

# Dauginiai kaulų lūžiai

## Reabilitacijos svarba – neabejotina

Dauginiai kaulų lūžiai dažniausiai yra sunkios traumos, kurios metu gali būti pažeisti keli kūno organai ir sistemos, pasekmė. Neretai girdime terminą politrauma, tačiau tai nėra vien tik kelių kaulų, pavyzdžiui abiejų kulkšnelių lūžimas. Politrauma – medicinos terminas, apibūdinantis sunkius dviejų ar daugiau organizmo sistemų sužalojimus, kai pacientui, pavyzdžiui sužalota galva, plaučiai, blužnis ir lūžę kaulai. Tokiais atvejais neretai prireikia sudėtingos operacijos ir ilgalaikės reabilitacijos. Šių traumų pasekmės – fiziniai, psichologiniai, psichosocialiniai sutrikimai, dėl kurių asmenys tampa neįgalūs.

Dažniausiai tokios traumos įvyksta dėl stipraus susidūrimo lekiant dideliu greičiu (tai autoįvykiai, kritimas iš didelio aukščio, gamybinės traumos ir kt.). Tokie atsitikimai dažniausiai sukelia dauginius kaulų lūžius, dubens, stuburo, galvos smegenų traumas, vidaus organų pažeidimus. Šiame straipsnyje skirsime dėmesį reabilitacijai po dauginių ilgųjų kaulų lūžių, įskaitant ir dubens bei stuburo pažeidimus.

### Kas yra kaulų lūžiai?

Kaulo lūžimas – tai kaulo struktūrinio vientisumo pažeidimas. Kartu pažeidžiami ir aplinkiniai minkštieji audiniai. Pagal tai, koks kaulas lūžo, aplinkinių audinių pažeidimas gali būti taip pat pavojingas, jei pažeidžiama stambi kraujagyslė ar nervas.

Kai vienas ar keli kaulai lūžta iš karto keliose vietose, tokie lūžimai vadinami dauginiais (skeveldriniais).

**Kaulų lūžio požymiai: stiprus skausmas, patinimas, kraujosrūvos, negalėjimas pajudinti galūnės, jos deformacija.**

Lūžiai gali būti gydomi tiek atliekant operaciją, tiek konservatyviai. Gydomo būdą parenka gydytojas ortopedas-traumatologas, įvertinęs lūžimo tipą, sunkumą ir bendrą paciento būklę. Mokslininkai pažymi, kad labai svarbi ankstyva lūžio imobilizacija (operacinė arba konservatyvi) – tai pagerina kaulo gijimą, sutrumpina hospitalizacijos trukmę ir pagerina traumos išėitį.

### Lūžiai pavojingi komplikacijomis

Dubens lūžiai yra pavojingi ir sudėtingi, susiję su nemažai komplikacijų, tokių kaip infekcija, tromboembolijos, nervų pažeidimai, šlapimo pūslės sužalojimai. Dubens lūžiai pasitaiko 20 proc. politraumų atvejų. Gyvybei pavojingų sužalojimų gali kilti, jei dubens kaulų lūžiai atsirado įvykus labai stipriam smūgiui. Dubens kaulų lūžiai yra pavojingi

dėl to, kad gali sukelti masyvius kraujavimus dėl mažojo dubens organų ir kraujagyslių pažeidimo. Be to, kartu gali būti sunkiai sužalota krūtinė, galva, kaklas, inkstai ir kiti vidaus organai. Pacientui gali tekti patirti operaciją ir gydymą intensyviosios terapijos skyriuje.

Stuburo lūžį gali sukelti net nedidelė trauma. Nesudėtingiems lūžimams gydyti gali ir neprireikti operacijos. Sudėtingi gali būti rimtų ilgalaikių sutrikimų priežastis.

Stipraus smūgio sukeltos traumos pasekmė stuburui gali būti tiek slankstelių lūžimas, dislokacija arba nestabilumas, tiek nugaros smegenų pažeidimai.

Pažeidus nugaros smegenis, atsiranda įvairaus laipsnio nugaros smegenų bei nervų šaknelių pokyčių. Sveikatos sutrikimai priklauso nuo traumos vietos ir pažeidimo laipsnio.

Jei nustatomas tik stuburo smegenų sukrėtimas – tai laikinas pažeidimas, jei sumušimas – išlieka nuolatiniai neurologiniai sutrikimai. Nutraukus stuburo smegenis, visam laikui sutrinka funkcijos žemiau pažeidimo vietos. Esant stuburo smegenų suspaudimui, pažeidimo eiga yra progresuojanti.

