



# Мониторинг физического состояния

# Антропометрические данные

- **Возраст: 21лет;**
- **Рост: 178 см;**
- **Масса тела: 68 кг;**
- **Обхват груди: 98 см;**
- **Жизненная ёмкость лёгких: 4 л;**
- **Динамометрия кистевая:**
  - **Левая: 65 кг**
  - **Правая: 55 кг**

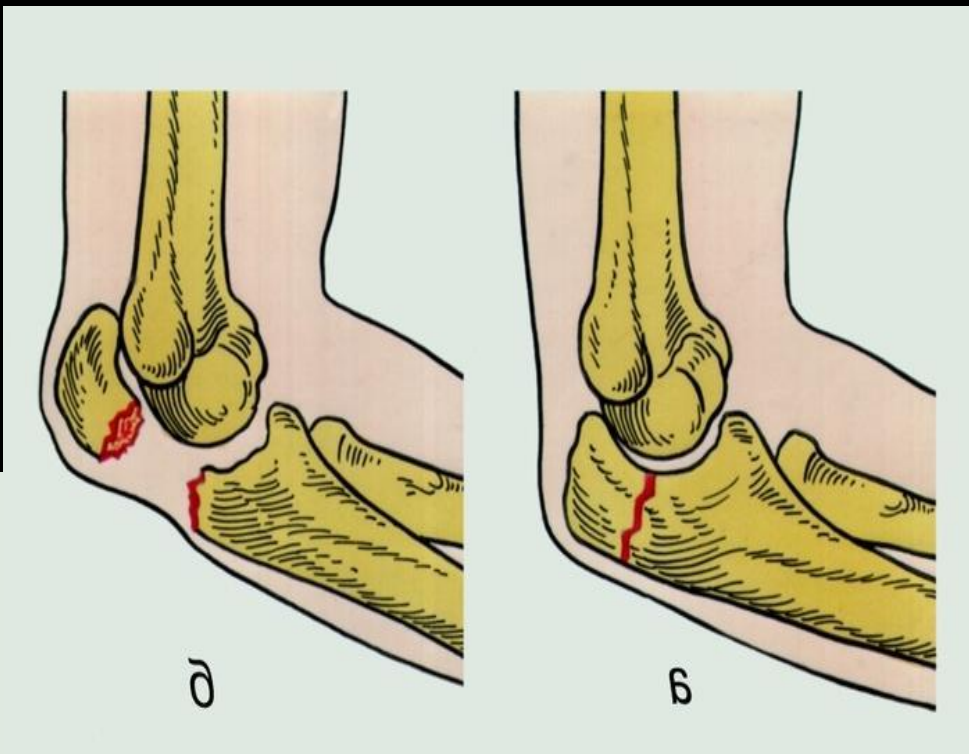
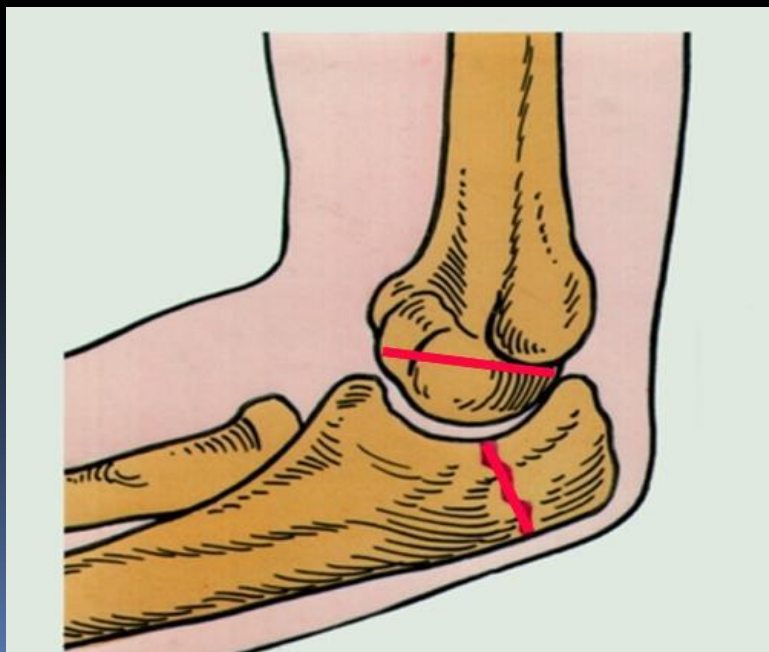
# Карта - задание

