

## КРАТКИЕ СООБЩЕНИЯ

УДК 616.71851-089.81

Д.И. Егоров, И.Е. Комогорцев, В.А. Домашевский

### АКТИВНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ БОЛЬНЫХ ПОСЛЕ МАЛОИНВАЗИВНОГО МЕТОДА ЛЕЧЕНИЯ ПЕРЕЛОМА МЫШЦЕЛКОВ БОЛЬШЕБЕРЦОВОЙ КОСТИ С ПРИМЕНЕНИЕМ ЭНДОСКОПИЧЕСКОЙ ТЕХНИКИ

МУЗ Иркутская ГКБ № 3 (Иркутск)  
ИГМУ (Иркутск)

Реабилитация больных с внутрисуставными повреждениями коленного сустава в послеоперационном периоде является важным этапом, логически завершающим весь цикл лечения. Продолжительность периода послеоперационной реабилитации при травмах области коленного сустава составляет от 6 недель до 9 месяцев, а в отдельных случаях до 3 лет.

**Цель** — разработать программу реабилитации для больных, прооперированных по поводу перелома мышцелков большеберцовой кости.

#### МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

За период 2003—2006 гг. в Городской клинической больнице № 3 наблюдалось 57 больных со свежими переломами мышцелков большеберцовой кости, у которых применялась компьютерная томография для диагностики переломов в области коленного сустава и оперативная артроскопия для анатомической и малоинвазивной репозиции переломов. Все больные были разделены согласно универсальной классификации переломов М.Е. Мюллера и М. Аллговера по типам.

#### ПОЛУЧЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Всем больным проведена оперативная артроскопия, артротомия не выполнялась, достигнута анатомическая репозиция отломков. На основании личного опыта и литературных данных разработана программа реабилитации для больных с переломами мышцелков большеберцовой кости.

На 4–7 *сутки* (первая неделя) после операции: активные движения в тазобедренном суставе. Ходьба на костылях без опоры на оперированную конечность. Брейс с объемом движений в коленном суставе 0°/0°/30°.

8–14 *сутки* (вторая неделя): Брейс 0°/0°/50°. Снимаются швы. Упражнения для укрепления мышц бедра и голени.

15–21 *сутки* (третья неделя): Брейс 0°/0°/70°.

22–28 *сутки* (4 неделя): Брейс 0°/0°/90°.

Пятая *неделя*: Брейс 0°/0°/110°. Упражнение «велосипед» в положении лежа и сидя.

Шестая *неделя*: Брейс 0°/0°/130°.

Седьмая–восьмая *недели*: Брейс снимается. Полный объем движений в коленном суставе.

Девятая–десятая *неделя*: упражнения с отягощениями. Упражнения на велотренажере (без нагрузки и сопротивления), восстановление тонуса и силы мышц.

Одиннадцатая–двенадцатая *неделя*: Ходьба на костылях с опорой 15 % веса тела.

Тринадцатая–четырнадцатая *неделя*: Ходьба на костылях с опорой 25 % веса тела.

Пятнадцатая–шестнадцатая *неделя*: Ходьба на костылях с опорой 50 % веса тела.

Семнадцатая–восемнадцатая *неделя*: Ходьба с тростью, с опорой 75 %, увеличивая нагрузку до 100 % веса тела в течение двух недель.

Тринадцатая–четырнадцатая *неделя*: Ходьба на костылях с опорой 25 % веса тела.

Пятый *месяц* — упражнения с отягощениями, велотренажер, плавание. Для спортсменов увеличение тренировочных нагрузок, бег по пересеченной местности с изменениями направления.

Шестой *месяц* — полная физическая и спортивная нагрузка в зависимости от специфики вида спорта. У всех 57 больных отмечены хорошие и отличные результаты лечения внутрисуставных переломов мышцелков большеберцовой кости.

#### ВЫВОДЫ

Оперативная артроскопическая репозиция перелома мышцелков большеберцовой кости и активная разработка коленного сустава в послеоперационном периоде по разработанной программе позволяет больным избежать контрактур и посттравматического деформирующего артроза коленного сустава, рано купировать болевой синдром, сохранить полный объем движений в коленном суставе, сохранить тонус и силу мышц бедра и голени, сократить сроки реабилитационного периода.