

ГОО ВПО ДОННМУ ИМ.М.ГОРЬКОГО
КАФЕДРА МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ, ЛФК
И ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ЛЕЧЕНИЕ КОКСАРТРОЗА

Асс. Лыкова Л.А.

КОКСАРТРОЗ (АРТРОЗ ТАЗОБЕДРЕННОГО СУСТАВА)

– это хроническая патология, сопровождающаяся постепенным разрушением хрящевой ткани пораженной области с последующим вовлечением в процесс расположенных рядом структур.



СИМПТОМЫ КОКСАРТРОЗА

- ✘ боли в тазобедренном суставе (возникают периодически, носят ноющий характер);
- ✘ неровная неуверенная походка (прихрамывание);
- ✘ появление хруста в суставе;
- ✘ подвижность поврежденной ноги ограничена (на начальной стадии чувствуется тяжесть и скованность в движениях, быстрая утомляемость, общее недомогание);
- ✘ появление атрофии мышц бедра (объем и тонус мышц меняется, вызывая боль в колене).

КЛАССИФИКАЦИЯ

- ✘ I стадия – незначительное ограничение движений, небольшое, неотчетливое, неравномерное сужение суставной щели, легкое заострение краев суставных поверхностей (начальные остеофиты).
- ✘ II стадия – ограничение подвижности в суставе, грубый хруст при движениях, умеренная амиотрофия, выраженное сужение суставной щели в 2-3 раза по сравнению с нормой, значительные остеофиты, субхондральный остеосклероз и кистовидные просветления в эпифизах.
- ✘ III стадия – деформация сустава, тугоподвижность, отсутствие суставной щели, деформация и уплотнение суставных поверхностей эпифизов, обширные остеофиты, суставные «мышцы», субхондральные кисты.

ЛЕЧЕНИЕ КОКСАРТРОЗА

Лечение тазобедренного сустава зависит от его стадии и выраженности симптомов. Патология требует комплексного подхода с использованием различных методов:

- ✘ медикаментозное лечение;
- ✘ немедикаментозное лечение (физиотерапия, лечебная физкультура);
- ✘ хирургическое лечение;
- ✘ коррекция образа жизни и диета.

ВИДЫ ФИЗИПРОЦЕДУР

- ✗ магнитотерапия;
- ✗ лазеротерапия;
- ✗ различные виды электрофореза и фонофореза (сопровождаются введением обезболивающих лекарств);
- ✗ механотерапия;
- ✗ массаж и ЛФК.



ОСОБЕННО ЭФФЕКТИВНА ФИЗИОТЕРАПИЯ ПРИ 1 И 2 СТЕПЕНИ ЗАБОЛЕВАНИЯ, КОГДА ХРЯЦЕВАЯ ТКАНЬ НЕ РАЗРУШЕНА ПОЛНОСТЬЮ.

АППАРАТНАЯ ФИЗИОТЕРАПИЯ СПОСОБСТВУЕТ:

- ✘ Уменьшению контрактур болевых ощущений;
- ✘ Увеличению объема движений в суставах;
- ✘ Уменьшению дегенеративных процессов;
- ✘ Повышению качества жизни пациентов.

ЛАЗЕРНАЯ ТЕРАПИЯ

Действие лазеротерапии заключается в направлении на больной сустав пучка света, который состоит из ультрафиолетового или инфракрасного излучения.

Процедура оказывает следующее воздействие:

- ✗ глубоко проникает в ткани (до 7 см);
- ✗ купирует воспалительные процессы;
- ✗ уменьшает боли;
- ✗ улучшает циркуляцию крови;
- ✗ способствует регенерации поврежденных тканей.

ЛАЗЕРНАЯ ТЕРАПИЯ

Методика

контактная: излучатель
перемещают вокруг
пораженного сустава.
Плотность потока
энергии (энергетическая
облученность) – 10
мВт/см кв.,
продолжительность
процедуры 5-8 мин,
через день, курс – 10-12
процедур.



ЭЛЕКТРОФОРЕЗ

Процедура воздействует на больной сустав постоянным электрическим током и вводимым с его помощью лекарственным веществом, которые оказывают местное терапевтическое действие. При этом лекарственные вещества попадают сразу в очаг воспаления.

