

ЛФК и

массаж при  
ожогах и  
отморожениях

Савельичев Ярослав  
ФФК 4курс 1 группа





## Что же такое ожоги, и отморожения? И чем характеризуются?

- Их объединяет повреждение кожных покровов.
- Выпадение функций кожи (барьерной, защитной, пото-отделительной, дыхательной, выделительной и т.д.
- На развитие болезней влияют состояния пострадавшего до ожога (болезнь, голодание, охлаждение, переутомление, стресс и прочие.
- Тяжелее болезни протекают у детей и пожилых людей.
- Ожоги и отморожения (термические поражения) широко распространены в мирное и в военное время. Они могут быть различными по степени, площади, локализации и почти всегда вызывают не только местные изменения в тканях, на которые воздействуют непосредственно, но и общую реакцию организма, проявляющуюся в тяжелых и длительных расстройствах функций многих органов и систем.



## Общие данные .

Ожоги - повреждения, вызываемые действием пламени, горячих жидкостей, пара, расплавленного металла, некоторых химических веществ, электрического тока, световой и лучевой энергии. Тяжесть ожога зависит от площади и глубины его, а также особенностей действия фактора, вызвавшего ожог. По характеру изменений тканей различают четыре степени ожога.

# Степени ожогов.



- ▣ **При ожогах первой степени** отмечаются боль, покраснение и отек кожи. Омертвения тканей не происходит. Через несколько дней эти явления исчезают без последствий.
- ▣ **При ожогах второй степени** омертвевает эпидермис. Отслаиваясь, он образует пузыри, заполненные экссудатом. Ликвидация местных изменений, если ожог не осложняется нагноением, продолжается 1,5-2 недели.
- ▣ **При ожогах третьей степени** различают легкие и тяжелые формы их проявления. При легких проявлениях гибнут эпителиальный и сосочковый слои кожи, а также частично дерма. На месте ожога развивается грануляционная ткань. Раневая поверхность заживает неглубокими рубцами.
- ▣ **При тяжелых формах** омертвевает вся дерма. Образуются грубые рубцы, значительно нарушающие функцию поврежденного сегмента. При ожогах четвертой степени гибнут все слои кожи и частично подлежащие ткани (сухожилия, мышцы, суставные сумки и даже костная ткань). В некоторых случаях происходит обугливание отдельных участков или сегментов тела

# Задачи ЛФК при ОБ



- ▣ **Задачи ЛФК и массажа**
- ▣ Усиление крово - и лимфообращения; рассасывание отеков; стимуляция регенерации; профилактика мышечных рубцов; уменьшение контрактур; общее укрепление организма.

# Особенности ЛФК



- Лфк показана всем больным не зависимо от тяжести и площади поражения.
- Обязательным является сочетание общего и местного воздействия.
- Весьма осторожно выполняются активные движения в области ожога.
- Физические упражнения стимулируют тонус коры головного мозга, уменьшается шоковое торможение.
- При тяжёлом шоке разрешены только дых-е упражнения



# Примерные упражнения

▣ **Примерные упражнения** (исходное положение - лежа на спине) **для занятий при ожогах верхней конечности** (в период инфекции)

