

Polskie Towarzystwo Chirurgii Artroskopowej
Warszawa 2012

PODSTAWY REHABILITACJI PO ENDOPROTEZOPLASTYCE STAWU KOLANOWEGO

REDAKCJA NAUKOWA:

PROF. DR HAB. N. MED. JAROSŁAW DESZCZYŃSKI

DR HAB. N. MED. ARTUR STOLARCZYK

KLINIKA ORTOPEDII I REHABILITACJI ORAZ ZAKŁAD REHABILITACJI KLINICZNEJ

ODDZIAŁU FIZJOTERAPII II WYDZIAŁU LEKARSKIEGO

WARSZAWSKIEGO UNIWERSYTETU MEDYCZNEGO





www.czynnikiwzrostu.pl

Publikacja wydana dzięki grantowi naukowemu



ISBN: 978-83-908482-0-4

Prawa autorskie:

prof. dr hab. n. med. Jarosław Deszczyński

dr hab. n. med. Artur Stolarczyk

Redaktorzy pomocniczy:

dr n. med. Łukasz Nagraba, lek. n. med. Tomasz Mitek

Wydanie pierwsze

Rok wydania: 2012 Warszawa

Projekt i realizacja graficzna: KEbeth Studio, www.kebeth-studio.com.pl

Prezentacja ćwiczeń: Daria Szymańska

Foto: Piotr Frey, Studio digi-FOTO, www.digi-foto.pl

Spis treści

Wstęp	5
Rozdział I (autor: Tomasz Mitek)	7
Zarys anatomii stawu kolanowego oraz patofizjologia choroby zwyrodnieniowej stawu kolanowego	7
Budowa stawu kolanowego	7
Biomechanika stawu kolanowego	9
Choroba zwyrodnieniowa stawu kolanowego	10
Rozdział II (autor: Łukasz Nagraba)	13
Możliwości zachowawczego (nieoperacyjnego) leczenia choroby zwyrodnieniowej stawu kolanowego	13
Redukcja masy ciała	13
Fizjoterapia	13
Farmakoterapia	13
Rozdział III (autor: Artur Stolarczyk)	15
Leczenie operacyjne	15
Endoprotezoplastyka stawu kolanowego	15
Technika operacyjna	17
Powikłania pooperacyjne	19
Powikłania zakrzepowo–zatorowe	19
Rozdział IV (autor: Tomasz Mitek)	21
Przygotowanie do zabiegu operacyjnego	21
Rozdział V (autor: Adam Bronikowski)	23
Okres pooperacyjny	23
Wczesna faza usprawniania – fizjoterapia przyłózkowa	23
Ćwiczenia usprawniające	27
Pośrednia faza usprawniania – sala rehabilitacyjna	34
Zastosowanie fizykoterapii	49
Taping	50
Rozdział VI (autor: Adam Bronikowski)	57
Propozycja programu usprawniania pacjenta po wszczępieniu totalnej endoprotezoplastyki stawu kolanowego	57
Rozdział VII (autor: Adam Bronikowski)	59
Powracanie do normalnej aktywności życiowej	59
Rozdział VIII (autorzy: Łukasz Nagraba, Tomasz Mitek)	63
Podsumowanie	63