- **Общие сведения:**
- **Ф.И.О Бальжиев Владислав Сергеевич**
- **Возраст: 21 лет**
- **Национальность: Бурят**
- **Образование и профессия: среднее профессиональное.**
- **Семейное положение: не замужем**

# Анамнез жизни

- **Самочувствие:** удовлетворительное на момент заполнения карты;
- **Жалобы:** быстрая утомляемость.
- **Перенесенные заболевания:**
- **Детские:** краснуха в 10 лет, ангина, грипп.
- Нет заболеваний связанных с занятиями ФУ. Травмы, переломы, вывихи отсутствовали .
- Нет спортивных травм
- **Наследственность:** гемофилия, дальтонизм , гиполактазия, синдром Дауна – отсутствуют.
- **Условия жизни в прошлом:** проживал в селе, с родителями , в деревянном благоустроенном доме, площадью 65кв.м., отопление водяное печное, естественное и искусственное освещение , вентиляция естественная.
- **Условия жизни в настоящее время:**Благоустроенная квартира , Кол-во проживающих 3 чел-к. Благоустроенно. Температура - +19, освещение естественное и искусственное, вентиляция – естественная.
- **Питание:** достаточное, регулярное с учетом работы , 4 раза в день, присутствует горячее питание.
- **Вредные привычки:** наркотики – не употребляет, алкоголь употребляет, курение – не употребляет .

# Перелом в локтевом суставе



# Строение

- Локтевой сустав сложный по анатомическому строению, он состоит из объединения лучевой, плечевой и локтевых костей. Механизм его дополняется еще тремя внутренними соединениями: плечелучевым, лучелоктевым и плечелоктевым суставами. Внутри проходят множественные кровеносные сосуды и нервные окончания, что часто приводит к осложнениям и последствиям при переломе локтевой кости.



# СИМПТОМЫ

- Резкая боль в области локтя, которая усиливается при любом движении.
- Отек или наличие гематом в месте удара. Это может быть отек мягких тканей или скопление жидкости в полости сустава.
- Изменение заднего контура локтя, когда образуется расширение или выступ в непривычном месте.
- Невозможность согнуть и разогнуть руку в локте.
- Выпячивание головки лучевой кости.
- Функциональность кисти снижена (при повреждении нервного пучка могут проявляться симптомы такого характера, как покалывание, онемение, потеря чувствительности).
- Крепитация отломков костей при прощупывании.