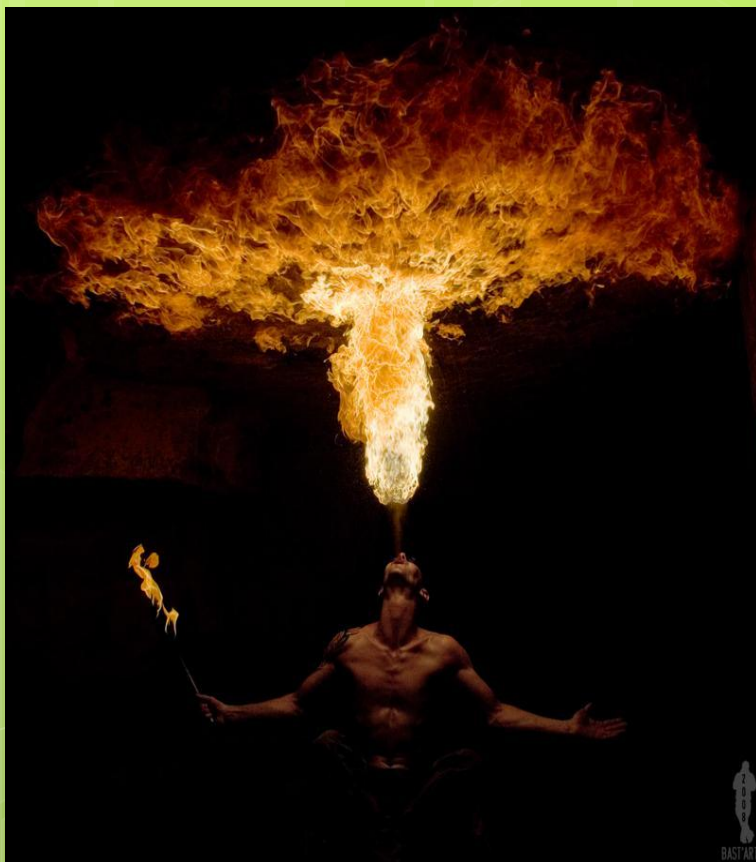
1. Сгибание и разгибание здоровой руки в локтевом суставе. 3-4 раза.
2. Одновременное сгибание и разгибание пальцев обеих рук. 5-6 раз.
3. Сгибание и разгибание больной руки в локтевом суставе с помощью здоровой. 6-8 раз.
4. Поочередное отведение и приведение прямых ног. 3-4 раза.
5. Грудное дыхание, прогибаясь во время вдоха. 5-6 раз.
6. Одновременное сгибание и разгибание рук в локтевых суставах. 5-6 раз.
7. Поочередное поднятие и опускание прямых ног. 3-4 раза.
8. Ноги согнуты в тазобедренных и коленных суставах, «ходьба». 6-8 шагов.
9. Отведение прямых рук в стороны. 3-4 раза.
10. Противопоставление пальцев рук. 3-4 раза.
11. Сгибание и разгибание пальцев рук в дистальных суставах. 5-6 раз.
12. Поднимание таза с опорой на стопы, здоровую руку и голову. 3-4 раза.
13. Руки согнуть в локтях. Круговые движения в лучезапястных суставах внутрь и наружу. 4-6 раз.
14. Диафрагмальное дыхание. 2-3 раза.
15. Супинация и пронация предплечий (руки согнуты в локтевых суставах) и прямых рук. 5-6 раз.
16. Лежа на здоровом боку, отведение руки - вдох, и.п. - выдох. 3-4 раза.
17. Сгибание и разгибание в плечевом суставе (с возможно большой амплитудой) 4-6 раз.
18. Спокойное дыхание смешанного типа с удлиненным выдохом. 5-6 раз.



## Задачи массажа.

Задачи массажа:  
улучшение крово- и  
лимфотока, метаболизма  
тканей; смягчение рубца  
(рубцов), придание им  
эластичности,  
подвижности,  
восстановление функции  
конечности.





## Массаж при ожогах.

### Массаж при ожогах

При ожогах образуются рубцы, нарушается трофика тканей.

*После проведенного лечения, когда наступает регенерация кожи, ликвидируется отек (воспалительный процесс), применяют методы ЛФК и массаж.* При локальном ожоге (например, конечностей) массируют здоровые ткани с первых дней возникновения ожога.

Если имеются после ожога рубцы, то включают упражнения на растяжение.

Методика массажа. Массируют здоровые ткани, особо тщательно (если нет ожога на спине) — паравerteбральные области. При образовании рубцов разминают вышележащие мышцы, растирают рубцы и включают упражнения на растягивание. Продолжительность массажа 10—15 мин. Курс 15—20 процедур. В год 3-4 курса.

