

Комплексна кинезитерапевтична програма при пациенти с лимфедем на долните крайници

Цветомир Цанков, Иван Орфеев, Пенка Баракова

Complex physical therapy programme for patients with lymphoedema: The present announcement aims at studying the effectiveness of MLD applied on patients with axillaries lymph dissection as a result of carcinoma mama. Four patients have been studied and the results are very good. The study goes on after the procedures.

Key words: emptying, reabsorbing, inciting

ВЪВЕДЕНИЕ

Въведение: През април 2008 год. в град Русе открихме кинезитерапевтичен салон - "Хигия-КТ", с цел покриване нуждите на част от пациентите от града с различни заболявания, нуждаещи се от рехабилитация. Интерес за нас бяха болестите на съвременната цивилизация, като атеросклероза, хипертонична болест, дегенеративни заболявания на опорно-двигателния апарат и др.(2, 3), и тяхната рехабилитация.

Във връзка с нашата тясна специализация, особено внимание обръщаме на кинезитерапията при съдови заболявания, включително съдов застои след хирургични, онкологични интервенции (1,2,4).

Цел: Целта на предлаганото съобщение е да споделим своя опит в комплексното рехабилитационно лечение на пациентки с лимфедем на долните крайници по повод на тотална хистеректомия.

Материал и методика: За пет месечният период от създаването на кинезитерапевтичният център "Хигия-КТ" за рехабилитация са преминали всичко 65 болни, от тях със съдови заболявания 14 пациента, от които 8 са жени, на средна възраст 58,6 год. Същите са с диагноза лимфедем на долните крайници по повод на тотална хистеректомия поради Ca colli uteri.

Комплексната програма прилагана при тези пациенти включваше:

1. **Дренажно положение** - 2 пъти на ден по 30мин. (преди и след останалите процедури);
2. **Лечебна гимнастика** – 1 път на ден с времетраене 30 мин.; Упражненията се изпълняваха след първата дренажна позиция от тилен лег, страничен и лицев. Изключително внимание обръщаме на **упражнения за глезенна става**, както и на изометричните упражнения за двата долни крайника по тип "**затворена кинетична верига**". Правим повече от 10 **изометрични упражнения** в серии по 15-20 пъти. Разчитаме на изпомпващия ефект от една страна на изометричните упражнения и от друга на увеличаване силата и тонуса на мускулатурата на долните крайници;
3. **Мануален лимфен дренаж** – изпълнението на същия върви в определена последователност: последователно изпразване - **emptying** на ингвиналните лимфни възли, преминаване към поплитеалните, последващо изцеждане - **reabsorbing** на отока в посока бедро към ходило и избутване обратно с техника **inciting**. Времетраене на процедурата е 20мин.. След изпълнението на мануалния лимфен дренаж поставяме **компресивни превръзки** за 6 или повече часа (1).

РЕЗУЛТАТИ:

За отчитане ефективността на приложената методика извършихме сантиметрия на засегнатият крайник преди започване на лечебния курс, етапно след всяка процедура и в края на едномесечното лечение. Съпоставяме данните на тази

комплексна програма с предишни наши изследвания, при които изпълнявахме само мануален лимфен дренаж.

Таблица 1 Сантиметрия на долни крайници

| Показател | 1 програма | 2 програма | 1 програма | 2 програма |
|------------------|------------|------------|------------|------------|
| Обиколка | Начало | Начало | Край | Край |
| Бедро 10 см | 44,5см | 44см | 43см | 42см |
| Бедро 15 см | 46см | 45см | 45,5см | 44см |
| Подбедрица 15 см | 40,5см | 40см | 39см | 37,5см |
| Коляно | 42,5см | 41,5см | 42см | 39,5см |

АНАЛИЗ:

Данните от сантиметрията показват, че програмите повлияват благоприятно трофичните процеси на долните крайници. По-добро е повлияването на кръво и лимфообръщението при пациентите, на които прилагахме комплексна кинезитерапевтична програма – дренажно положение, лечебна гимнастика и мануален лимфен дренаж, с последваща еластокомпресивна превръзка. Включването на нашите болни в по-активен режим им даде също самочувствие за увеличаване на битовата активност.

ИЗВОДИ:

1. Въвеждането на оптимизирана кинезитерапевтична програма, включваща дренажно положение, лечебна гимнастика и мануален лимфен дренаж при пациенти с лимфедем по повод тотална хистеректомия поради *Sa colli uteri* подобрява самочувствието на болните, прави ги по-активни и подобрява функцията на долните крайници.

2. Кинезитерапевтичната програма е важна профилактична и терапевтична част от общия лечебен план в следоперативно възстановяване на пациенти с лимфедем.

3. Перфектно изпълнената програма - дренажно положение, лечебна гимнастика и мануален лимфен дренаж, съчетани с компресивни превръзки оказват благоприятно въздействие върху резорбцията на лимфедема (макар с краткотраен ефект).

Методиката е в начален етап на апробиране в практиката и резултатите от евентуалната и по-късна ефективност е обект на допълнителни проучвания и анализ.

ЛИТЕРАТУРА:

- [1] Белградо, Ж., МЛД, лекционен курс втора част, Русе 2006 год.
- [2] Баракова, П. - лекционен курс вътрешни болести, Русе 2006 год.
- [3] Георгиев, Г. - лекционен курс кинезитерапия при хирургия 2004 год.
- [4] Трудове на Научна конференция-2008; Мануален лимфен дренаж при пациенти с лимфедем на долните крайници; Цанков, Ц.; Орфеев, И.

За контакти:

Цветомир Цанков, тел. 0893463216; e-mail ceci_cankov@abv.bg
 Иван Орфеев, тел 0896781594; e-mail Ivan_orfeev@abv.bg
 доц. П. Баракова, д.п., 5800, Плевен, ул. Морава 2, Б-2, тел. 064 83 57 05,
 0899955088, e-mail: mrsbarakova@abv.bg

Докладът е рецензиран.