



PRIRUČNIK ZA OSOBE S AMPUTACIJOM

KLINIČKI BOLNIČKI CENTAR ZAGREB

KLINIČKI ZAVOD ZA REHABILITACIJU I ORTOPEDSKA POMAGALA

Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu

10 000 Zagreb, Božidarevićeva 11.

Tel.: + 385(1) 2367 900, fax: + 385(1) 2367 925

E-adresa: predbiljezbe.rop@kbc-zagreb.hr

Poštovani,

Znamo da se susrećete s bezbroj pitanja, zašto baš meni, što se dogodilo, kako ću dalje...

Sva pitanja su normalna jer ova situacija i stanje nije ni malo lagano, ali nije ni nešto što nećete uspjeti preživjeti i savladati, a mi ćemo Vam na tom putu pomoći.

Slobodno nam se obratite na:

Tel.: + 385(1) 2367 900, + 385(1) 2367 905, fax: + 385(1) 2367 925

E-adresa: vedran.ruzic@kbc-zagreb.hr

Mob: 091 4923 036

Što je amputacija?

- Amputacija je odstranjivanje dijela tijela u koštanom segmentu kao posljedica ozljede ili bolesti, a radi sprječavanja mogućih mnogo gorih ishoda za samog pacijenta.
- Dezartikulacija je odstranjenje dijela tijela u razini samog zgloba radi istih uzroka.
- Amputacijom osoba ne izgubi samo dio tijela već su ravnoteža, balans i propriocepcija vidno narušeni.

Što nakon amputacije?

S amputacijom ste započeli i jedno novo poglavlje u vašem životu koje ne mora biti tako strašno.

Većina osoba s amputacijom udova se vrati u svoj normalan život s nekim prilagodbama što ovisi o Vama ali i o vašoj uspješnoj rehabilitaciji.

Faze rehabilitacije koje trebate proći su:

- Poslije operacijska faza
- Prije protetička faza
- Protetička faza
- Faza dugotrajnog kliničkog praćenja

Postoperacijska faza rehabilitacije

Dolaskom na bolesnički odjel nakon same amputacije započinje Vaša poslije operacijska faza rehabilitacije.

Susrećete se otečenim batrljkom, bolovima, te fantomskim osjetom i fantomskom boli (osjećaj i bol onog dijela tijela koji nedostaje).

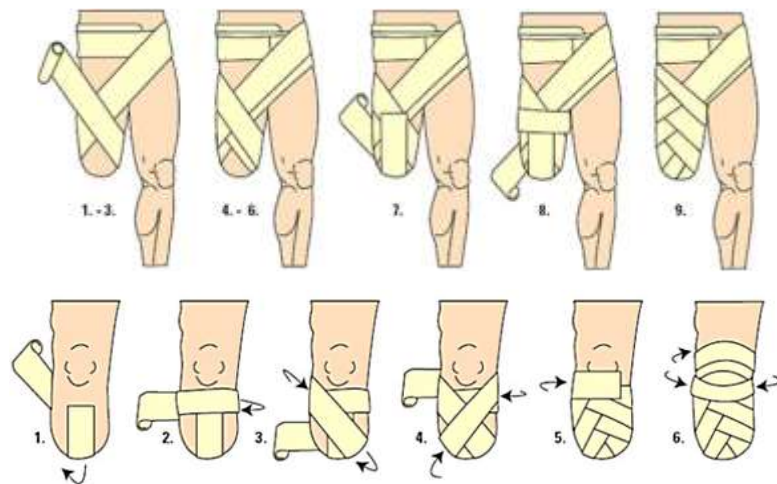
U ovoj fazi je bitna vertikalizacija (ustajanje, stajanje) – pri kojoj je potrebno osvijestiti gubitak uda kako ne bi došlo do pada radi ustajanja na nogu koje nema.

Bandažiranje batrljka (povijanje elastičnim zavojem) je vrlo bitan dio poslije operacijske faze, kao i terapijske vježbe.

Bandažiranje

Zašto bandažirati batrljak?

- Batrljak bandažiramo kako bi smanjili oteklinu.
- Oblikovali ga za buduće ležište proteze.
- Prilagodili batrljak na pritisak ležišta proteze.
- Bandažiranjem ćemo smanjiti fantomsku bol i fantomski osjet.



Pravila bandažiranja

- Bandaža se vrši uz pomoć elastičnog zavoja
- Izvodi se od vrha batrljaka gdje je i najveći pritisak
- Dijagonalnim pokretima se pritisak vrši prema gore
- Kako se elastičnim zavojem “penjemo” prema gore tako je pritisak slabiji
- Bandažom trebamo obuhvatiti cijeli batrljak
 - Kod potkoljenice iznad koljena
 - Kod natkoljenice do zgloba kuka
- Bandažu izvodimo svaki dan te ju u pravilu držimo dva sata dok sat vremena odmaramo
- Ako bandaža izaziva reakcije poput svrbeža, boli, promijene boje kože potrebno je skinuti istu te se posavjetovati s liječnikom
- Bandažu nikada ne držati tijekom noći

Predprotetička faza rehabilitacije

U ovoj fazi Vas treba obiteljski liječnik uputiti u specijaliziranu ustanovu za rehabilitaciju osoba s amputacijom, a to je u ovom slučaju Klinički zavod za rehabilitaciju i ortopedska pomagala, Božidarevićeva 11, Zagreb.

