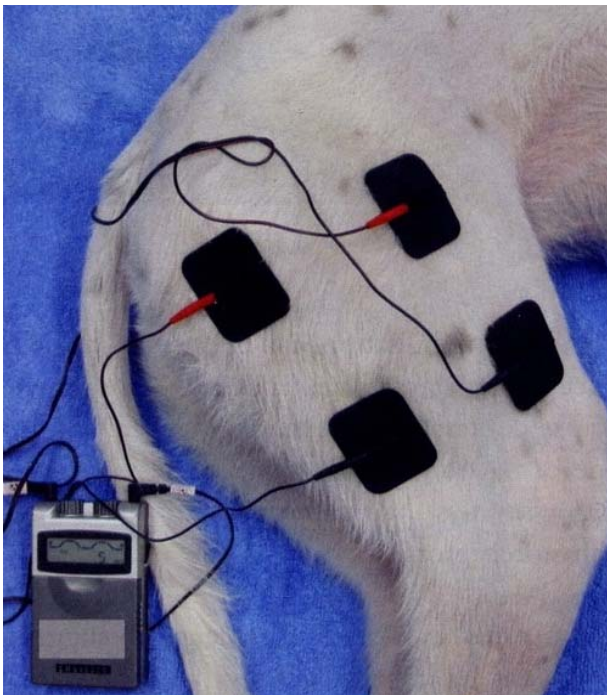


ТТА – следоперативни грижи и възстановяване

Голям брой научни изследвания както в хуманната така и във ветеринарната литература изтъкват важността от правилно насочените следоперативни грижи и физикална терапия за по-доброто и пълно функционално възстановяване на пациенти след оперативна намеса при скъсване на предната кръстосана връзка на колянната става.

В повечето случаи физикалната терапия започва още преди операцията, тъй като състоянието на колянната става и мускулатурата около нея са от ключово значение за изхода от операцията. Това включва обезболяване на пациента и поддържане на мускулатурата в добър тонус (чрез масажи или нервно-мускулна електрическа стимулация – сн.1).



сн.1

За съжаление в повечето случаи връзката се скъсва напълно след дегенеративни промени настъпили в нея в продължение на месеци и операцията се извършва при развили се вече артритни промени в колянната става.

Добре е да започнете с план как ще бъде обезопасен вашия дом, за да осигурите нужните условия за правилното възстановяване на домашния ви любимец. Ето няколко съвета:

- обмислете как ще ограничите движенията на вашето куче. Това е от изключителна важност за възстановяването и може да бъде постигнато чрез: поставяне на кучето в голяма клетка, връзване постоянно на повод, ограждения в къщи, затваряне в отделна стая.
- **Скачането е абсолютно забранено!!!** Хиперекстензията в оперираната колянна става може да компрометира хирургическата намеса или да забави зарастването на тъканите. Не се позволява скачане от и на легла, дивани и т.н.
- **Забранява се също и слизане или изкачване на стълби.** В случаите когато това е неизбежно (например кучето е прекалено голямо) имайте добър контрол върху него (сложете повода преди да сте отворили входната врата) и използвайте кърпа или специални изделия за това под корема на кучето за допълнителна стабилност (сн. 2 и 3)



сн. 2



сн. 3

- Внимавайте с гладките подове, на които кучето може да се подхлъзне. Ограничете достъпа му до тези места или поставете килим, мокет или друго покритие
- Осигурете на вашият домашен любимец удобно и комфортно място за почивка, особено в ранния следоперативен период (сн.4)



сн. 4

Трябва също да знаете кое е нормално и кое не през ранния следоперативен период

Нормално	Ненормално
Оток в и около мястото на разреза (той следва да бъде не повече от два-три дни след операцията)	<i>Оток, който се задържа повече от три-четири дни</i>
Кръвонасядане около разреза	<i>Кръвонасядания извън мястото на разреза</i>
Малко количество раневи секрет, който е бистър на цвят или примесен с кръв	<i>Изтечения от раната, които не са бистри или са в голямо количество</i>
Дискомфорт при палпация около, разреза	<i>Неспиращо кървене от разреза</i> <i>Дискомфорт, който не се повлиява от студените компреси или обезболяващите лекарства, изписани от ветеринарния ви лекар</i> <i>Дискомфорт, каращ кучето ви да плаче и хапе</i>

