

Vlasta, 24. 8. 2016

Když je nutná výměna kloubu

Onemocněním pohybového aparátu trpí přibližně 12 procent populace. Moderní medicína dokáže poškozené a nefunkční klouby nahradit. Pokud veškeré konzervativní terapie selžou, je namístě zvážit právě endoprotézu.



Pokud se pro zákrok po vyčerpání jiných možností a po zvážení všech pro a proti rozhodnete, musíte být připraveni na to, že vás čeká důležitá pooperační rehabilitace. Jejím cílem je zlepšení rozsahu hybnosti v operovaném kloubu. „Pacient absolvuje dechová cvičení či cvičení gymnastiku, která slouží jako prevence žilních nemocí. Nevyhne se ani cvičení stehenních svalů a posilování horních končetin. Důležitou součástí rehabilitace je chůze s oporou berlí, která začíná velmi pomalu, krůček po krůčku, nejprve po rovině a později po schodech. Poté pacient začíná cvičit pod dohledem na rotopedu, mohou být přidávány i jiné druhy terapie. Pacienti také učíme, jak správně vstávat na lůžko a jak z něj následně vstávat. Přibližně po 4 až 6 týdnech od zákroku může být operovaná

končetina plně zatěžována,“ uvádí Vladislav Hospodář, primář oddělení Ortopedie a jednotky totálních endoprotéz Rehabilitační kliniky Malvazinky.

Nemusí to být celý kloub

Každým rokem u nás lékaři provedou zhruba 8 tisíc výměn kloubů, přičemž nejčastěji nahrazují kyčle a kolena. Možné jsou také částečné endoprotézy nebo endoprotézy lokte, ramene či článků prstů.

„Pacientovi můžeme voperovat buď jen částečnou, nebo totální endoprotézu. Zatímco při částečné se nahrazuje jen poškozená část, při totální se nahradí všechny kloubní plochy. Pokud je nutná například totální endoprotéza kolenního kloubu, znamená to však, že by se nahradilo celé kole-

no. Nahradí se jen povrch kloubu a kloubní chrupavka. Při zákroku se tak odstraní jen malá část kosti s tím, že vazy, šlachy i svaly zůstanou zachovány,“ vysvětluje lékař Vladislav Hospodář.

Životnost je individuální

Dalším důvodem, proč lidé zákrok oddalují, jsou obavy, že jim endoprotéza dlouho nevydrží. Životnost náhrady se předem odhadnout nedá. Ovlivňuje ji mnoho faktorů, například, jak často je používána a při jakých aktivitách. „Závisí však i na tom, kolik pacient váží nebo zda chodí na pravidelné kontroly. Mnoha lidem vydrží totální náhrada celý život, jiným méně než rok. Opoždění mohou urychlit nadměrná aktivita či obezita pacienta, negativní vliv má i infekce kdekoli v těle,“ dodává ortoped.

Teplé koupele s přísadou meduňky nebo jalovce uvolňují svaly a uklidňují duši. Levandule podporuje celkové zklidnění těla a pomáhá dobrému spánku.

Víte, že...

• Játra patří mezi orgány s největší funkční rezervou. Pro zachování základních funkcí, které tento orgán zajišťuje, stačí pouhá pětina jaterní tkáně.

Výzkumy potvrzují, že čas strávený v přírodě nebo na zahradě má pozitivní vliv na zdraví a štěstí – nazývá se biofilie.