U specijaliziranoj ustanovi obavite Vaš prvi pregled prema protetičkoj opskrbi, ali i nešto više saznati o tijeku rehabilitacije i specijalističkim pregledima koje ćete morati obaviti prije prijema i rehabilitacije na samom odjelu.

Bitno je održavati pokretljivost batrljka, obavljati terapijske vježbe, kretati se uz pomoć hodalice ili štaka, koristiti invalidska kolica na koja imate pravo prema HZZO-u, a sve kako bi bili u što boljem psihofizičkom stanju, te spremni za prvi susret s protetičkim pomagalom.

Vježbe

Prikaz vježbi istezanja batrljka i jačanje ostatne muskulature



Doziranje vježbi prilagodite prema sebi, a cilj neka vam bude svakodnevno povećanje broja ponavljanja pojedine vježbe.

Uz prikazane vježbe na ilustracijama možete i izvoditi sljedeće vježbe:

- **sjedeći ili ležeći položaj:**

- nogu koja je amputirana položiti na ležaj, zategnuti stopalo kojeg nema prema sebi, zatim gurati koljeno u podlogu
- širiti noge u stranu, a rukama davati otpor kako bi se aktivirala muskulatura natkoljenica
- raširene noge skupljati prema sredini, rukama davati otpor ili staviti jastučić između natkoljenica te stiskati

- **ležeći na trbuhu:**

- jedna od vježbi neka vam bude svakodnevno okretanjem na trbuh čime ćete spriječiti mogućnost nastajanja kontraktura u zglobu kuka
- podizati nogu koja je amputirana prema gore te napeti muskulaturu stražnjice.
- svaki od opisanih položaja vježbi potrebno je zadržati nekoliko sekundi, a zatim napraviti nekoliko ponavljanja svake vježbe

Protetička faza rehabilitacije

Protetička faza rehabilitacije traje otprilike 4 do 6 tjedana ovisno o razini amputacije.

Sastoji se od:

- prijema pacijenta na odjel
- uzimanja mjere za protezu individualne izrade
- izrade proteze od strane ortopedskih inženjera
- fizioterapijskih vježbi
- škole hoda
- edukacija o njezi batrljka (njegu batrljka potrebno je izvoditi u svim fazama rehabilitacije - pranje vodom s blagim sapunom, sušenje te njega hidratantnom kremom)

Nakon provedene škole hoda te uspješnog ishoda rehabilitacije, postiže se samostalnost pacijenta u aktivnostima svakodnevnog života.

Povratak radnim aktivnostima.

Osobe s amputacijom udova imaju i veliku mogućnost uključivanja u sportske aktivnosti.

Više informacija o sportu osoba s invaliditetom, pravima i mogućnosti osoba s amputacijom možete pronaći i na web stranici Udruge amputiranih grada Zagreba i Zagrebačke županije (amputirani.com.hr) čije sjedište se nalazi u našem Kliničkom zavodu.

Faza dugotrajnog kliničkog praćenja

Ova faza je izrazito bitna jer Vaš život s protetičkim pomagalom tek je počeo nakon izlaska iz rehabilitacijskog centra.

Na tom putu susresti ćete se s još mnogim pitanjima i problemima koji su svi naravno rješivi.

Stoga je potrebno da ste pod kontrolom cijelog rehabilitacijskog tima koji je sudjelovao u vašoj protetičkoj opskrbi, jer oni će moći pratiti vaš napredak, ali i pomoći vam s problematikom kojom se susrećete.

Klinički zavod za rehabilitaciju i ortopedska pomagala

Zavod je započeo radom 6. svibnja 1961. godine na inicijativu prof. dr. Ferde Grospića.

Djelatnost Zavoda obuhvaća: bolničku rehabilitaciju osoba s amputacijom udova na dva odjela s ukupno 39 postelja, a u poliklinici dijagnostiku i liječenje u okviru fizikalne medicine, te dijagnostiku ortopedskih bolesti i propisivanje pomagala.

Svoju značajnu ulogu Zavod je uspješno ispunio u Domovinskom ratu (1991-1995) zbrinjavanjem i rehabilitacijom 864 ranjenika s amputacijom udova, a posebice onih najtežih.

Zavod svake godine organizira i značajan simpozij medicine i tehnike o ortopedskim pomagalima, a trajno je djelatna u svim aktivnostima iz područja pomagala i

rehabilitacije osoba s amputacijom i u tome surađuje sa srodnim zdravstvenim ustanovama i drugim institucijama.

Bitno je obilježje rada Zavoda interdisciplinarnost i timski rad. U tom smislu povezane su fizikalna i rehabilitacijska medicina s ortopedijom i kirurgijom te s ortopedskom tehnikom.

Rehabilitacija se obavlja sukladno svim europskim standardima s kojima je i mjerljiva po ishodu i trajanju.

NAPISAO: Vedran Ružić prvostupnik fizioterapije

ILUSTRACIJE: amputirani.com.hr

UREDNIK: Vedran Ružić, prvostupnik fizioterapije
Željko Nujić, ortopedski tehničar CPOI

STRUČNA RECENZIJIA: prim. mr. sc. Neven Kauzlarić, dr. med.