

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ОСІБ  
ПІСЛЯ ЕНДОПРОТЕЗУВАННЯ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБА  
**Віра Рокошевська, Віталій Слодиницький, Олександр Пазичук**

*Львівський державний університет фізичної культури, м. Львів*

**Анотація.** Стаття присвячена проблемі відновного лікування хворих після ендопротезування кульшового суглоба за допомогою комплексного застосування методів фізичної реабілітації.

Теоретичні дослідження дозволили визначити функціональні зміни у хворих з ушкодженнями кульшового суглоба, а також ефективні засоби і методи фізичної реабілітації на відновному етапі лікування. Розроблено комплекси вправ для швидкого відновлення прооперованої кінцівки і зміцнення м'язів здорової ноги, плечового поясу та тулуба.

**Ключові слова:** фізична реабілітація, ендопротезування, кульшовий суглоб, відновне лікування.

**Abstract.** The article is devoted to the problem of restorative treatment of patients after hip replacement using complex application of physical rehabilitation methods.

It has been studied and determined functional changes in patients with injuries of hip joint. It has proposed effective physical rehabilitation means and methods at the recovery stage of treatment. It has been worked out exercise complexes for operated limb restoration and healthy leg, shoulder, girdle, trunk muscles strengthening.

**Key words:** physical rehabilitation, endoprosthetics, hip joint, rehabilitation.

**Актуальність роботи.** Ендопротезування кульшового суглоба та реабілітація після цієї операції є важливими складовими подолання захворювань та травм опорно-рухового апарату. За статистичними даними зарубіжних авторів щорічно ендопротезування потребує 1 пацієнт на 1000 населення. В Україні потреба дещо нижче – 1 особа на 3 тис., тобто щорічно близько 15 тис. людей потребують цього виду операції. Реально сьогодні в Україні виконується близько 4,5–5 тис. операцій на рік, що в 3 рази менше від потреби. Люди з ендопротезом потребують планової медичної реабілітації, яка повинна проводитись у спеціально організованих реабілітаційних центрах. Це дозволить на багато років продовжити «життя» ендопротеза в організмі людини і відкласти складну повторну операцію ревізійного ендопротезування. Все це має важливе соціально-економічне значення для нашої держави. Отже, тема фізичної реабілітації осіб після ендопротезування кульшового суглоба є на сьогодні дуже актуальною. Операцію тотального ендопротезування

зування кульшового суглоба можна назвати операцією століття. Даному напрямку дослідження присвячені роботи низки науковців, зокрема: Т. В. Заморський, Ю. Г. Ейтутіс, І. В. Рой, В. М. Майко, Г. І. Герцен, В. М. Шимон та інші

**Мета роботи:** проаналізувати ефективність відновного лікування хворих із ушкодженнями кульшового суглоба після його ендопротезування шляхом застосування комплексу методів фізичної реабілітації.

**Завдання дослідження:**

1. Вивчити особливості функціональних змін у хворих з ушкодженнями кульшового суглоба.
2. Проаналізувати засоби і методи фізичної реабілітації, які використовуються у відновному лікуванні хворих після ендопротезування кульшового суглобу.
3. Розробити комплекси вправ для відновлення функцій кульшового суглоба і статико-динамічної функції нижніх кінцівок хворих після ендопротезування кульшового суглоба.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури з обраної проблеми; педагогічні дослідження (бесіда, спостереження).

