

Фізична реабілітація при
оперативних втручаннях
на органах черевної
порожнини

Процес лікування хірургічних хворих

```
graph TD; A[Процес лікування хірургічних хворих] --> B[Передопераційний період]; A --> C[Післяопераційний період]; C --> D[• Ранній післяопераційний період]; C --> E[• Пізній післяопераційний період]; C --> F[• Віддалений післяопераційний період];
```

Передопераційний
період

Післяопераційний
період

- Ранній післяопераційний період
- Пізній післяопераційний період
- Віддалений післяопераційний період

Фізичну реабілітацію застосовують у всіх періодах лікування

Лікарняний період реабілітації

У передопераційний період застосовують:

ЛФК

Завданням є підвищення загального тону організму, покращення психічного настрою хворого і створення в нього впевненості в успішності операції; зміцнення фізичних сил, розкриття резервних можливостей хворого, стимуляція функцій його серцево-судинної, дихальної, травної систем

лікувальний масаж

використовують із метою підвищення загального тону організму, заспокійливого впливу на хворого

фізіотерапію

націлена на покращення функціонального стану нервової та інших систем організму, запобігання післяопераційних ускладнень

Лікарняний період реабілітації

ЛФК

ЛФК застосовують у формі лікувальної гімнастики, що проводиться індивідуально чи в малих групах, самостійних занять 3—4 рази на день, ранкової гігієнічної гімнастики, лікувальної ходьби.

лікувальний масаж

Використовують, переважно, класичний масаж

фізіотерапія

Для профілактики пневмоній, бронхітів призначають мікрохвильову терапію на ділянку легенів, аероіонізацію обличчя і дихальних шляхів, загальне УФО, а для запобігання парезу кишок та їх здуття опромінюють ділянку живота

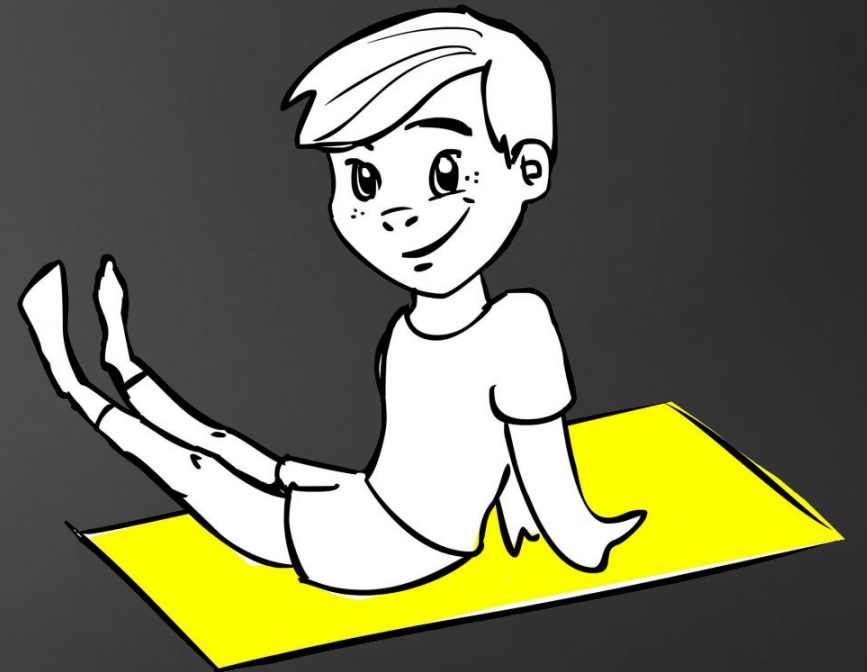
Лікарняний період реабілітації

У післяопераційний період застосовують:

ЛФК

фізіотерапію

Лікувальний масаж



Лікарняний період реабілітації

Ранній післяопераційний період

Завдання ЛФК:

підвищення психоемоційного тону хворого і підтримання впевненості у сприятливому наслідку операції ;

зменшення застійних явищ і покращення загального і місцевого крово- і лімфообігу;

Відновлення порушеного механізму дихання;

запобігання післяопераційних ускладнень (пневмонія, ателектази, тромбоемболія)

Лікарняний період реабілітації

Комплекси лікувальної гімнастики складаються з дихальних статичних і динамічних вправ середньої глибини, рухів у дрібних суглобах кінцівок, що виконуються у повільному темпі.

Тривалість заняття 3—5 хв, і повторюються вони під наглядом або самотійно 8—10 разів на день.