Stuburo lūžiai gali sukelti įvairių komplikacijų, tiek susijusių su trauma, tiek galinčių atsirasti dėl ilgo gulimo režimo. Tai pragulos (nes pacientas ilgai guli), dubens organų funkcijos sutrikimai, inkstų funkcijos sutrikimai, pneumonija, giliųjų venų trombozė.

### Gijimas priklauso ir nuo slaugos kokybės

Visiems šiems pacientams labai svarbi kokybiškai slauga. Dalies minėtų komplikacijų galima išvengti tinkamai rūpinantis ligoniu.

Po visų šių traumų yra labai svarbi ir reabilitacija. Pirmasis jos etapas pradedamas dar gydymo įstaigoje, parenkant tinkamiausią būdą siekiant kuo greičiau sugrąžinti paciento jėgas. Naudojami įvairūs įtvarai, kurie efektyviai imobilizuoja lūžusių vietą ir suteikia jai ramybę, taip skatinamas kaulo gijimas.

Kaulo gijimo laikas priklauso nuo asmens amžiaus, lūžio vietos. Vidutiniškai suaugusių žmonių kaulai gyja nuo 10 iki 18 savaičių, paauglių – 6–8 savaites, vaikų – 4–6 savaites.

Po gydymo ligoninėje rekomenduojamas reabilitacinis gydymas specializuotoje klinikoje, atidėjus jį 2–4 savaitėms, kol apgyja lūžiai ir galima kiek aktyviau mankštintis.

### Namuose reikia kruopščiai laikytis gydytojo nurodymų

Laikotarpį iki reabilitacijos namuose taip pat reikia kruopščiai laikytis gydytojų rekomendacijų. Svarbu visu svoriu neminti ant sužalotos kojos ar abiejų kojų (jei nukentėjo abi). Vaikštant naudotis vaikštyne ar ramentais.

Nepamirškite paprašyti jums paskirtų vaistų sąrašo. Teks vartoti nuskausminamuosius, kraują skystinančius ir kitus vaistus. Būtinai laikykitės gydytojo nurodymų ir nevartokite kitų, net ir nereceptinių, vaistų savo nuožiūra.

Pržiūrėkite tvarsčius, keiskite juos kiekvieną kartą, kai jie persunkia. Kai galėsite prausti duše, jei jums sugipsuota galūnė, saugokite gipsą nuo sušlapimo. Tam apvyniokite jį plastikiniu maišu ar plėvele, kad nepatektų vandens. Nepamirškite gerti daugiau skysčių, vyrai nuo 19 metų ir vyresni turėtų išgerti apie 3 litrus skysčių per dieną, moter-

**Kaulo gijimo laikas priklauso nuo asmens amžiaus, lūžio vietos. Vidutiniškai suaugusių žmonių kaulai gyja nuo 10 iki 18 savaičių, paauglių – 6–8 savaites, vaikų – 4–6 savaites.**

rys – apie 2,2 litro.

Ilgai gulint, gali užkietėti viduriai. Norėdami to išvengti, į maisto racioną įtraukite daugiau ląstelienos turinčių produktų, džiovintų slyvų, nesmulkintų grūdų duonos, burokėlių ir kt. Jei nemedikamentinės priemonės nepadės, teks pavartoti specialių vidurius minkštinančių ir laisvinančių medikamentų.

### Neatsiejama sveikimo dalis – antrasis reabilitacijos etapas

Jis vyksta specializuotoje klinikoje, šiuo atveju ypač svarbi fizioterapija ir kineziterapija.

Be abejonės, labai reikalingi individualūs užsiėmimai su pacientu, nes ilgalaikis gulimas režimas, ilgalaikė imobilizacija gipsu po tokių traumų sukelia sąnarių kontraktūras, raumenų atrofiją ir sustingimą.

Reabilitacijos klinikoje „Medicus“ pacientams, patyrusiems dauginius lūžius, sudaroma individuali reabilitacijos programa. „Savo pacientais stengiamės rūpintis maksimaliai, nes dažnai rezultatai, kuriuos pasiekiamo klinikoje, namuose nebeįgyvendinami“, – pasakoja fizinės medicinos ir reabilitacijos gydytoja Neringa Drigo-taitė.

