

Η φροντίδα μας, πάντα κοντά σας!

Η αρθροπλαστική γόνατος είναι μια ευρέως διαδεδομένη χειρουργική επέμβαση που χρησιμοποιείται για την αντικατάσταση των φθαρμένων/εκφυλισμένων αρθρικών επιφάνειων της άρθρωσης του γόνατος.

Οι πρώτες σοβαρές προσπάθειες αντικατάστασης της άρθρωσης του γόνατος ξεκίνησαν τη δεκαετία του 1940 με ημιαρθροπλαστική. Όμως, οι πρώτες προσπάθειες είχαν ως κοινό χαρακτηριστικό τη σχετικά σύντομη χαλάρωση των προθέσεων και την αδυναμία αντιμετώπισης του πόνου.

Η μεγάλη εξέλιξη σε αυτές τις επεμβάσεις άρχισε να συμβαίνει το 1973 με την ολική αρθροπλαστική γόνατος. Τη τρέχουσα δεκαετία εκτελούνται πάνω από 400.000 ολικές αρθροπλαστικές γόνατος στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής.

Αρθροπλαστική γόνατος ως εγχείρηση επιλογής

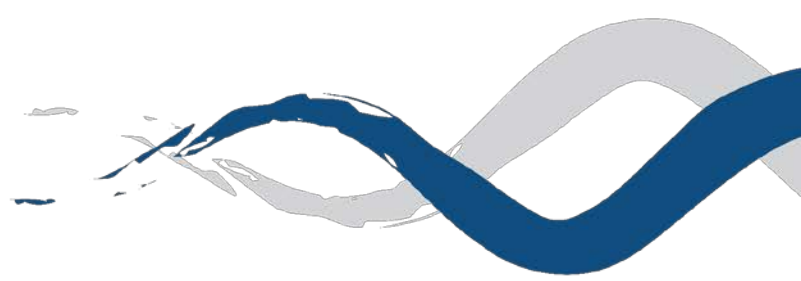
Η αρθροπλαστική γόνατος είναι η εγχείρηση επιλογής για την αντιμετώπιση προχωρημένης αρθρίτιδας. Η συχνότερη μορφή αρθρίτιδας είναι ο οστεοαρθρίτιδα και η ρευματοειδής αρθρίτιδα.

Σε όλες τις μορφές αρθρίτιδας υπάρχει καταστροφή του αρθρικού χόνδρου και εκφυλισμός της άρθρωσης με τη δημιουργία οστεόφυτων που συνοδεύονται με φλεγμονώδεις εξεργασίες, απώλεια του εύρους της τροχιάς της άρθρωσης του γόνατος και της επιγονατίδας, με μυϊκούς σπασμούς στους μυς που αφορούν την άρθρωση του γόνατος (γαστροκνήμιος, τετρακέφαλος, οπίσθιοι μηριαίοι) καθώς και με διαταραχή της βάδισης του πάσχοντα.

Όταν ο συντηρητικός τρόπος αντιμετώπισης δεν αποδίδει (φαρμακευτική αγωγή, φυσιοθεραπεία) τότε η αρθροπλαστική γόνατος μοιάζει να είναι η μοναδική επιλογή.

Η αρθροπλαστική γόνατος, πέρα από άτομα της τρίτης ηλικίας, αφορά και άτομα νεότερης ηλικίας μιας και τα υλικά που χρησιμοποιούνται (εμφυτεύματα) έχουν μεγαλύτερη αντοχή και διάρκεια ζωής.

Με την αρθροπλαστική, οι φθαρμένες αρθρικές επιφάνειες αντικαθίστανται με τεχνητά υλικά. Ο κατεστραμμένος αρθρικός χόνδρος του μηρού και της κνήμης αφαιρούνται και στη θέση τους τοποθετούνται μεταλλικά ενθέματα τα οποία



Η φροντίδα μας, πάντα κοντά σας!

είναι κατασκευασμένα από ειδικά κράματα τιτανίου, κοβαλτίου ή χειρουργικού χάλυβα.

Είδη τεχνικών αρthroπλαστικής γόνατος

1. **Η παραδοσιακή και πιο ευρέως διαδεδομένη** προσπέλαση βασίζεται σε μια μεγάλη κάθετη τομή του δέρματος, 15-20 εκατοστά στο πρόσθιο και κεντρικό τμήμα του γόνατος αποκαλύπτοντας την άρθρωση.
2. **Η ελάχιστη επεμβατική ολική αρthroπλαστική (MIS)** γόνατος παρόλο που η χειρουργική επέμβαση βασίζεται στις ίδιες αρχές με τη παραδοσιακή, ωστόσο η τομή και οι αποκολλήσεις των μαλακών μορίων είναι μικρότερες. Τα υλικά που χρησιμοποιούνται είναι τα ίδια με αυτά της κλασσικής ολικής αρthroπλαστικής γόνατος.

