терапию используют редко и стараются заменять ее на другой мето.

Способы реабилитации после перелома

- Лечебный массаж

  - поглаживание

  - постепенное разогревания и разминание мышщ

  - начало массажных движений от пальцев рук

- Электрофорез

Метод заключается в воздействии ультрафиолетового облучения. Благодаря этому нормализуется кровообращение, уменьшается воспаление. Через несколько сеансов УФО восстановление костной ткани ускоряется. Процедуру проводят так, чтобы лучи были направлены на плечевой сустав.

- Магнитотерапия

Заключается в стимуляции процессов обмена. При помощи магнитотерапии можно быстрее восстановить поврежденные ткани. Местная температура повышается из-за воздействия магнитного поля, поэтому нормализуется обмен веществ, костная ткань подпитывается. Благодаря данному виду отток лимфы и крови восстанавливается.

- Лазеротерапия

Методика основана на нагреве зоны повреждения. Лазер проникает в глубокие слои мышц. Терапия улучшает процесс заживления и кровообращения, питает поврежденную травму.

- Интерефецированные токи

На тело пациента воздействует ток, частотой около 100 Гц. Благодаря методу происходит быстрейшее заживление поврежденных травм. Улучшается отток лимфы сгустков крови. Кроме этого, снижаются болевые ощущения