

VIDEO: Škola chůze. Lidé po amputaci nohy začínají od hlavy

21. března 2015    

Tragédie. Šok. Psychické trauma. To většinou pocítují lidé, kteří z jakéhokoliv důvodu přišli o nohu. Nejprve se s trvalými následky musí vyrovnat v hlavě. Poté následuje doba, kdy se učí znovu chodit s novou „nohou“.



Škola chůze pro pacienty po amputaci nohy | (1:33) | video: IDNES.cz

Někdejší vlakvedoucí Radek Berky přišel o nohu poté, co ho přejel vagon. Teď se znovu učí chodit. První, co musel udělat, bylo srovnat se s tím v hlavě. „Musíte se s tím sžít, že ta noha tam není,“ řekl Berka iDNES.cz.

Pak už šlo především o zvyk, techniku, zkoušení. „Získal jsem sebedůvěru a protéze už věřím,“ konstatuje.

Počet lidí, kteří po úrazu nebo třeba kvůli cukrovce přijdou o nohu, neustále přibývá. Zatímco koncem 80. let se ročně provádělo přibližně 3 700 amputací, o dvacet let později je to už více než dvojnásobek.

„Amputací dolních končetin mnohdy nedokážeme zabránit, nicméně možnosti následné rehabilitace se zvětšují. Pro pacienty to znamená odstranění výrazných omezení v budoucím životě. Vždy je však potřeba, aby pacient zůstal trpělivý a opravdu tvrdě na sobě pracoval,“ uvádí lékař Libor Musil, primář rehabilitačního oddělení Rehabilitační kliniky Malvazinky.

Začít musíte hned po amputaci

S rehabilitací začínají lékaři hned po amputaci končetiny, napřed takzvanou předprotetickou terapií. Věnuje se například péči o zbytek nohy nebo o jizvu, zvyšuje se celková kondice pacienta, přičemž velká pozornost se věnuje i zbylé noze, která je po amputaci druhé končetiny značně přetěžovaná.

Následně se v rámci rehabilitace přechází k takzvané vertikalizaci, při níž pacient pomalu střídá různé polohy těla, aby získal dostatečnou stabilitu, správné vzpřímené držení a zvykl si na nový obraz svého těla. A pak už je na řadě takzvaná škola chůze, kterou jen na Rehabilitační klinice Malvazinky podstoupí každý rok desítky pacientů.

„Průběh Školy chůze je zcela individuální. Záleží na osobnosti pacienta, jeho fyzickém, psychickém i zdravotním stavu a také na jeho osobních cílech. Jinak při rehabilitaci postupujeme s pacientem, který se chce věnovat vnučatům a chce být schopen si s

Amputaci přibývá

První amputace končetin se dělaly už pět tisíc let před naším letopočtem. Amputace proto patří mezi nejstarší chirurgické zákroky.

Koncem 80. let se v Česku provedlo zhruba 3 700 amputací ročně. O 20 let později to už bylo více než osm tisíc amputací.

OnaDnes.cz, 21. 3. 2015

nimi dojit sednout si jen na zahrádku, a jinak s tím, kdo chce zase jezdit na kole nebo zdolat Sněžku," uvedla fyzioterapeutka Hana Kohoutová, která na Malvazinkách vede programy pro pacienty po amputaci dolní končetiny.

„Důležité je, že pacienti cvičí dohromady, a mají tak jedinečnou možnost učit se jeden od druhého a ztratit přirozený stud," dodala Kohoutová, podle níž je důležité, aby pacient získal k protéze důvěru.

„Celkový program je časově náročný, ale přináší výsledky. Pacienti zpravidla denně rehabilitují po dobu tří až čtyř týdnů. Po absolvování této doby jsou obvykle schopni chůze bez opory."

Protéza za vás chodit nebude

Nemocní se například učí chodit s protézou pomocí bradel, která jim poskytují oporu, procvičuje se chůze po šikmé ploše, ze schodů, přes překážky i v terénu. Cílem je připravit pacienty na běžné situace, se kterými se setkávají v každodenním životě.

„Protéza nikdy nebude chodit za vás, ale bude chodit tak, jak vy budete chtít. Stejně jako drahé lyže nedělají dobrého lyžaře a jízda na lyžích se musí natrénovat, musí se natrénovat i správná chůze s protézou," poznamenala fyzioterapeutka Hana Kohoutová.

Autor: pet