Ο ρόλος της φυσιοθεραπείας μετά από την επέμβαση ολικής αρthroπλαστικής γόνατος

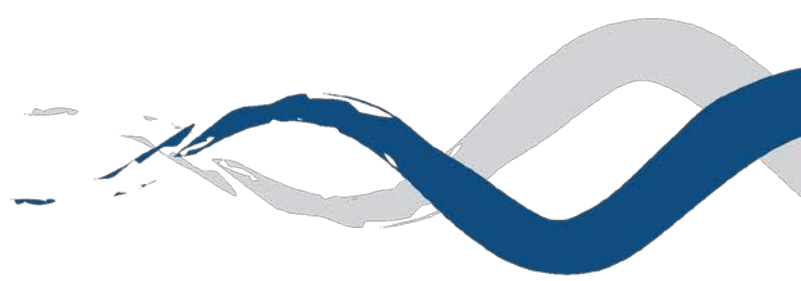
Η φυσιοθεραπευτική φροντίδα μετά την αρthroπλαστική γόνατος με όποια τεχνική και αν επιλέξει ο θεράπων ιατρός είναι εξαιρετικά σημαντική για την ποιοτικότερη επιστροφή του ασθενή στη καθημερινότητά του.

Στο παρόν ενημερωτικό έντυπο θα αναφερθεί ο ρόλος της φυσιοθεραπείας μετά την έξοδο του ασθενή από το νοσοκομείο.

Τα σημαντικότερα προβλήματα που συνήθως χρειάζονται φροντίδα μετά από μια αρthroπλαστική γόνατος είναι:

1. **Η κινησιοφοβία (φόβος στη κίνηση του χειρουργηθέντος μέλους).**
2. **Η απώλεια της έκτασης του γόνατος.**
3. **Η υποκινητικότητα της επιγονατίδας.**
4. **Η βράχυνση των μυϊκών ομάδων που αφορούν στην άρθρωση του γόνατος.**
5. **Η διαταραχή του κύκλου της βάρδισης.**
6. **Η ατροφία των μυϊκών ομάδων που αφορούν στο πάσχον κάτω άκρο.**

Η εξειδικευμένη φυσιοθεραπευτική παρέμβαση είναι καταλυτική προκειμένου να αντιμετωπιστούν τα παραπάνω κλινικά σημεία, η οποία συνίσταται σε:



Η φροντίδα μας, πάντα κοντά σας!

1. **Λύση των μυϊκών σπασμών** (trigger points) στους μύς που αφορούν στο γόνατο.
2. **Τεχνικές κινητοποίησης** για την αύξηση της κινητικότητας της επιγονατίδας και της κνημομηριαίας άρθρωσης προκειμένου να αποκατασταθούν οι τροχιές κινήσεις του γόνατος.
3. **Επανεκπαίδευση της βάδισης** μιας και ο ασθενής βιώνει μια νέα ανώδυνη κατάσταση.
4. **Ενίσχυση και αποκατάσταση** της δύναμης των μυϊκών ομάδων του γόνατος μέσω ασκήσεων ανοικτής και κλειστής κινητικής αλυσίδας.

Σκοπός του προγράμματος αποκατάστασης είναι η πλήρης αποδέσμευση του ασθενή από όλα τα βοηθήματα που χρησιμοποιούσε κατά την αποκατάσταση και η ασφαλής επιστροφή του στις προηγούμενες κοινωνικές, ψυχαγωγικές και επαγγελματικές δραστηριότητες.

Η περίοδος των ελεύθερων δραστηριοτήτων ξεκινά με τη προϋπόθεση ότι η κλινική εξέταση της άρθρωσης του γόνατος δεν παρουσιάζει πόνο και οίδημα, το εύρος τροχιάς είναι τουλάχιστον από 0 μοίρες έως 115 και η ισχύς των μυών της περιοχής αντιστοιχεί το λιγότερο στο 85% της ισχύος του υγιούς μέλους.

Η φυσιοθεραπευτική αποκατάσταση γίνεται πάντα σε συνεργασία με τον θεράποντα ιατρό και με σεβασμό στην ιστική επούλωση της χειρουργηθείσας περιοχής.

Στο Φυσιοθεραπευτήριο Ε.Γεωργακόπουλος έχουμε την εμπειρία, την γνώση και το πιο σύγχρονο ιατροτεχνολογικό εξοπλισμό για την πλήρη αποκατάσταση του ασθενούς με αρθροπλαστική γόνατος.