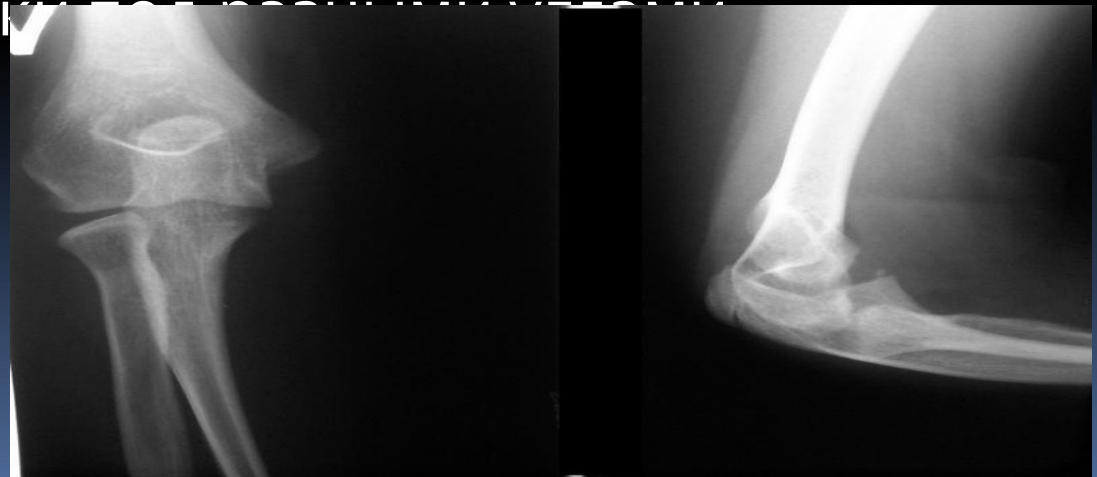
# Оказание первой помощи

- При подозрении на перелом локтевой кости следует провести несколько основных мероприятий доврачебной помощи. Если есть повреждение кожных покровов, нужно остановить кровотечение перевязкой бинтом или наложением куска чистой ткани.
- Затем следует обездвижить локтевой и плечевой суставы, чтобы при транспортировке в больницу пострадавший не травмировал себя повторно. Для иммобилизации накладывается шина, фиксирующая руку в согнутом состоянии, либо шейная повязка, туго прижимающая локоть к корпусу.



# Диагностика и лечение

- Ввиду сложности травмы обязательно проведение рентгенограммы в двух проекциях. При закрытом переломе сопоставление костей проводится вручную под местной или общей анестезией. При местном обезболивании препарат вводят в зону, где произошел перелом локтевого сустава, в месте иннервации. Ручная репозиция проводится многими способами за счет вытягивания и сгибания руки.



# Меры по реабилитации

- Гипсовая фиксация при таком диагнозе держится около месяца. Это длительный срок нахождения локтевого сустава в неподвижности. Как известно, эти ткани организма без движения очень быстро срастаются и теряют свою способность функционировать. Сустав после перелома часто фиксатор снимают раньше срока



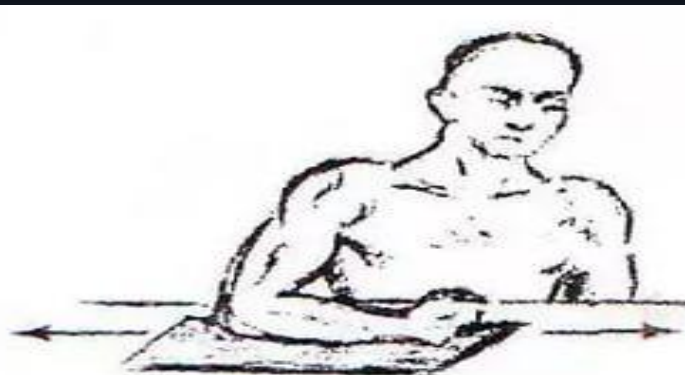
# Занятия ЛФК делят на 4 периода



- Первый период (вводный)— острый, щадящий, период вынужденного положения, или иммобилизации.

- 1) Для улучшения кровотока разрабатываем здоровую руку (сгибание, разгибание)
- 2) Для снятия отека делаем массаж руки в гипсе.
- 3) Берем в кисть кусочек пластилина и начинаем сминать

Второй период (основной) – функциональный, период восстановления функций. Он характеризуется тем, что анатомически орган в основном восстановлен, а функция по-прежнему резко нарушена.

- 1) Сгибание разгибание сустава с упором на горизонтальную плоскость
- 2) Сгибание разгибание при помощи здоровой руки
- 3) Бросание и ловля небольшого предмета, например, мяча
- 4) Сгибание и разгибание руки, находясь в воде.



- 
- 
- Третий период. Если до этого времени сустав не смог полностью восстановиться, то применяют специальные физиотерапевтические средства, для того чтобы его разработать, например, лечение с помощью небольшого электрического разряда. Прогревание и насыщение сустава питательными веществами обеспечат грязи, парафин, озокерит и множество других.



Спасибо за внимание