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 кро во - 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

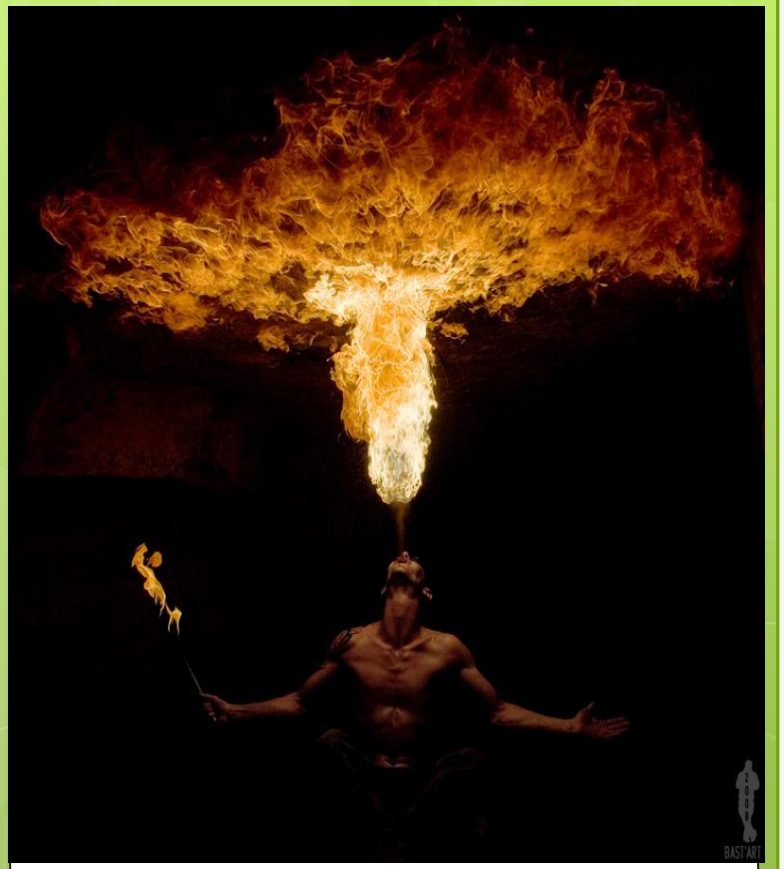
Примерные упражнения

- **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 поднимание 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 кнаружи. 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) — паравертебральные 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

- IIIстепень — 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 омертвения 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

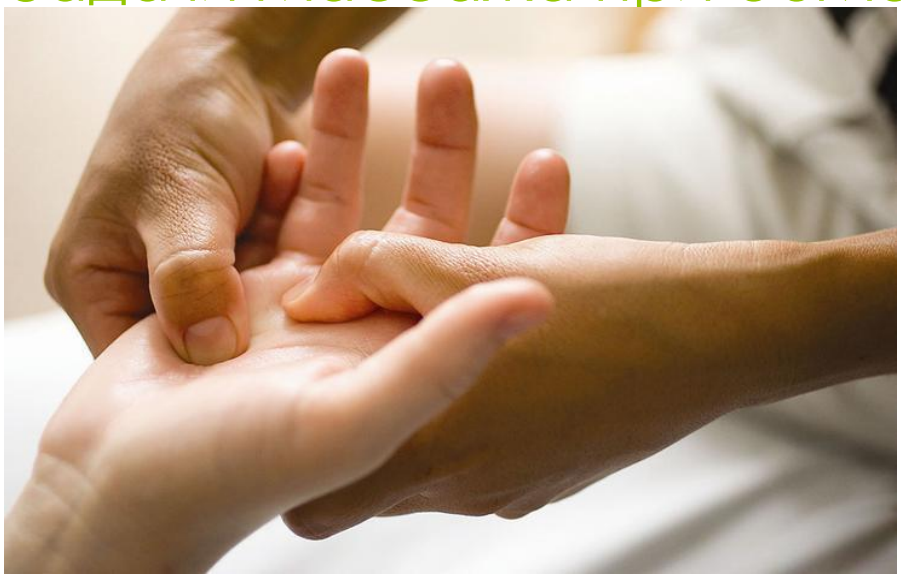
активизация регенеративных процессов;

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 направленны на подготовку к пересадке кожи рассасыванию отёков и улучшения кровообращения.

Задачи массажа при обморожении.



- Массаж активизирует лимфо– и кровоток, 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.