ЭЛЕКТРОФОРЕЗ

Эффект от электрофореза зависит от применяемых лекарств:

- ✘ Новокаин и Лидокаин обезболивают;
- ✘ Димексид устраняет воспаление;
- ✘ Карипаин и Лидаза повышают подвижность сустава;
- ✘ Литий стимулирует выработку коллагена и способствует регенерации хрящевых тканей.

ЭЛЕКТРОФОРЕЗ

Каждая процедура длится от 10 до 20 минут. Для достижения максимального эффекта необходимо пройти 15-20 сеансов. Электрофорез применяется как дополнение к комплексной терапии и позволяет уменьшить пероральный прием лекарственных препаратов.

МАГНИТОТЕРАПИЯ

Воздействие магнитным полем активирует артериальное и капиллярное кровообращение, улучшает обменные процессы, оказывает непосредственное и фундаментальное воздействие на метаболизм клеток и трофику тканей.

Положительное воздействие:

- ✗ уменьшение болевого синдрома;
- ✗ снятие напряжения гладкой мускулатуры;
- ✗ активация обменных процессов;
- ✗ восстановление хрящевых тканей;
- ✗ улучшение подвижности сустава.

ДДТ И СМТ

- ✘ Диадинамические токи СМТоки обладают выраженным противовоспалительным и анальгезирующим действием, улучшают трофику тканей суставов, мышц.
- ✘ Синусоидальные модулированные токи: режим переменный III-IV p. p., ЧМ- 70-100 Гц, глубина модуляции 50-100%, по 5 минут каждым родом работы №8-10.

ДЕЦИМЕТРОВОЛНОВАЯ ТЕРАПИЯ (АП-Т ВОЛНА-2М)

- ✘ в слаботепловых дозах (20-40Вт) с зазором 3-5см по 6-10 минут на сустав ежедневно №12-14.

УЛЬТРАЗВУКОВАЯ ТЕРАПИЯ

- ✘ Применяется для уменьшения его воспаления и повышения подвижности за счет повышения эластичности коллагена
- ✘ Положение больного – лёжа на боку. Воздействуют вокруг сустава. Интенсивность 0,6-0,8 Вт·см⁻², режим непрерывный, методика лабильная, контактная, продолжительность – 5-10 мин, ежедневно или через день, курс – 10 процедур.

ТРАКЦИОННАЯ ТЕРАПИЯ

- ✘ Тракция - метод механического воздействия на околосуставные мягкие ткани и мышцы, позволяющий разгрузить постоянно соприкасающиеся суставные поверхности.
- ✘ Противопоказания: тендиниты и тендовагиниты н/конечностей, выраженный синовит, корешковый синдром, тромбофлебиты.

КАРБОКСИТЕРАПИЯ

- ✘ Введение в ткани опорно-двигательного аппарата (подкожно, внутримышечно, внутрисуставно) молекулярного углекислого газа (CO₂).
- ✘ Стимулирует обменно-трофические процессы, обладает противовоспалительным действием, усиливает лимфоток, усиливает тканевое и коллекторное кровообращение, обладает антиалгическим действием.

ЛЕЧЕНИЕ БОЛЬНЫХ КОКСАРТРОЗОМ С ЯВЛЕНИЯМИ ВТОРИЧНОГО СИНОВИТА

- ✘ Наиболее целесообразный метод-криотерапия. Под ее действием уменьшается тканевая гипоксия, снижается мышечный спазм, усиливается лимфовенозный отток, стихает болевой синдром.

ЛЕЧЕНИЕ БОЛЬНЫХ КОКСАРТРОЗОМ С ЯВЛЕНИЯМИ ВТОРИЧНОГО СИНОВИТА

- ✘ Местная криотерапия на пораженные суставы - метод, который практически не имеет противопоказаний.
- ✘ Холодовые аппликации при помощи криоаппликаторов $t-10-15^{\circ}\text{C}$ поперечно на пораженный сустав 8-10 минут до 20 процедур.

