Профилактика контрактур у детей со спастическими формами неврологических заболеваний в домашних условиях

ОГБУСО РЦ СОСНОВАЯ ГОРКА

о проблеме

КОНТРАКТУРА СУСТАВА — ОГРАНИЧЕНИЕ ПАССИВНЫХ ДВИЖЕНИЙ В СУСТАВЕ, ТО ЕСТЬ ТАКОЕ СОСТОЯНИЕ, ПРИ КОТОРОМ КОНЕЧНОСТЬ НЕ МОЖЕТ БЫТЬ ПОЛНОСТЬЮ СОГНУТА ИЛИ РАЗОГНУТА В ОДНОМ ИЛИ НЕСКОЛЬКИХ СУСТАВАХ, ВЫЗВАННОЕ РУБЦОВЫМ СТЯГИВАНИЕМ КОЖИ, СУХОЖИЛИЙ, ЗАБОЛЕВАНИЯМИ МЫШЦ, СУСТАВА, БОЛЕВЫМ РЕФЛЕКСОМ И ДРУГИМИ ПРИЧИНАМИ.

профилактика контрактур

Контрактуру легче предупредить, чем вылечить. Для предупреждения развития контрактур необходимо:

- как можно раньше начинать проводить гимнастику в виде активных и пассивных упражнений, затрагивающих, по возможности, все суставы, особенно те, которые находятся в малоподвижном состоянии. При этом следует избегать грубых насильственных пассивных движений, вызывающих боль и рефлекторный мышечный спазм;
- обеспечить правильное положение конечности (в положении, соответствующем среднему физиологическому) при параличе мышц или в случае иммобилизации конечности гипсовой повязкой;
- проводить мероприятия, направленные на уменьшение боли в суставах и прилегающих частях конечности.

СУЩЕСТВУЮТ ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ ПРИСПОСОБЛЕНИЯ - ОРТЕЗЫ. ОНИ ПОДДЕРЖИВАЮТ КОНЕЧНОСТЬ В ПРАВИЛЬНОМ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОМ ПОЛОЖЕНИИ.

✓ Для профилактики контрактуры суставов кисти нужно не позволять пальцам сжиматься в кулак. Можно применить специальный конус, обшитый мягкой тканью, лучше овечьей шерстью. Или дать больному в руку обычный теннисный мяч.

✓ Для профилактики контрактуры суставов стопы нужно освободить стопу от давления одеяла, и придать ей положение под углом 90 градусов. Для этого можно подоткнуть под ноги больного подушку, либо коробку. Можно воспользоваться ортезом.

Рекомендуется для предотвращения контрактур выполнять:

- Сгибания / разгибания в крупных суставах – локтевом, коленном, плечевом;
- Вращения в суставах (плечевом, локтевом, лучезапястном, коленном, голеностопном);
- Стимулирование мелкой моторики суставов пальцев рук и ног;
- Сгибание и разгибание бедер и поясницы путем усаживания пациента (спина должна быть прямой).

Положение в кровати как профилактика возникновения контрактур

Для лежачих больных с ограниченной подвижностью важно выбирать такую позу, которая не спровоцирует дополнительного спазма мускулатуры. Наиболее удобной позой считается лежание на боку, со слегка согнутыми локтями и коленями. Голова приподнята и чуть опущена вперед. Под руку и ногу, которые находятся сверху, подкладываются подушки или валики. Спазму пальцев и сильному сжатию ладони в кулак препятствует подобранный по размеру руки мячик из резины или плотной ткани.

Приподнимая больного в постели необходимо с помощью подушек и подвижного изголовья кровати добиваться ровного положения спины. Длительное нахождение в полусогнутом состоянии усиливает спазм мышц, и провоцирует прогрессирование контрактур.

В целом рекомендуется не укладывать пациента надолго на спину, т.к. именно в этой позе наиболее высока вероятность развития пролежней и скапливания жидкости в бронхах и легких. Для профилактики подобных осложнений необходимо переворачивать больного каждые 4-6 часов.