## Общие данные



- Отморожение — это повреждение тканей, вызванное их охлаждением. Отморожение чаще всего носит местный характер. Под влиянием низких температур возможно общее охлаждение — замерзание. Холодовая травма может возникнуть не только при отрицательной температуре воздуха. Повреждающее действие холода на ткани особенно сильно проявляются при наличии ряда неблагоприятных факторов окружающей среды: сильного ветра, повышенной влажности воздуха. Возникновению отморожений и тяжелых их осложнений способствуют также легкая, мокрая одежда, тесная и промокшая обувь, ослабление организма (вследствие голода, переутомления, болезни, кровопотери, алкогольного опьянения и т.п.).

## Степени отморожения.

- ▣ Существуют четыре степени отморожения.
- ▣ I степень — после согревания больные жалуются на жгучие боли в области поражения холодом, ощущение зуда, чувство колотья; развивается гиперстезия (повышенная чувствительность). Кожа краснеет, припухает; пузыри не появляются. Выздоровление наступает через 7 — 10 дней.
- ▣ II степень — вызывает значительные болевые ощущения. Желтоватые пузыри появляются в течение 2—3 суток после поражения; иногда позже — к концу первой недели. Отек охватывает значительную область, в том числе не подвергающуюся непосредственному охлаждению. Заживление, не осложненное нагноением, протекает 2 — 3 недели; рубцов не остается, так как не задет ростковый слой эпидермиса.





## Степени обморожения

- III степень — сопровождается сильными болями, которые в ряде случаев носят иррадиирующий характер. Исчезает чувствительность в пораженной области; кожа пораженного участка остается холодной, принимает синюшную окраску; образовавшиеся пузыри наполнены геморрагическим содержимым. В конце первой недели отек постепенно спадает; появляются четко ограниченные области потемневших некротизирующихся тканей, которые отторгаются через 2—3 недели и под ними обнаруживается поверхность, покрытая грануляционной тканью. Через несколько недель она заживает с образованием глубокого рубца.
- IV степень — чаще всего поражаются конечности. Зона омертвления может распространиться на кисть и стопу, редко — на дистальные отделы голени и предплечья. Некроз может протекать по типу влажной гангрены или мумификации. Зона омертвления ограничивается обычно через 2—4 недели.





## Задачи ЛФК при обморожении.

### Задачи ЛФК

профилактика возможных осложнений;

улучшение кровообращения в отмороженных участках тела

активизация регенеративных процессов;

подготовка больного к операции по пересадке тканей.

## Особенности ЛФК.

- Упражнения с локальным и дозированным мышечным напряжением которые снижают процент осложнений в месте обморожения формируют рубец, уменьшают спайки.
- Усиление крово- и лимфообращения ;  
рассасывание отеков; стимуляция регенерации;  
профилактика мышечных рубцов; уменьшение контрактур; общее укрепление
- Все упражнения должны быть направлены на подготовку к пересадке кожи рассасыванию отёков и улучшения кровообращения.



## Задачи массажа при обморожении.



- Массаж активизирует лимфо- и кровотоки, способствует рассасыванию рубцов, улучшает подвижность, уменьшает боль, стимулирует восстановительные процессы в поврежденных тканях, повышает иммунитет.
- Активизация лимфо-тока крово-тока
- Способствовать рассасыванию рубцов
- Улучшить подвижность
- Уменьшить боль
- Стимулировать восстановительные процессы



## Упражнения при обморожении плеча и предплечья.

И. п. — сидя на стуле;  
пораженная рука на  
поверхности стола  
Сгибание и разгибание пальцев  
кисти.

Круговые движения в  
лучезапястном суставе.

Сгибание и разгибание в  
локтевом суставе (с  
поддержкой).

Пронация и супинация  
предплечья.

Поднимание пораженной руки  
вперед—вверх (с поддержкой).

Отведение пораженной руки в  
сторону (с поддержкой).

Давление каждым пальцем на  
поверхность стола (по 2 — 3 с).

Отведение и приведение плеч.