Лікарняний період реабілітації

Постільний режим триває:

1—3 доби після апендектомії, ушивання проривної виразки шлунка і дванадцятипалої кишки;

1—4 доби після резекції шлунка;

1—5 діб після радикального грижорозтину;

1—6 діб після холецист-ектомії, видалення нирки, селезінки.

Завдання ЛФК у цьому режимі:

відновлення нормальної регулярної здатності ЦНС, підвищення функціонального стану серцево-судинної, дихальної, травної систем;

стимулювання обміну речовин і регенеративних процесів;

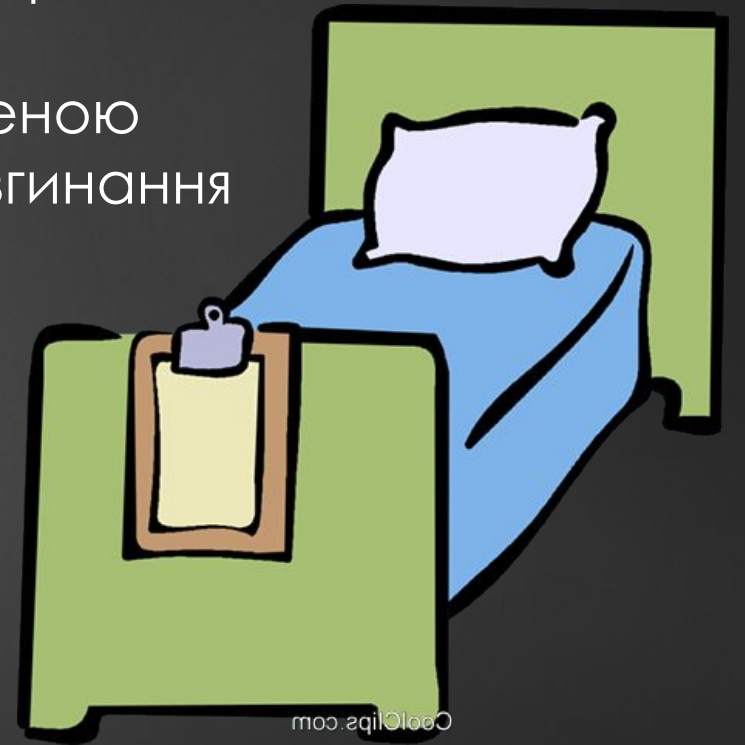
запобігання пневмоній, ателектазів, тромбоемболій, парезу кишок, метеоризму, затримки сечовипускання, утворення зрощень у черевній порожнині;

відновлення навичок самообслуговування та підготовка хворого до більш активних рухових режимів.



Лікарняний період реабілітації

Лікувальну гімнастику призначають через 1—2 год після операцій, проведених під місцевим знеболюванням, і через декілька годин після операцій під наркозом. Комплекси складають із дихальних вправ, рухів кінцівками з обмеженою амплітудою у повільном темпі. Дозволяється почергове згинання і розгинання ніг, не відриваючи п'яток від ліжка. Тривалість заняття 5—8 хв.



Лікарняний період реабілітації

Пізній післяопераційний період

Напівпостільний режим триває приблизно:

2—5 діб після апендектомії;

6—8 діб після радикального грижерозтину;

4—10 діб після ушивання проривної виразки шлунка і дванадцятипалої кишки, резекції шлунка, холецистектомії, видалення нирки, селезінки.

Завдання ЛФК :

покращення діяльності серцево-судинної і дихальної систем,

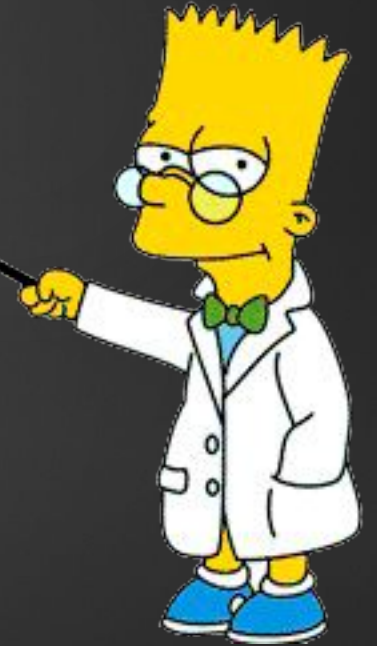
процесів обміну і регенерації тканин;

поліпшення функції органів травлення;

зміцнення м'язів живота;

формування рухомого післяопераційного рубця;

підготовка організму до фізичних навантажень, що поступово збільшуються.



