# Fyzioterapie u pacientů po operaci v oblasti ramenního kloubu

**Stanovený cil:**
1. Zlepšení hybnosti ramenního kloubu
2. Úprava svalové dysbalance
3. Prevence pooperačních komplikací
4. Péče o jizvu
5. Instruktáž pacienta o vhodnosti fyzioterapie

**Pomůcky:**
kryoterapie, motodlaha, overball, zrdcadlo

**Pooperační fyzioterapie**

Většina pacientu je propuštěna první den po výkonu do domácí péče.
Pacient je důrazně informován v co nejkratší době po operaci začít s ambulantní rehabilitací – neurčí -li lékař jinak. Cvičební plán vždy určuje operatér a je individuální dle dané diagnozy.

**Obecná edukace pacienta**

* polohování antiedématózní
* polohování v centrované pozici
* aktivní cvičení prstů ruky, loketního kloubu
* cvičení ramenního kloubu dle ordinace lékařeaktivní s dopomocí, či pasivní cvičení do horizontály - provedeme krátkou ukázku a poučíme o nevhodnosti elevace lopatky apod.
* relaxační cvičení ve visu (záleží na dg)
* má-li pacient dovoleno
* má-li šátek - ukázka cvičení ve visu na šátku, vysvětlíme polohování na uvolnění rotací ramene ( pokud jsou povoleny ) a poučíme o prevenci bolestí krční páteře při šátkovém závěsu

## Pooperační postup fyzioterapie u u redresních operací ramenního kloubu

Doba hospitalizace - přibližně 4-5 dní.
Fyzioterapie u redresních operací probíhá 2x denně.

**O.den – den operace**

- začínáme již v den operace
- polohování a ledování operované končetiny
- pasivní cvičení operované horní končetiny na motorové dlaze dle rozsahu pohybu určeného operatérem a tolerancí pacienta

**1.den po operaci**

- pasivní cvičení na motorové dlaze dle rozsahu určeného operatérem a tolerancí pacienta
- polohování
- svalová relaxace
- pasivní cvičení s dotažením
- aktivní cvičení s dopomocí
- korekce stereotypu pohybu do předpažení a upažení
- využití specializovaných terapeutických konceptů – Bazální posturální programy, Proprioceptivní neuromuskulární facilitace, Akrální koaktivační terapie aj.

**2 – 5. den po operaci**

- pokračování v nastavené terapii se zaměřením na zvětšování rozsahu pohybu
- pasivní cvičení na motorové dlaze dle rozsahu určeného operatérem
- polohování
- pasivní cvičení s dotažením
- aktivní cvičení s dopomocí
- korekce stereotypu pohybu do předpažení a upažení
- využití specializovaných terapeutických konceptů – Bazální posturální programy, Proprioceptivní neuromuskulární facilitace, Akrální koaktivační terapie aj.

**Před propuštěním pacienta doplníme RHB o:**

- instruktáž pacienta o péči o jizvu (po vytažení stehů)
- poučíme o následné ambulantní rehabilitační péči

**Použitá literatura:**

KOLÁŘ, P. *Rehabilitace v klinické praxi.* 1. vydání. Praha : Galén, 2010. 713 s.

**Vypracovaly fyzioterapeutky:**

Mgr. Šuteková Veronika
Kozlová Lenka