

ДОГЛЯД ЗА КУКСОЮ (ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ ЛІКАРІВ)

Післяопераційні ускладнення ампутацій включають:

- біль,
- гематоми,
- інфекцію та некроз тканин,
- контрактуру суглобів,
- м'язову слабкість,
- фантомний біль.



У зв'язку з цим **обов'язковим є правильне післяопераційне лікування кукси**. Крім того, потрібно підтримувати форму кукси після ампутації, а пацієнту необхідно пройти навчання правильного використання протеза.

Для усунення або мінімізації фізичної чи психологічної реакції на подразник виконується **десенсибілізація**. Після ампутації кукса є дуже чутливою, тому важливими є процедури десенсибілізації, які можуть включати ніжний масаж, легкі постукування, вібрацію, постійний тиск і накладання різних видів пов'язок на чутливу ділянку.

Після повного загоєння рекомендується активна **масажна терапія**, щоб запобігти спайкам шкіри та забезпечити додаткову сенсорну передачу на куксу, оскільки масажування цієї ділянки тренує пацієнта терпіти тиск, пов'язаний із контактом між куксою та гільзою протезу на пізній стадії відновлення.

Існують рекомендації, що проводити десенсибілізацію потрібно два-три рази на день протягом щонайменше 5 хвилин, проте метод і час десенсибілізації можуть відрізнятися, залежно від стану кукси, і відповідні методи потрібно вибирати та застосовувати на основі обговорення з реабілітологом.

ФОРМУВАННЯ АМПУТАЦІЙНОЇ КУКСИ



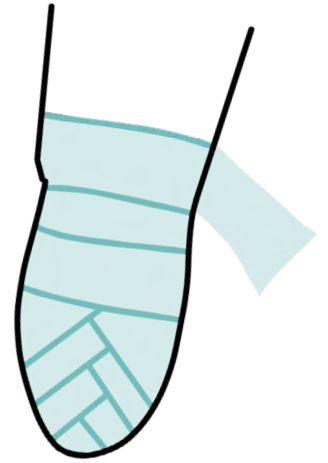
Усадка та формування кукси є найважливішими частинами реабілітаційної програми перед носінням протеза, оскільки неправильне формування можуть погіршити кровообіг та загоєння ран. Чотири характерні методи формування включають:

1. застосування м'яких,
2. напівжорстких
3. жорстких пов'язок,
4. встановлення тимчасового протеза.

М'яка пов'язка

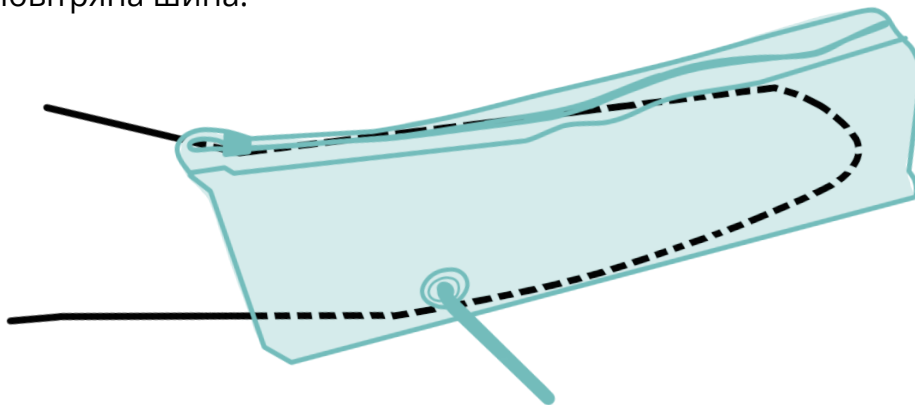
Метою м'якої пов'язки є **фіксація кукси шляхом обгортання її у формі цифри 8** за допомогою еластичного бинта для сприяння загоєння та дозрівання ампутаційної кукси.

Цей метод зменшує набряк кукси, запобігає виникненню гематом, покращує формування конусу та зменшує вплив бактерій, для запобігання інфекції. Під час накладання м'якої пов'язки необхідно стежити за тим, щоб кровотік не обмежувався за рахунок застосування оптимального тиску, а для формування кінчної форми кукси дистальну частину слід загорнути щільніше, ніж проксимальну.



Напівжорстка пов'язка

Накладання напівжорсткої пов'язки є ще одним методом фіксації, який використовується для зменшення набряку та кращого загоєння кукси. Цей метод має переваги жорсткої пов'язки та водночас використання еластичних матеріалів для фіксації кукси, що сприяє процесу загоєння. Одним з типів напівжорсткої пов'язки є повітряна шина.



Метод повітряної шини — це шина, що містить повітряну кишеню над перев'язаною куксою, яка стискає куксу та сприяє належному її формуванню. Перевага методу полягає в тому, що пневматична шина легко одягається, стан кукси легко візуалізується, і цей метод психологічно заспокоює пацієнта.

Жорстка пов'язка

Жорстка пов'язка передбачає **фіксацію кукси гіпсовою пов'язкою після ампутації**. Мета жорсткої пов'язки така ж, як і м'якої пов'язки, але забезпечує кращий захист кукси від травми завдяки твердшій поверхні. Крім того, жорсткі пов'язки є ефективнішими, ніж еластичні бинти, адже запобігають набрякам і гематомам, а раннє дозрівання кукси досягається легше.