Лікарняний період реабілітації

У комплекси лікувальної гімнастики включають активні рухи для всіх суглобів і м'язових груп, у тому числі і для м'язів живота, які хворий виконує із вихідного положення лежачи й сидячи.

При вставанні і ходьбі слід звертати увагу хворого на правильну поставу, що зумовлює нормальне положення внутрішніх органів, зменшує імовірність внутрішньочеревних зрощень або сприяє їх розтягненню

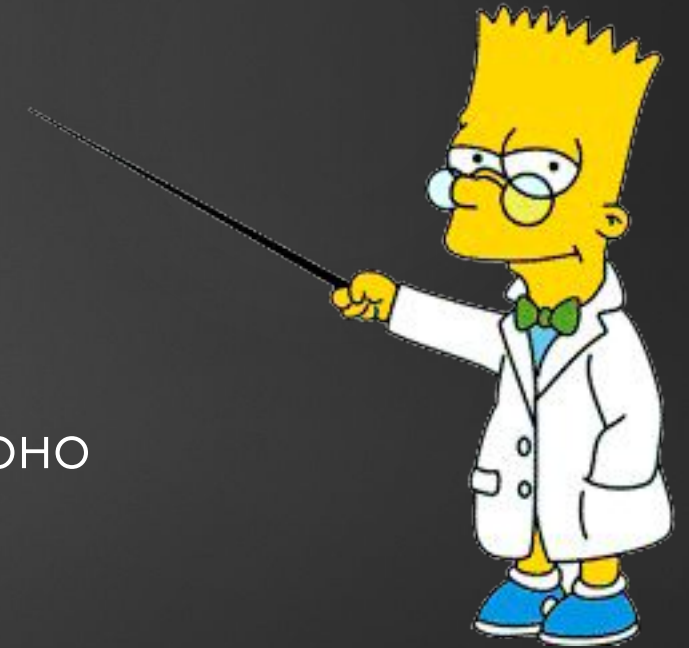


Лікарняний період реабілітації

Вільний режим триває до виписки і призначається з 6—8-ї доби після апендектомії; 10—12-ї доби після резекції шлунка, ушивання проривної виразки, радикального грижорозтину, 12—15-ї доби після холецистектомії, операцій на кишках у слабких хворих та з ускладненим перебігом післяопераційного періоду.

Завдання ЛФК :

ліквідація залишкових явищ після операцій і нормалізація функції органів травлення;
адаптація серцево-судинної і дихальної систем до помірно зростаючого фізичного навантаження;
покращення загального функціонального стану;
підготовка хворого до навантажень побутового характеру.

