

Fizjoterapia w zapaleniu stawów

Arthritis

Leczenie zapalenia stawów koncentruje się wokół środków:

- kontrolujących ból,
- poprawiających funkcję stawów,
- zwiększających i utrzymujących masę i wytrzymałość mięśniową,
- zwiększających funkcjonalną czynność pacjenta.

Ponieważ choroba ta ma przebieg przewlekły, dlatego ważna jest kontrola bólu poprzez zastosowanie możliwie małej dawki środków przeciwbólowych albo, wyłączenie środków przeciwbólowych, wykorzystując skuteczne leczenie fizykalne takie jak :

- ciepłolecznictwo
- obniżenie masy ciała
- ćwiczenia w wodzie
- TENS
- Masaż

Podwodne ćwiczenia są bardzo korzystne dla psów cierpiących na zapalenie kości.

Fizyczne właściwości wody uwzględniają ułatwienie ruchu w zarażonym, chorym stawie oraz podtrzymują siłę i wytrzymałość pacjenta.

Wyniki badania fizykalnego :

- ograniczony zakresu ruchu
- zanik mięśniowy
- zmniejszona wydolność, aktywność fizyczna

Cele rehabilitacji :

- kontrola bólu
- utrzymanie czynnego zakresu ruchomości
- poprawa ogólnej czynności kończyn
- wzrost masy i siły mięśniowej

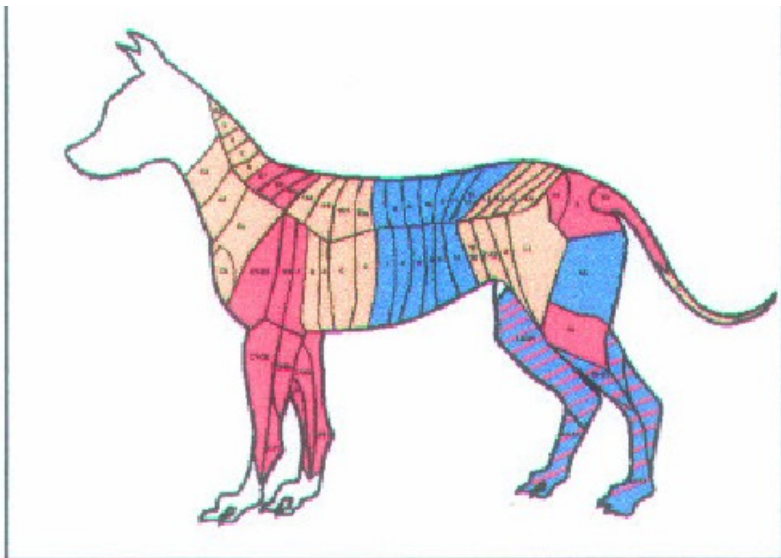
Plan leczenia:

BÓL PRZEWLEKŁY	OSTRY	Techniki	Zastosowanie	Częstość
- krioterapia: zimne okłady	- stosowane miejscowo na stawy objęte zapaleniem			
- ciepłolecznictwo: ciepłe okłady IR – lampa podczerwień	- stosować tylko przy normalnej temperaturze stawów w miejscach sztywnych lub bolących			
TENS	- odpowiedni sposób wykonania - wzdłuż i/lub poprzeczne ułożenie			
MASAŻ	- użyć segmentarnej stymulacji u pacjentów którzy nie tolerują miejscowego leczenia - używać tylko delikatnych technik które zmniejszają napięcie mięśniowe			
	- współleczenie obszarów wtórnych napięcia			

ESWT		3 razy	
Radial Extracorporeal	- używać stosując się do instrukcji producenta	tydzień	
Shock-Wave Therapy		przerwy	
	- krioterapia: zimne okłady		- stosowane miejscowo na stawy objęte
ŚREDNI	- ciepłolecznictwo: ciepłe okłady IR – lampa podczerwień	zapaleniem	2 razy/24h
			- stosować tylko przy normalnej temperaturze stawów w miejscach sztywnych lub bolących
NSAID	- stosowane miejscowo na stawy objęte	2 razy/24h	
Niesterydowe leki przeciwzapalne	zapaleniem		
TENS	- wzdłuż i/lub poprzeczne ułożenie - używać tylko delikatnych technik	1-2 razy/24h	
MASAŻ	które zmniejszają napięcie mięśniowe - współleczenie obszarów wtórnych napięcia	1-2 razy/24h	
ESWT		3 razy	
Radial Extracorporeal	- używać stosując się do instrukcji producenta	1tydzień	
Shock-Wave Therapy		przerwy	
			- stosować pulsacyjne 0,5-1,5W/cm ²
ŁAGODNY	US		2-3 razy /tydzień
	Ultradźwięki		w miejsca największego bólu
			- stosować ciągłą fale przy sztywnych stawach i mięśniach
	- krioterapia: zimne okłady	2-3 razy	
	- ciepłolecznictwo: zapaleniem	/tydzień	
	ciepłe okłady	2-3 razy	
	IR – lampa podczerwień	/tydzień	
		2-3 razy	
TENS	- wzdłuż i/lub poprzeczne ułożenie	/tydzień	
	- leczone są zajęte przez chorobe	2-3 razy	
MASAŻ	kończyny i miejsca wtórnego napięcia	/tydzień	
ESWT		3 razy	
Radial Extracorporeal	- używać stosując się do instrukcji producenta	1tydzień	
Shock-Wave Therapy		przerwy	

BÓL OSTRY	- krioterapia:	- stosowane miejscowo na stawy objęte zapaleniem	2-3 razy/24h
	zimne okłady	- w miejsca zwiększonego ucieplenia	
TENS	- tylko stymulacja segmentowa	Raz dziennie	
Ćwiczenia	- ograniczenie ćwiczeń		

TENS –Rozmieszczenie elektrod w stymulacji segmentarnej.



