

**BEZnoska**

Мы возвращаем радость от движения



ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ТОТАЛЬНЫМ ЭНДОПРОТЕЗОМ КОЛЕННОГО СУСТАВА

Мы возвращаем людям радость движения. Это не просто лозунг. Каждый, кто узнал на своем опыте, что такое боль в суставе, лишаящая со временем возможности любого движения, охотно подтвердит эти слова. После замены коленного сустава и относительно короткого периода реабилитации способность двигаться возвращается, а вместе с ней – и радость движения.

Современная медицина позволяет лечить и тяжелые дегенеративные заболевания различных суставов, в том числе коленных. После полной замены сустава пациенты могут снова оценить радость жизни без боли. Эндопротезы суставов могут служить в течение долгих лет без особых проблем.

Пациент должен понимать, что речь идет лишь о протезе, а не о создании нового, здорового сустава! Поэтому всегда следует помнить, что срок службы этого протеза зависит и от воздействующей на него нагрузки (чем больше и неадекватнее нагрузка на сустав, тем короче срок его службы).

Как производитель и поставщик суставных протезов с многолетним опытом, позвольте нам дать некоторые рекомендации, которые помогут Вам принять решение относительно нагрузки на имплантат. Это общие рекомендации, которые касаются всех типов эндопротезов коленного сустава. Разумеется, в каждом конкретном случае пациенты должны соблюдать указания своего лечащего врача.

Решение для Вашего поврежденного коленного сустава

Для пациентов с заболеванием коленного сустава, характеризующимся далеко зашедшими дегенеративными изменениями, консервативное лечение уже неэффективно. Поэтому необходима операция тотального эндопротезирования коленного сустава. Такая операция является стандартным вмешательством во всех ортопедических отделениях и продолжается обычно не более 90 минут. После операции пациент уже на второй день может приступить к отработке ходьбы (разумеется, с разгрузкой) и в течение шести месяцев возвращается к полноценной жизни. Непосредственно после операции пациент должен соблюдать все инструкции, полученные от оперировавшего врача. После выписки из больницы он должен заботиться о разгрузке оперированной конечности, что означает – ни шагу без костылей. Конечность может подвергаться полной нагрузке нормальной ходьбой только с разрешения оперировавшего врача.

В последующие годы протез может выйти из строя. Возможен износ материала, что проявляется через усиление боли. Однако наиболее частой причиной нарушения функционирования эндопротеза является его освобождение в связи с перегрузкой, главным образом в результате избыточного веса. Наиболее серьезное осложнение – инфицирование эндопротеза. Поэтому необходимо с особой тщательностью лечить любое инфекционное заболевание.

Реабилитация после тотального эндопротезирования коленного сустава

Цель реабилитации состоит в скорейшем возвращении пациента с безболезненным, функционирующим суставом к повседневной жизни.

Контрольные осмотры ортопеда:

Контрольное обследование (включая направление на рентгенографию) после выписки на домашнее лечение регулярно проводит оперировавший врач. Далее следует постепенное увеличение нагрузки на оперированную конечность. Обычно контрольный осмотр проводится вскоре после выписки, а затем – с определенным интервалом, по усмотрению оперировавшего врача. Целесообразно ежегодное контрольное обследование. Уместно санаторно-курортное лечение, направление на увеличение объема движений, мышечной силы, занятия на ротопедке и плавание в бассейне. ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Dungle, P. a kol: *Ortopedie Praha, Grada Publishing 2005, str. 1003–1012*

Рекомендуемая литература:

Vavřík P., Sosna A., Jahoda D., Pokorný D.: *Endoprotéza kolenního kloubu. Průvodce obdobím operace, rehabilitací a dalším životem. 1. vyd. Praha: I. Ortopedická klinika 1. LF UK, FN Motol, Triton, 2005. ISBN 80-7254-549-3.*



BEZnoska

Мы возвращаем радость от движения



■ Рекомендуемая реабилитация и повседневный режим:

- ровная, жесткая постель, одна подушка под головой
- каждую свободную минуту посвящать тренировке оперированной конечности: выпрямление и сгибание в колене, укрепление мышц, в том числе икроножных, подъем вытянутой конечности
- несколько раз в день активно и пассивно сгибать оперированную конечность с помощью пятки здоровой конечности
- удобная мягкая обувь, эластичная подошва, каблук не выше 3 см
- в дальнейшем разгружать оперированную конечность с помощью 2 локтевых костылей в течение указанного врачом периода
- не перегружать оперированное колено длительным стоянием
- не перегружать колено чрезмерно продолжительной ходьбой
- в случае возникновения болей сесть и расслабить колено
- поддерживать соответствующий вес, при необходимости снизить его
- в положении сидя стопы располагать параллельно, на расстоянии друг от друга, предотвращая ротацию коленей
- избегать тяжелых физических нагрузок
- после значительной нагрузки при ходьбе или выполнении упражнений рекомендуется в течение 1–2 часов охлаждать колено, прикладывая компрессы со льдом или специальные гелевые пакеты
- регулярно посещать ортопеда – регулярный контрольный осмотр настоятельно необходим

■ Рекомендуемая реабилитация и повседневный режим:

- плавание, езда на велосипеде или ротореде
- регулярные упражнения, которым вы научитесь во время пребывания в больнице и далее в процессе курортного лечения

■ Не рекомендуется:

- приседать, становиться на колено, поднимать тяжелые грузы в положении стоя
- высокогорный туризм
- игры с мячом

!! Важное предостережение: в случае любой инфекции необходимо обратиться к врачу !!

ПЕРЕЧЕНЬ КОМПОНЕНТОВ ЭНДОПРОТЕЗА КОЛЕННОГО СУСТАВА ЧЕШСКОЙ ФИРМЫ BEZnoska s.r.o.

Тотальный эндопротез
коленного сустава – тип SVL