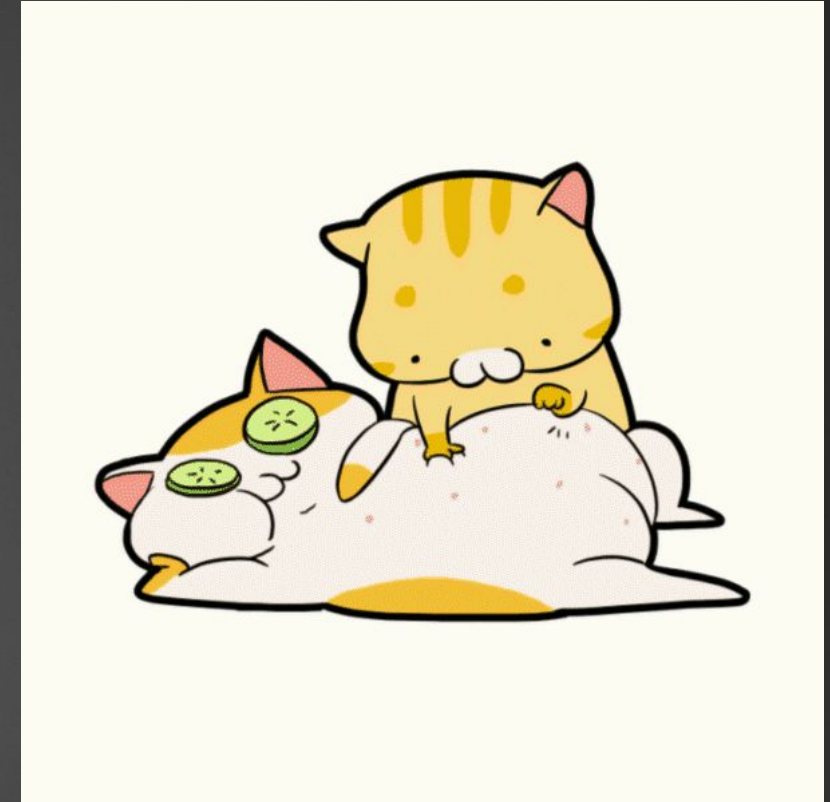


Лікарняний період реабілітації

Лікувальний масаж призначають із першої доби з метою ліквідації застійних явищ у легенях, покращення їхньої дренажної функції і вентиляції, сприяння відходженню мокротиння, активізації крово- і лімфообігу, обмінних і регенеративних процесів післяопераційних ускладнень. Використовують сегментарно-рефлекторний масаж, діючи на паравертебральні зони нижньогрудних *D7—D12*, поперекових *L1—L5*, крижових *S1—S5* спинномозкових сегментів. Рекомендується погладження, розтирання, легка вібрація і ніжні поплескування грудної клітки, особливо з боку спини. Роблять непрямий масаж легенів і серця. Виконують стискання грудної клітки, стрясання і розтягнення.

Лікарняний період реабілітації

Масаж живота проводять, фіксуючи однією рукою післяопераційний шов, застосовуючи ніжні погладження навколо нього, діючи по ходу товстої кишки у вигляді погладжувальних, поверхневої стабільної і лабільної вібрації, постукування пучками пальців, ритмічних натисків кінчиками пальців. Обов'язково масажують нижні кінцівки.



Лікарняний період реабілітації

Фізіотерапія використовується одразу після операції й у наступні дні з метою запобігання інфекції, зменшення болю, запобігання післяопераційних ускладнень, активізації крово- і лімфообігу, обмінних і регенеративних процесів.

Застосовують УФО ділянки шва, кріотерапію, магнітолазерну терапію, магнітотерапію, діадинамотерапію, інгаляцію, аерозоль і електро-аерозоль зі знеболюючими та відхаркуючими засобами, електрофорез із ліками, що зменшують підвищене зсідання крові, електростимуляцію литкових м'язів, електросон.

Перед випискою хворим рекомендують повітряні і сонячні ванни, обтирання, обливання водою переважно індиферентної температури.

Післялікарняний період реабілітації

Віддалений післяопераційний період

Особи, які перенесли апендектомію або грижорозтин, продовжують лікування в поліклінічних чи домашніх умовах, а таких, кого оперували з приводу захворювань шлунка, дванадцятипалої кишки, печінки, нирок, направляють в реабілітаційні гастроентерологічні лікарні, спеціалізовані санаторії.



Післялікарняний період реабілітації

Лікувальну фізичну культуру застосовують для відновлення функції оперованого органа і системи у цілому, зміцнення м'язів тулуба і живота, тренування серцево-судинної і дихальної систем, відновлення працездатності пацієнта.

У комплекси лікувальної гімнастики включають вправи для всіх м'язових груп із предметами і без них, з обтяженням та опором, на рівновагу і координацію, коригуючі. Окрім лікувальної і ранкової гігієнічної гімнастики використовують ходьбу, теренкур, спортивно-прикладні вправи, гідрокінезитерапію, тренажери, близький туризм



Післялікарняний період реабілітації

Лікувальний масаж призначають для покращення загального тону організму, еластичності м'язів і рухливості післяопераційного рубця, підвищення функціонального стану і сприяння скорішому поверненню до праці. Застосовують загальний і місцевий класичний масаж, підводний душ-масаж.



Післялікарняний період реабілітації

Фізіотерапію призначають для стимулювання функції нервової, серцево-судинної, дихальної і травної систем; підвищення захисних сил і загартування організму. Використовують електросон, йодобромні, хвойні, кисневі, вуглекислі ванни, обливання, обтирання, душ, грязьові аплікації, повітряні і сонячні ванни, кліматолікування.



Післялікарняний період реабілітації

Працетерапію застосовують для підняття нервово-психічного і життєвого тону пацієнта. Добирають види трудової діяльності, що відновлюють загальну і професійну працездатність. Однак у перші 2 міс після апендектомії не рекомендується піднімати важкі речі, а особам, які перенесли операції на шлунку, печінці, з приводу гриж, особливо, післяопераційних, слід протягом 6—12 міс уникати важкої фізичної праці.

