*Байбаріна Анна Миколаївна*

**ПРОЦЕС РАННЬОЇ РЕАБІЛТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ АРТРОСКОПІЇ КОЛІННОГО СУГЛОБУ**

Харків, Україна

Харківський національний медичний університет

Кафедра фізичної, спортивної та реабілітаційної медицини, фізичної терапії, ерготерапії

Науковий керівник: к.мед.н., доц. Павлова Тетяна Михайлівна

Артроскопія - відносно новий малоінвазивний метод хірургічної діагностики та лікування патологічних змін у суглобі. Даний вид операції проводиться за допомогою артроскопа та інструментів для хірургічних маніпуляцій (артроскопічний крючкоподібний зонд, кусачки, ножиці, скальпель, зажими, шейвер). Артроскопічна діагностика дає можливість чітко оцінити структури усього суглобу та виконати маніпуляції за показаннями: резекція менісків, пластика хрестоподібних зв’язок, видалення хондроматозних тіл, пластичні операції хряща, тощо. На відміну від артротомії в артроскопії виконуються два-три мікророзрізи діаметром 5-10 міліметрів, що значно зменшує період перебування у стаціонарі (1-2 доби) та заживлення травмованих м’яких тканин, раннє відновлення активних рухів у суглобі та терміни початку осьового навантаження на оперовану кінцівку. Варто зазначити, найпоширенішим методом знеболення є спінальна анестезія, також виконується місцева або загальна анестезія (визначається після огляду анестезіологом).

Після виконання артроскопії травматолог з фізичним терапевтом на основі збору анамнезу життя та результату виконаної артроскопії формують індивідуальну програму реабілітації пацієнта, яка на 70% складається зі спеціальних вправ для оперованої кінцівки та 30% загальнозміцнюючих вправ для верхніх кінцівок та м’язів хребта для покращення загального кровообігу та запобігання неприємних відчуттів через вимушене положення у ліжку.

Процес реабілітації у ранній післяопераційний період починається через 7-8 годин після операції під наглядом фізичного терапевта пацієнт починає

виконувати прості рухи у гомілковостопних суглобах (згинання та розгинання), ізометричні вправи для чотириглавого м’я .ат . с .д .и .н .хм’язів, ідеомоторні вправи для підготовки пацієнта до виконання активних вправ у суглобі, згинання до больових відчуттів (після пластик хрестоподібних зв’язок виконуємо максимально можливий кут згинання - до 90 градусів) із замкнутим кінематичним ланцюгом. Особливість раннього періоду полягає у больовому синдромі, неприємних відчуттях у місцях накладання швів, наявність дренажу.

За власними спостереженнями після виконання перших простих вправ настрій пацієнта покращується та з’являється бажання працювати далі з помірними больовими відчуттями. Тривалість заняття до 20-30 хвилин по 4-6 разів на день, після чого даємо оперованій ділянці відпочити та застосовуємо холод (до 30 хвилин) для попередження посилення набряку оперованої ділянки. В залежності від стану пацієнта виконується пересування по палаті або коридорі з формуванням правильної постави та ходи. З другої доби виконуємо пересування по сходинкам.

Таким чином після артроскопії відновлення активних рухів у суглобі

починається з першої доби, що в свою чергу свідчить про короткі терміни

перебування у стаціонарі та сприятливі прогнози реабілітаційних заходів та

повернення до побутових навантажень вже на 2 тижні, лікарняний у таких

пацієнтів триває 4-5 тижнів.