

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "Курганский базовый медицинский  
колледж"

# ЛФК и массаж при операциях на органы грудной клетки

Выполнил: студент 412 группа Кожевников Аркадий

2019

## Причины для операций на грудную клетку

Травматические повреждения грудной клетки бывают закрытыми, открытыми, проникающими.

Закрытые травмы возникают вследствие ушиба или сдавливания грудной клетки. При этом возможны множественный перелом ребер, ранение легкого, кровеносных сосудов, гемоторакс (кровоизлияние в плевральную полость), пневмоторакс (попадание «воздуха в плевральную полость»), возникновение ателектаза (спадения легкого).

Открытые травмы грудной клетки сопровождаются повреждением плевры и легких, возникновением гемоторакса и пневмоторакса, спадением легких, что вызывает серьезные нарушения в деятельности дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

Хирургическое лечение при травмах легких заключается в восстановлении герметичности плевральной полости, остановке кровотечения.

При тяжелых травмах грудной клетки (разрыв крупных сосудов, ранение легких) применяется экстренное хирургическое вмешательство, которое включает удаление части или всего легкого.

## Основные задачи ЛФК в этом периоде

- снижение гнойной интоксикации;
- улучшение функции внешнего дыхания и функционального состояния сердечно-сосудистой системы;
- улучшение психоэмоционального состояния больного;
- повышение резервных возможностей здорового легкого;
- овладение упражнениями, необходимыми больному в раннем послеоперационном периоде.

## Противопоказания к применению ЛГ

- легочное кровотечение;
- сердечно-сосудистая недостаточность III стадии;
- высокая температура тела (38-39 °C), не обусловленная скоплением мокроты.

## Комплекс упражнений в предоперационный период

- 1) Ходьба на месте.
- 2) И.п. – сидя на стуле. После глубокого вдоха на форсированном выдохе резко наклонить туловище вправо (влево), одновременно поднимая вверх левую (правую) руку.
- 3) И.п. – то же. После глубокого вдоха наклонить туловище вперед и на медленном выдохе, покашливая, достать руками пальцы вытянутых ног.
- 4) И. п. – лежа на больном боку на жестком валике (с целью ограничения подвижности грудной клетки с больной стороны). Поднимая руку вверх, сделать глубокий вдох; на медленном выдохе подтянуть к грудной клетке ногу, согнутую в коленном суставе. Таким образом, на выдохе грудная клетка сдавливается бедром, а сбоку – рукой, за счет чего выдох получается максимальным.
- 5) Ходьба на месте.

## Задачи ЛФК и массажа в послеоперационный период

- профилактика возможных осложнений (пневмонии, тромбоза, эмболии, атонии кишечника);
- активизация резервных возможностей оставшейся доли легкого;
- нормализация деятельности сердечно-сосудистой системы;
- профилактика образования межплевральных спаек;
- профилактика тугоподвижности в плечевом суставе.

## Комплекс упражнений в послеоперационном периоде

- 1) ИП - кисти рук к плечам. Круговые движения рук в плечевых суставах. Повторить 3-4 раза. Темп медленный. Следить, чтобы не задерживалось дыхание.
- 2) ИП - руки вдоль туловища. Спокойное дыхание. Стремиться к удлинению выдоха. Повторить- 2-3 раза.
- 3) ИП - руки согнуты в локтях. Сжатие пальцев в кулаки и разжимание. Темп средний. Дыхание произвольное. Повторить 10- 15 раз.
- 4) ИП - руки вдоль туловища. Тыльное и подошвенное сгибание стоп. Темп медленный и средний. Дыхание произвольное. Повторить 8-10 раз.
- 5) ИП - руки вдоль туловища. Поворот на правый бок, придерживаясь правой рукой за край кровати и опираясь левой ногой о кровать - выдох; в положении на боку - вдох; возвратиться в ИП - выдох. Темп медленный. Повторить 2-3 раза.
- 6) ИП - правая рука на груди, левая - на животе. Углубленное полное дыхание. Повторить 2-3 раза.

## Комплекс лечебно- восстановительной гимнастики после операции на грудной клетке (мастэктомии)

- 1) Поместить ладони на плечевые суставы, поднимать руки в таком положении вперед и вверх, насколько это возможно, и опускать обратно.
- 2) Вытянуть руки вдоль корпуса. Поднимать их через стороны кверху, затем таким же образом опускать вниз.
- 3) В положении стоя опускаем руки по швам и крепко прижимаем их туловищу. Задерживаемся в таком состоянии на 4-5 секунд и расслабляемся.
- 4) На вдохе максимально пытаемся соединить лопатки, на выдохе расслабляемся.
- 5) Берем гимнастическую палку, зажимаем ее кистями, расставленными пошире. Плавно поднимаем вверх, отводя назад поочередно то правую, то левую ногу.
- 6) В прежнем положении выполняем наклоны в стороны туловища и вытянутых рук с гимнастической палкой.
- 7) Удерживая палку аналогичным образом, вытягиваем ее над головой. Затем сгибаем руки в локтевых и плечевых суставах, заводя спортивный снаряд за голову, шею и, наконец, за лопатки. Затем опять вытягиваем его кверху.
- 8) Выдыхая, наклоняемся вниз, опустив расслабленные руки.
- 9) Поднимаем руки вверх на вдохе, как бы потягиваясь, возвращаемся в исходную позицию на выдохе.

## Массаж после мастэктомии

Массаж – важная часть реабилитации после мастэктомии. Он необходим в первую очередь для борьбы с одним из самых распространенных осложнений удаления груди – лимфостазом. В частности, массаж способствует активации оттока лимфатической жидкости и устранению отеков. Также эта методика позволяет вернуть подвижность мышцам, нормализовать кровообращение и стимулировать пострадавшие во время операции нервные волокна.

Массажем рекомендуется предварять выполнение элементов лечебной гимнастики, чтобы подготовить мышцы к нагрузкам. Проводить процедуру желательно у специалиста, но в дальнейшем возможен и самомассаж. Движения во время сеанса должны быть плавными, давление на ткани легким. Руки массажиста должны перемещаться от периферии к центру – по ходу лимфатических сосудов. Нередко во время массажа используют специальный крем или масло, облегчающие скольжение.