ЛЕЧЕНИЕ БОЛЬНЫХ КОКСАРТРОЗОМ С ЯВЛЕНИЯМИ ВТОРИЧНОГО СИНОВИТА

- ✘ Наиболее высокий эффект при синовите достигается при комбинированном применении на пораженный сустав:
 - ✘ 1. Холодового воздействия.
 - ✘ 2. Комплекса упражнений лечебной гимнастики в течении 15-20 минут.
 - ✘ 3. Ультразвуковой терапии (режим импульсный или непрерывный, интенсивность 0,4-0,7Вт/см², 5-10 минут на каждое поле, ежедневно №10-12).

ЛЕЧЕНИЕ БОЛЬНЫХ КОКСАРТРОЗОМ С ЯВЛЕНИЯМИ ВТОРИЧНОГО СИНОВИТА

- ✘ Применяются аппликации «холодной» иловосульфидной грязи (24-25С) в течении 15-20 минут.
- ✘ Это приводит к улучшению крово- и лимфообращения, уменьшению отека, уменьшению воспаления, улучшению функции пораженного сустава.
- ✘ Они хорошо переносятся больными и не вызывают обострения.

БАЛЬНЕОТЕРАПИЯ

- ✘ Хлоридно-натриевые ванны стимулируют обмен веществ, способствуют улучшению венозного оттока.
- ✘ Концентрация 20-60г/л, t- 36-37С, 10-20 минут №10-12.

БАЛЬНЕОТЕРАПИЯ

- ✘ Родоновые ванны оказывают выраженное анальгезирующее и противовоспалительное действие.
- ✘ Концентрация 1,5-3,0 кБк/л (40-8-нКи/л), t-36-37С, 10-15 минут №10-12 (4-5 ванны в неделю)

БАЛЬНЕОТЕРАПИЯ

- ✘ Йодобромные ванны уменьшают воспалительные явления в суставах, улучшают процессы обмена, функцию центральной нервной и сердечно-сосудистой систем.
- ✘ Концентрация йода 10мг/л, брома 25мг/л, - 37С, 10-15 минут №10-12 (4-5 ванн в неделю).

БАЛЬНЕОТЕРАПИЯ

- ✘ Сероводородные ванны усиливают микроциркуляцию, а также трофические процессы в тканях суставов, повышают секреторную функцию синовиальной оболочки, улучшают питание хряща и кости.
- ✘ Концентрация 50-150 мг/л, t- 36-37С 10-15 минут №10-12 через/день.

ПЕЛОИДОТЕРАПИЯ

- ✘ Грязи температурой 38-40 °С, продолжительность воздействия от 15 до 30 мин, курс – 10-12 процедур, проводимых ежедневно или два дня подряд с последующим днем перерыва. Аппликации проводят непосредственно на пораженные суставы, либо части тела (перчатки, сапоги, брюки и т.д.), включающие пораженные суставы, мышцы, связочный аппарат. При средней активности воспалительного процесса методика грязелечения должна быть щадящей (температура 37-38 °С, по 8-10 мин, через день, 8-10 процедур).



ЛЕЧЕБНАЯ ГИМНАСТИКА И МАССАЖ

- ✘ Гимнастика способствует укреплению мышц и улучшает циркуляцию крови. Утренняя гимнастика не только пробуждает организм после сна, но и поднимает из нижних отделов сустава синовиальную жидкость. Синовиальная жидкость смазывает хрящевую ткань необходимыми питательными веществами, которые увеличивают стойкость хряща к нагрузкам в течение дня.
- ✘ Однако при коксартрозе следует грамотно подбирать физические упражнения. Слишком резкие и энергичные движения могут вызвать резкую боль и травмировать сустав. Рекомендуется ходить в бассейн, так как плавание способствует укреплению мышц, разгружает сустав и не вызывает травмы.
- ✘ Массаж при коксартрозе является очень эффективным и безопасным методом. Он улучшает кровообращение, укрепляет мышцы, снимает болезненные спазмы, отечность и напряжение мышц. Во время массажа тазобедренного сустава, поясницы и спины происходит расслабление мышц, за счет чего синовиальная жидкость распределяется по всему хрящу.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!