

УДК 615:825

Бурка О.М.

канд.пед.наук, доцент, НУ «Запорізька політехніка»

ЛІКУВАННЯ ПОЛОЖЕННЯМ

ЯК ДОДАТКОВА ФОРМА ТЕРАПЕВТИЧНИХ ВПРАВ

Лікування положенням (позиційна терапія, постуральний дренаж, ортопедичне укладання) – це додаткова форма терапевтичних вправ, що базується на цілеспрямованому розміщенні тіла пацієнта у певних позах для досягнення терапевтичних цілей. Метод використовує силу тяжкості, розвантаження суглобів, розтягування чи скорочення м'язів, поліпшення крово- та лімфообігу, профілактику контрактур та пролежнів. Застосовується в неврології, ортопедії, педіатрії, геріатрії та інтенсивній терапії.

Основні механізми дії:

- 1) гравітаційний дренаж – застосовується для видалення мокротиння з бронхів;
- 2) розвантаження суглобів – для зниження навантаження на хребет і суглоби;

3) розтягнення/скорочення м'язів – профілактика контрактур, відновлення тонуусу спастичних або млявих м'язів;

4) поліпшення кровотоку, лімфотоку – для зниження набряків, поліпшення трофіки;

5) нормалізація дихання.

Лікування положенням застосовують при захворюваннях: неврологічного (церебральний параліч, інсульт, травми), терапевтичного (пневмонія, ХОЗЛ, варикоз), травматологічного (переломи, артрози), геріатричного профілів.

Протипоказання: гострий тромбоз глибоких вен, нестабільні переломи, тяжка дихальна недостатність, відкриті рани у зоні укладання тощо.

Найчастіше використовують такі методи та техніки: антиспастичні та ортопедичні укладання; постуральний дренаж, протипролежневі.

Частиною лікування положенням є повороти, перевороти та розміщення пацієнта протягом дня.

До найефективніших прикладів позиціонування пацієнта відносять положення на спині, животі, боці, Сімса, Фаулера.

Положення пацієнта на спині, животі, боці має бути створено з урахуванням правильної біомеханіки тіла. Особливо це стосується пацієнтів, які тривалий час перебувають у пасивному чи вимушеному стані.

Положення Сімса використовується в медицині для запобігання аспірації рідин, зменшення тиску на крижову кістку, полегшення дренажу, для комфорту вагітних жінок тощо.

Положення Фаулера полегшує дихання, оскільки розслабляє м'язи живота і дозволяє діафрагмі опускатися нижче, що розширює легені. Це особливо корисно для пацієнтів із задишкою або респіраторними захворюваннями, такими як ХОЗЛ, оскільки зменшує роботу дихання та полегшує вдих.

Лікування положенням – проста, доступна та високоефективна форма терапевтичних вправ, що вимагає мінімального обладнання. При правильному застосуванні значно прискорює відновлення, знижує ризик ускладнень та покращує якість життя пацієнта.