### Kineziterapija

Kiekvienam sudaroma speciali individualios kineziterapi-

# MEDICUS

Reabilitacijos klinika

**AMBULATORINĖ IR STACIONARINĖ REABILITACIJA**

- po traumų ir endoprotezavimo operacijų
- varginant nugaros ir sąnarių skausmams

Modernioje reabilitacijos klinikoje MEDICUS ambulatorinių ir stacionarių procedūrų kokybę jums užtikrins kvalifikuoti gydytojai: reabilitologai, neurologas, ortopedas-traumatologas, terapeutas, ergoterapeutas, psichologas, socialinis darbuotojas, kineziterapeutai. MEDICUS specialistų komanda savo energiją, patirtį ir sukauptas žinias sėkmingai verčia žmonių sveikata.

Klinikoje teikiamos paslaugos: vandens procedūros (naudojant vietinio 836m. gręžinio mineralinį vandenį), kineziterapija, fizioterapija, neurologo, ortopedo-traumatologo, fizinės medicinos ir reabilitacijos gydytojų konsultacijos.

**Geriausias rūpestis – geriausias rezultatas!**

[www.medicusklinika.lt](http://www.medicusklinika.lt)



jos programa, tai yra parenkami pratimai, kurie padeda kaulams ir raumenims tvirtėti. Po ilgesnės imobilizacijos pratimai sąnariams atliekami labai atsargiai, pamažu didinant judesių amplitudę.

Iš pradžių, kai tik pradeda daryti mankštos pratimus, pacientai jaučia skausmą, bet ilgainiui jis mažėja. Pradžioje atliekami švelnūs tempimo pratimai, kad sąnariai apsi-prastų. Kai pacientas nejaučia diskomforto, krūvis didinamas.

Atliekant mankštą vandenyje, lengviau atlikti judesius, jie mažiau skausmingi. Pratimai atliekami šilto vandens baseine.

### Masažai

Labai efektyvi judėjimo aparato sužalojimų reabilitacinio gydymo priemonė yra masažas. Masažuojant pagerėja kraujo ir limfos cirkuliacija audiniuose, tonizuojami audiniai, stipriau susitraukinėja raumenys, gerėja sąnarių ir raiščių paslankumas.

Klinikoje taip pat atliekamas ir kompresinis masažas specialiomis kojineėmis. Kompresinė kojų terapija mikroprocesoriniu PULSTAR PX1 aparatu gerina limfos apytaką, normalizuoja veninę kraujotaką, šalina paburkimus, patinimus, gydo celiulitą. Aparatas imituoja kojų raumenų susitraukimus. Banguojantys judesiai, kuriuos specialiose kojineėse sukelia kintantis oro slėgis, gerina limfos ir kraujo cirkuliaciją. Šis masažas padeda išvengti tromboembolinių komplikacijų ir pagerinti limfos nutekėjimą kojų srityje.

### Fizioterapija

Potrauminiam reabilitaciniam gydymui plačiai naudojama ir fizioterapija.

Viena iš efektyviausių priemonių – ultragarso terapija. Ultragaras veikia nuskausminamai, slopina uždegimą, gerina sąnarių judrumą, greitina audinių regeneraciją. Gydymo metu pagerėja kraujotaka, greičiau gyja žaizdos. Naudojama sąnarių kontraktūroms gydyti.

Po ilgalaikės imobilizacijos atrofuojasi galūnės raumenys, sumažėja jėga. Šiems sutrikimams gydyti taikoma elektrostimuliacija. Ji naudojant sukeliami ritmiški raumenų susitraukimai, stimuliuojama sužalotų raumenų kraujotaka ir palaikoma jų jėga, grąžinama sutrikusi funkcija.

### Kitos priemonės

Reabilitacijos klinikoje pacientai yra mokomi taisyklingai atsikelti iš lovos, taisyklingai vaikščioti, ypač po stuburo lūžio. Jiems naudojami įvairūs korsetai ir įtvarai, palaikantys stuburą taisyklingoje padėtyje ir mažinantys skausmą.

Paliekama laiko ir poilsio. Jo turi būti užtektinai, atmin-kime, kad kaulas gyja palaipsniui, kol lūžio vietoje jauja naujas kaulinis audinys. Mažėjant skausmui, fizinį aktyvumą galėsite vis didinti.

Kad būtų pasiektas maksimalus gydymo efektyvumas, labai svarbus paciento bendradarbiavimas su savo reabilitacijos specialistų komanda. Reabilitacijos laikotarpis yra ilgas ir reikalaujantis abiejų pusių pastangų.