

СПОРТ И ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ ПРИ ПАЦИЕНТИ СЛЕД ТОТАЛНО КОЛЯННО ЕНДОПРОТЕЗИРАНЕ

Т. Стоянова¹, К. Тотев², Т. Мегова¹, Н. Михайлова¹

1 Катедра „Физикална медицина, рехабилитация, ерготерапия и спорт“. МУ - Плевен 2 Катедра по ортопедия и травматология при УМБАЛ – Плевен. МУ - Плевен

ВЪВЕДЕНИЕ: Коленното ендопротезиране е едно от най-новите и най-бързо развиващите се направления в съвременната ортопедията. То осигурява на пациентите с тежка коленна патология значително подобряване на качеството им на живот, изчезване на болковия синдром и връщане към дейностите от ежедневието. След операцията се започва прогресивно увеличаване на физическата активност, което води до подобряване както на локалния статус, така и на общото здравословно състояние.

ЦЕЛ: Представяне на позитивните и негативните фактори, влияещи върху връщането към спорт и физическа активност на пациенти с тотално колянno ендопротезиране.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДИКА: Използвани са материали от чужди автори, разглеждащи ендопротезирането и възможностите на физикалната и рехабилитационна медицина за справяне с двигателните проблеми, както и за връщане на пациентите с изкуствена коленна става към нормален начин на живот.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ: Доказано е, че физическата активност води до повишаване на плътността и здравината на костите и подобряване на биомеханичните свойства на меките тъкани (мускули, сухожилия, лигаменти, ставна капсула), които от своя страна са фактор за по-дългата преживяемост на протезата и намаляване на случаите, свързани с ранно асептично разхлабване. Необходим е индивидуален подход към всеки пациент за преценка на възможностите му за връщане към физическа активност, позволяваща пълноценен живот. Умерените спортни занимания са препоръчани при пациенти, които преди това са спортували и общото им състояние го позволява. Изключително важно при обучението на пациентите е да се акцентира върху това кои дейности могат да доведат до ранно износване на протезата и как да бъдат избягвани.

Ключови думи: *тотално колянno ендопротезиране, физическа активност, спорт.*