



Atmintinė. Kineziterapijos užsiėmimas (-ai) salėje ir (arba) vandenyje



1. Esmė, pobūdis, tikslai:



Kineziterapija – gydymas judesiu, vienas svarbiausių reabilitacijos metodų, pagrįstų tuo, kad tinkami, taisyklingi kūno judesiai padeda atnaujinti, pagerinti ir palaikyti kaulų, raumenų, širdies ir kraujagyslių bei kitų sistemų funkcinę būklę. Tai sveikatinimo priemonė arba kompleksinė gydymo dalis, kuria siekiama sumažinti skausmus, sugrąžinti ir kompensuoti judėjimo funkciją, sumažinti komplikacijų galimybę bei palaikyti bendrą fizinį aktyvumą. Taikoma ortopedinėje-traumatologinėje, neurologinėje, pediatriinėje, onkologinėje ir kitose srityse.

Kineziterapijoje taikomi aktyvūs ir pasyvūs metodai. Aktyvūs kineziterapijos metodai – reikia daugiau judėti, atliekami įvairūs tikslingi pratimai, kuriuos paskiria kineziterapeutas kiekvienam individualiai. Pasyvūs kineziterapijos metodai – atliekami pasyvūs raumenų tempimai, mobilizacija, kinezioteipavimas ir kt. Užsiėmimo metu salėje naudojamos įvairios priemonės: „Redcord“ terapijos įranga, lazdos, elastinės pasipriešinimo juostos, svareliai, kamuoliai ir kt. Užsiėmimo metu baseine naudojamos įvairios priemonės: vandens bėgimo takelis, vandens svarmenys, vandens lazdos „Gymstick“, vandens dvirats ir kt.

Prieš kineziterapijos užsiėmimus pirmiausia suteikiama individuali kineziterapeuto konsultacija. Konsultacijos metu kineziterapeutas supažindina su vidaus tvarkos taisyklėmis, renkama bendra (amžius, gretutinės ligos ir pan.) bei su nusiskundimais susijusi (lokalizacija, skausmo pobūdis ir kt.) informacija. Surinkus duomenis, paskiriami individualūs pratimai, metodikos, kurių atlikimo metu stebima ir dokumentuojama paciento funkcinė būklė, o pagal gautus duomenis skiriama individuali programa. Pirmojo individualaus užsiėmimo metu parodoma, paaiškinama ir mokoma, kaip taisyklingai atlikti pratimus.

2. Atliekant užsiėmimą (-us) ir po jo gali išsivystyti tokie šalutiniai reiškiniai ir komplikacijos:

2.1. Šalutiniai reiškiniai ir (ar) komplikacijos:



- paūmėjęs skausmas;



- padidėjęs tinimas, spaudimas;



- odos paraudimas, dirglumas;



- galvos skausmas;



- kraujosruvos ir kt.

2.2. Reti šalutiniai reiškiniai ir (ar) komplikacijos:



- nepakeliamas ir (ar) didėjantis skausmas;



- sutrikęs kvėpavimas, pusiausvyra;



- galvos svaigimas, pykinimas;



- odos alerginė reakcija;



- galūnių tirpimas ir kt.

Kineziterapijos užsiėmimai kontraindikuotini esant sunkiai paciento bendrai būklei, vidaus ligų paūmėjimams, kraujavimo ir tromboembolijų pavojui, komplikuotiems skilvelių ritmo sutrikimams, širdies nepakankamumui, sinusinei tachikardijai ar bradikardijai (pulso dažnis daugiau kaip 100 k/min. arba mažiau kaip 50 k/min.), arterinei hipertenzijai, hipotenzijai, karščiavimui, sergant infekcinėmis ligomis, esant pūlingiems procesams bet kurioje kūno vietoje, užkrečiamosioms odos ligoms. Užsiėmimai gali būti netaikomi ir kitais atvejais, kuriuos įvertina ir nustato gydytojas arba kineziterapeutas.

Įvykus bet kuriai komplikacijai, Medicinos diagnostikos ir gydymo centre yra visos būtinos priemonės ir galimybės joms diagnozuoti ir gydyti.

Medicinos diagnostikos ir gydymo centras



V. Grybo g. 32, Vilnius



Registracija tel. +370 698 0000



www.medcentras.lt

I-V 7.00-20.00 val. MRT tyrimai atliekami iki 21.00 val.

VI 8.00-15.00 val. MRT tyrimai atliekami iki 21.00 val.

VII 9.00-15.00 val. Atliekami tik MRT tyrimai!



Paskutinis tyrimas atliekamas likus 30 min. iki darbo pabaigos.