**Результати дослідження.** Захворювання та травми кульшового суглоба можуть призвести до різноманітних порушень: невроз виростків кісток стегна з деформацією кінцівки; остеоартроз кульшового суглобу у третій і четвертій рентгенологічній стадії; асептичний некроз головки кульшового суглоба з деформацією; сильний больовий синдром, а також функціональне порушення кінцівки при повній безрезультатності консервативної терапії; ураження кульшового суглоба на тлі ревматичних захворювань; руйнування кульшового суглоба з видимою протрузією кульшової западини; фіброзний анкілоз; м'язова контрактура; кістковий анкілоз; вкорочення нижньої кінцівки через пошкодження суглоба; істотні травматичні зміни в суглобі з порушенням функціональності. Реабілітація хворих після операцій ендопротезування кульшового суглоба посідає важливе місце в системі лікування хворих з патологією кульшового суглоба. Існують такі загальноприйняті засоби фізичної реабілітації: лікувальна фізкультура; масаж; гігієнічні (природні) фактори; механотерапія; працетерапія; психотерапія.

Аналіз науково-методичної літератури дозволив нам виділити такі основні періоди реабілітації: доопераційний період; післяопераційний період, який розподіляється на ранній післяопераційний, найближчий післяопераційний, пізній післяопераційний, період функціонального відновлення; період соціальної й трудової адаптації.

У кожному з цих періодів потрібен індивідуальний підхід до пацієнта, а також, що дуже важливо, постійний диспансерний нагляд за пацієнтом.

Безсумнівно, запорукою ефективності оперативного втручання є ретельне дотримання технології і відновного лікування з урахуванням особли-

востей пацієнта, індивідуальним підходом до вибору й дозування засобів функціональної терапії. Все це необхідно проводити у залежності від ступеня порушення статико-динамічної функції, віку пацієнта, наявності патології іншого суглоба, поперекового відділу хребта й супутніх захворювань.

Завданнями відновної терапії є профілактика ранніх післяопераційних ускладнень, відновлення функції нового суглоба, відновлення стереотипу ходьби, навчання правильним навичкам самообслуговування й рухової активності у повсякденному житті, відновлення функції навколо-суглобових м'язів та підтримання їх витривалості. З метою профілактики пізніх післяопераційних ускладнень необхідне обмеження деяких видів рухової активності впродовж усього життя.

При суворому дотриманні всіх вищезгаданих етапів реабілітації під постійним диспансерним наглядом лікаря можливе максимальне відновлення соціальної й трудової реабілітації пацієнтів з ендопротезами кульшового суглоба, що дає можливість покращити якість їх життя та можливість самообслуговування цього важкого контингенту хворих.

Нами розроблено комплекс вправ, який допоможе пришвидшити процес відновлення кінцівки, яку було прооперовано, а також зміцнить м'язи здорової ноги, верхнього плечового поясу та тулуба. Фізичні вправи є основою фізичної реабілітації, оскільки вони ефективно впливають на організм.

Порушення правил поданого вище відновного й лікувального процесу після операції на кульшовому суглобі може призвести до різного роду ускладнень на будь-якому етапі лікування і зумовити проведення повторної операції.

**Висновок.** Отже, нами проведено аналіз функціональних змін у хворих з ушкодженнями кульшового суглоба та засобів і методів фізичної реабілітації, які використовуються в ортопедо-травматологічній практиці, зокрема, у відновному лікуванні хворих після ендопротезування кульшового суглобу. Проведене теоретичне дослідження дозволило розробити комплекс вправ, спрямований на відновлення прооперованої кінцівки і зміцнення м'язів здорової ноги, плечового поясу та тулуба. Дотримання усіх рекомендацій та систематичне виконання запропонованого комплексу вправ допоможе пацієнту уникнути різного роду ускладнень та слугуватиме запорукою його швидкого одужання.

#### *Список використаних джерел:*

1. Вакуленко А. В. Інфекційні ускладнення тотального ендопротезування кульшового суглоба: прогнозування та профілактика : автореф. дис. ... канд. мед. наук : [спец.] 14.01.21 „Травматологія та ортопедія” / А. В. Вакуленко. – Донецьк, 2008. – 19 с.

2. Мятіга О. М. Фізична реабілітація в травматології та ортопедії : матеріали для читання лекцій / О. М. Мятіга. – Харків, 2013. – Ч. 1. – 222 с.