Однак у жорстких пов'язок **є недоліки: вони важчі за м'які пов'язки, відокремлення від кукси може спричинити дискомфорт через тертя**, а стан кукси безпосередньо не видно. Тому для перевірки кукси, оцінки процесу загоєння рани або контролю температури та вологості кукси потрібна часта заміна гіпсової пов'язки, що може бути незручно. Якщо температура і вологість під гіпсовою пов'язкою не контролюються, а з кукси є виділення чи рана не загоюється, ймовірною причиною є приєднання бактеріальної інфекції. Ця ситуація потребує особливого догляду та уваги — необхідно звернутися до лікуючого лікаря.

Тимчасовий протез



Очікуючи повного загоєння рани кукси після ампутації, можна носити тимчасовий протез, щоб допомогти пацієнту навчитися цього перед носінням постійного протеза. За допомогою цього методу фіксування кукси є набагато ефективнішим, ніж обмотування еластичним бинтом, а також є можливістю оцінити реабілітаційний потенціал пацієнта.

Крім того, у разі ампутації нижньої кінцівки **ходьба з протезом полегшує адаптацію**, на відміну від використання милиць. Ця методика позитивно мотивує людину після ампутації; це спрощує складні програми вправ і підвищує ймовірність швидкої виписки та соціальної реінтеграції. При виготовленні тимчасового протезу він повинен бути максимально схожим на постійний протез, який буде використовуватися в кінцевому підсумку.

ПІДТРИМКА ДІАПАЗОНУ РУХІВ І ЗАПОБІГАННЯ ДЕФОРМАЦІЇ



Після ампутації нижньої кінцівки, щоб запобігти контрактурі (обмежена рухливість м'язів) та зберегти правильне положення в стані спокою, **бажано не сидіти та не користуватися кріслом колісним протягом тривалого періоду часу**

Після операції не можна на ліжку підкладати під куксу подушку, щоб не було згинання в тазостегнових і колінних суглобах. У разі ампутації вище коліна слід, коли це можливо, знаходитися в положенні лежачи на животі, щоб забезпечити можливість збереження розгинання тазостегнового суглоба. Необхідно стежити за збереженням горизонтальної орієнтації тазу, щоб запобігти контрактурі відведення кульшового суглоба. Під час сидіння при ампутації нижче коліна слід уникати тривалого згинання коліна, а при використанні інвалідного візка рекомендується тримати колінний суглоб розігнутим.

Приблизно **через 2-3 тижні після операції виконання легких вправ** для зміцнення м'язів може допомогти запобігти контрактурам.



РЕКОМЕНДОВАНІ ВПРАВИ ПЕРЕД НОСІННЯМ ПРОТЕЗА

Постійні фізичні вправи перед носінням протеза покращують кровообіг і силу м'язів кінцівок та збільшують діапазон рухів. Вправи також можуть допомогти запобігти контрактурі суглобів або виправити контрактури, які вже виникли, на додаток до зменшення набряку та покращення функції кардіореспіраторної системи.



Як правило, основні вправи включають ті, які зосереджені на:

- покращенні рівноваги,
- на зміцнення м'язів для полегшення контролю ампутованої ділянки,
- тренування для виконання повсякденних дій, таких як завдання, пов'язані з рухливістю, одягання та роздягання, використання посуду.

Типи вправ відрізняються для кожної ампутованої ділянки, тому визначаються індивідуально з лікарем. Проте існують певні вправи для розминки, які необхідно виконувати у всіх випадках.

Наприклад, **через сім днів після операції слід почати виконувати ізометричні вправи з такою інтенсивністю, яку пацієнт може витримати принаймні протягом трьох тижнів.** У цих вправах людина глибоко дихає та чергує напруження та розслаблення м'язів кукси протягом приблизно трьох хвилин. Мета ізометричних вправ полягає в тому, щоб допомогти зберегти міцність м'язів.

Ізотонічні вправи, які виконуються для збільшення сили м'язів, слід робити після того, як зменшиться біль або набряк кукси, що зазвичай відбувається приблизно через три тижні після операції. Для цих вправ найчастіше використовуються еластичні стрічки.

ДОГЛЯД ЗА ШКІРОЮ КУКСИ

1. Щоб запобігти зростанню післяопераційного рубця кукси, проводять глибокий фрикційний масаж вертикально по лінії рубця.
2. Протез надягають після загоєння та формування кукси, фокусуючись на її десенсібілізації та зменшенні набряку.
3. У цей час, оскільки кукса вставляється в протез, можуть виникнути проблеми, пов'язані з тертям, такі як потертості, пухирі, набряки, фурункули, а також бактеріальні інфекції; тому необхідна належна гігієна.

Використані джерела:

1. World J Clin Cases. 2022 May 6; 10(13): 3981–3988. – <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9131228/>
2. Published online 2022 May 6. doi: [10.12998/wjcc.v10.i13.3981](https://doi.org/10.12998/wjcc.v10.i13.3981)