STAWY, FUNKCJA KOŃCZYN, ZANIK MIĘŚNIOWY	OSTRY	Technika	Procedura Czas
	- zaczynać powoli		
	- zaczynać od krótkich treningów		
Ćwiczenia czynne	- powolny chód	kilka	
	- chód zapadający, śnieg, piasek	razy w ciągu dnia	
	- ćw.z siadu do stania		
	- ćw.potrząśnięcia łapą		
	- pobudzać odruch zgięcia przeciw		
Ćwiczenia bierne	oporowi	2-3x/	
	- ćw.bierne (obrazki)	dzień	
	- stretching		
Podwodne ćwiczenia	- zaczynać od krótkiego treningu	2-3x/	
	- wzrastać stopniowo	tydz.	

NMES			
Neuromuscular Electrical Nerve Stimulation	- używać jako uzupełnienie ćwiczeń	2-3x/ tydz.	
		- krótkie spacery	
		- upewniać się że pacjent chodzi wolno	kilka
SREDNI	Ćwiczenia czynne	- ćw.z siadu do stania	razy w ciągu dnia
		- ćw.potrząsania łapą	
		- obciążać	
Ćwiczenia bierne	- j.w	2-3x/ dzień	
	-	2-3x/ tydz.	
NMES	- j.w	tydz.	
Podwodne ćwiczenia	- obciążać kd ,lub stosować ręczny opór jeśli jest to konieczne	2-3x/ tydz.	
		- kontynuacja ruchu	kilka
ŁAGODNY	Ćwiczenia czynne	- ruch przed siebie	razy w ciągu dnia
		- spacerować normalnie i szybkim tempem ,używając obciążenia jeśli to jest konieczne	
Podwodne ćwiczenia	- powolny wzrost szybkości i czasu trwania	2-3x/ tydz.	
Ćwiczenia bierne	- j.w	2-3x/ dzień	

Podwodne ćwiczenia :



Ćwiczenia bierne :

1.Zgięcie w st.nadgarstkowym



2. Wyprost w st. nadgarstkowym



3. Zgięcie w st. łokciowym



4. Wyprost w st. łokciowym



5. Wyprost w st. barkowym



6. Zgięcie w st. barkowym



7.Zgięcie stępu



8.Wyprost stępu



9.Zgięcie w st.kolanowym



10.Wyprost w st.kolanowym



11.Zgięcie w st.biodrowym



12. Wyprost w st. biodrowym



Leczenie stawu barkowego i łokciowego

Fizjologia	Typ – staw barkowy	Funkcja	Ruch	Zakres ROM
			-Wyprost	
			-Zgięcie	Zgięcie 50°-60°
Fizjologia	kulisto-panewkowy	mieszana	-Nieznaczny stopień	Wyprost 160°-170°
			ruchów bocznych	
			Zakres ROM	
Typ – staw łokciowy		Funkcja	Ruch	
			-Wyprost	
			-Zgięcie	Zgięcie 30°-40°
złożony -składa się ze stawu				
ramiennie-promieniowego i ramiennie-łokciowego	mieszana		-Nieznaczny stopień	Wyprost 160°-170°
			ruchów rotacyjnych	

Wyniki badania fizykalnego st.barkowego i łokciowego:

Powszechnie występujący wtórny ból mięśni :

- szyi
- połączeń piersiowo-łędźwiowych
- połączeń łędźwiowo-krzyżowych
- kończyn górnych i dolnych po przeciwnych stronach
- kończyny górnej -7 triceps

Techniki:

Staw barkowy Technika Procedura

- Staw barkowy TENS
- stymulacja miejscowa (rys.)
 - segmentowe ułożenie (rys.)

- szyja i kręgosłup , kkg i kkd miejsca zajęte przez proces chorobowy oraz po przeciwnej stronie

Staw barkowy **MASAŻ**

- mobilizacja łopatki :

Ułóż oba kciuki kaudalnie (do ogonowo) na łopatce a palce niech spoczywają kranialnie (do czaszkowo) na grzbiecie łopatki, następnie ostrożnie porusz całą łopatką w kierunku czaszkowo-grzbietowym i do ogonowym (rys.)

Staw barkowy **NMES**

- mięsień ramienny (rys.)

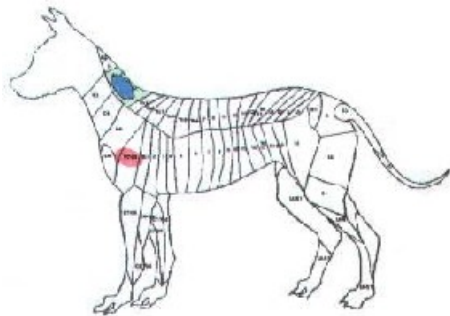
Staw barkowy **ESWT**

- zgodnie z instrukcją

TENS - Ułożenie elektrod w stymulacji lokalnej :



TENS – Ułożenie elektrod w stymulacji segmentarnej :



Mobilizacja łopatki:



Stymulacja nerwowo-mięśniowa:



Bibliografia:

Essential Facts of Physiotherapy in Dogs & Cats -Rehabilitation and Pain Management

Tłumaczenie : E.Żak rudziuchna@poczta.onet.pl