

Массаж при переломах костей конечностей

Массаж и лечебная гимнастика являются обязательными элементами лечения при закрытых переломах. При открытых переломах, сопровождающихся местной и общей инфекцией, массаж противопоказан.

При закрытых переломах массаж выполняется на всех стадиях его заживления начиная со 2–3 дня после перелома. Ранний массаж способствует уменьшению болей, ускорению рассасывания кровоизлияния в области перелома, улучшению трофики поврежденных тканей, сокращению срока образования костной мозоли и восстановлению функции поврежденной конечности.

Массировать больную конечность можно как в гипсовой повязке, так и при наложении скелетного вытяжения.

Задачи массажа:

- 1) улучшить крово- и лимфообращение;
- 2) ускорить процесс регенерации тканей;
- 3) оказать обезболивающее действие;
- 4) уменьшить напряжение мышц;
- 5) предупредить атрофию мышц.

При переломах костей верхних конечностей воздействуют массажем в области верхнегрудного и шейно-затылочного отделов. При переломах костей нижней конечности массируют нижнегрудной и пояснично-крестцовый отделы. Затем массируют здоровую конечность и сегменты пораженной конечности, свободные от гипсовой повязки. При локализации повреждений на верхних конечностях массируют верхнюю часть спины от линии, соединяющей нижние углы лопатки до надплечья, где используют прием поглаживания 1–2 вида (прямолинейное, попеременное), прием растирания 1–2 вида (основанием ладони, ребром ладони) и спиралевидные движения, применяемые при массаже трапециевидной мышцы (спиралевидное подушечкой большого пальца, спиралевидное подушечками четырех пальцев, спиралевидное фалангами согнутых пальцев, спиралевидное бугром большого пальца).

На здоровой конечности выполняют приемы и методику по классическому принципу, т. е. плечевой сустав, плечо, предплечье и кисть.

На грудных мышцах выполняют приемы поглаживания, потряхивания и 1–2 приема разминания в медленном темпе.

На верхней конечности при переломах костей кисти и пальцев массируют мышцы плеча, предплечья и места выше гипсовой повязки. После снятия лангеты производят поглаживание, растирание и разминание пальцев кисти, вибрацию пальцами места перелома. Активные и пассивные движения – по мере возможности применения.

При переломах костей предплечья проводят массаж плеча, локтевого сустава, места выше и ниже перелома, а также кисти. Когда костная мозоль достаточно окрепнет и гипсовую повязку снимают, включают массаж предплечья. Сначала производят легкое поглаживание и поколачивание, затем включают приемы растирания и разминания.

При переломах плечевой кости делают массаж надплечья и шеи, предплечья и кисти. С переходом на съемные гипсовые лангеты включают и массаж плеча, вибрацию пальцами места перелома, активные и пассивные движения. Продолжительность процедуры 10–15 мин.

При локализации повреждений на нижних конечностях применяют массаж на нижней части спины, поясничном отделе, области таза, здоровой конечности и затем массируют сегменты выше места перелома, нижние отделы конечности (ниже места перелома), а при снятии гипса – больной участок.

На нижней части спины приемы поглаживания и растирания (по 1–2 видам) применяются от подвздошных костей до линии, соединяющей углы лопаток.

Приемы разминания применяются на мышцах спины от крестца до нижнего угла лопатки (спиралевидное подушечкой большого пальца, спиралевидное фалангами согнутых пальцев). Проводят сначала на одной, потом на другой стороне.

Вдоль позвоночного столба используют приемы – прямолинейное разминание подушечками 2—3-го пальцев, воздействуют на промежутки между отростками.

На поясничном отделе применяются приемы – прямолинейное поглаживание и разминание подушечкой и бугром большого пальца, спиралевидное подушечкой большого пальца, спиралевидное подушечками четырех пальцев, спиралевидное основанием ладони, на одной и другой стороне.

Область таза и здоровая конечность массируются по общепринятой методике с применением сокращенного количества приемов.

На больной ноге при переломе костей стопы применяют приемы на мышцах бедра, коленного сустава, голени. После снятия гипсовой лангеты производят поглаживание, растирание стопы, вибрация места перелома. Активные и пассивные движения.

При переломах костей голени производят массаж бедра выше и ниже места перелома на голени, стопы. Со второй недели после перелома костей предплечья и голени предлагается вырезать отверстие в гипсе и делать легкую вибрацию на месте перелома (с помощью аппарата или пальцев руки). После снятия гипса переходят к массажу всей конечности.

При переломе бедра массируют грудную клетку и мышцы живота, проводят массаж выше и ниже места перелома, а также поглаживание и растирание надколенника. Вибрацию в окнах гипса при переломах бедра и плеча назначают с третьей недели. После снятия гипсовой повязки выполняют массаж всей конечности.

Лечебную гимнастику здоровой конечности назначают во всех случаях.

При остаточных явлениях переломов костей (мышечные атрофии, тугоподвижность суставов, поздние отеки, замедление образования костной мозоли, развитие избыточной костной мозоли) также применяют массаж.

При гипотрофии мышц используют приемы сильного разминания в быстром темпе, потряхивание. Массаж места перелома – зигзагообразное и спиралевидное поглаживание (эти приемы поглаживания меньше раздражают кожу), нежная вибрация, сдвигание и растяжение мягких тканей, спаянных с костной мозолью.

При замедленном сращении перелома и наличии мягкой пластичной мозоли применяют надавливание, поколачивание, другие ударные приемы (при отсутствии боли). Все приемы интенсивного воздействия на месте перелома выполняют ритмично, с паузами отдыха и чередуют с поглаживанием. Дополнительно к этому назначается самомассаж в виде поколачивания области перелома подушечками пальцев несколько раз в день. В период иммобилизации конечности гипсовой повязкой рекомендует применять вибрационный массаж через гипс.

При избыточной костной мозоли избегают интенсивных воздействий на место перелома, необходимо обходить данное место.

При открытых переломах и замедленном образовании костной мозоли следует применять массаж на околопозвоночных зонах спины и интенсивный массаж здоровых областей тела. Эффективность массажа повышается при сочетании его с лечебной гимнастикой.

Курс лечения массажем в основном – 16 процедур, при необходимости (остающейся тугоподвижности и т. д.) назначают повторные курсы с перерывами между ними не менее двух недель.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!