Последователност на следоперативните грижи и физикалната терапия в седмици

Първа седмица

1. Масаж (5-10 мин, 3-4 пъти дневно). Необходимо е кучето да легне на една страна, противоположна на страната на оперирания крайник. Започнете масажа с леко разтриване от пръстите нагоре по крайника.
2. Пасивни движения във всички стави (по 10 повторения, 3-4 пъти дневно). Тези движения са важни за изхранването и поддържане на нормалната подвижност в ставите. Най-добре е тези движения да се извършват след масажа и в същото странично легнало положение на кучето. Започва се с петната и се продължава нагоре към колянната и тазобедрената става. Движенията следват нормалния ход на ставата (свиване и изпъване), като задължително с другата ръка подкрепяйте целия крайник. Движете ставите в обхват, който не предизвиква дискомфорт или болка. Вие сами ще установите тази точка.
3. Кратки разходки на къс повод (по 5 мин, 3-4 пъти дневно). Повода трябва да бъде максимално къс, за да бъде кучето постоянно до вас и колкото по-бавна е разходката, толкова по-голяма е вероятността кучето да използва оперирания крайник. По преценка може за допълнителна подкрепа да използвате и кърпа под корема (сн.2 и 3).
4. Студени компреси (10-15 мин.). След горепосочените упражнения е важно да се поставят студени компреси върху оперираното коляно. Може да използвате специални гелове и приспособления за охлаждане, хладоагенти или дори пакет замразени зеленчуци. Задължително е да обвийете с кърпа горе изброените средства за охлаждане и така да ги поставите върху кожата.

Втора седмица

3 дни след оперативната намеса може да използвате топлинни процедури като част от терапията. Не използвайте топлинните процедури преди третия ден или ако има оток или други признаци на възпаление около колянната става.

1. Влажна топлина (10 мин. преди упражненията). Най-лесно и практично е използването на кърпа навлажнена с гореща вода. Уверете се кърпата не е прекалено гореща, когато я поставяте върху кожата на кучето
2. Масаж (по 10 мин., 3-4 пъти дневно)
3. Пасивни движения в ставите (по 15 повторения, 3-4 пъти дневно)
4. Кратки и бавни контролирани разходки на къс повод (5-10 мин., 3-4 пъти дневно)
5. Студени компреси по преценка след горепосочените упражнения

Трета седмица

1. Влажна топлина (10 мин. преди упражненията)
2. Масаж (10 мин., 2-3 пъти дневно)
3. Пасивни движения в ставите (по преценка) – ако животното използва оперирания крайник все по уверено по време на разходките, може да прекратите това упражнение

4. Бавни контролирани разходки на къс повод (15-20 мин., 3-4 пъти дневно)
5. Упражнения „седни-стани“ (5-7 повторения, 3-4 пъти дневно). Упражнението включва изпълняване на команда „седни“ и веднага след това „стани“, като работи за екстензията и флексията на всички стави на задните крайници и стимулира мускулите около колянната става. Най-подходящо за това упражнение е времето за хранене, тъй като тогава кучето ви ще изпълнява с по-голяма охота командите. Могат да се използват и лакомства за стимулиране на кучето
6. Студени компреси – на този етап по преценка може да спрете използването им

Четвърта седмица

1. Влажна топлина – един-два пъти дневно или може да преустановите по преценка топлинните процедури
2. Масаж – по преценка
3. Пасивни движения в ставите – по преценка
4. Контролирани разходки на повод (20 мин., 3-4 пъти дневно). На този етап може да дадете малко по-голяма свобода на кучето си, като използвате дълъг 3-4 метра повод
5. Упражнения „седни-стани“ (до 10 повторения, 3-4 пъти дневно)

6. Движение във формата на цифра 8 (по 10 повторения, 3-4 пъти дневно). При това упражнение следвате въображаема цифра осем изписана на земята, като дължината на всеки кръг от осмицата е 10 метра. Това упражнение заздравява мускулатурата и стимулира баланса на кучето.

Пета-осма седмица

1. По ваша преценка и по преценка на ветеринарния ви лекар прекратете топлинните процедури, пасивните движения в ставите и масажите
2. Контролирани разходки на повод (по 20-30 мин., 3-4 пъти дневно). По време на една или две от разходките включете изкачване и слизване по наклон. Вървенето по наклонена повърхност в началото продължава 5 минути, като постепенно се увеличава с всеки изминал ден. Това упражнение стимулира предната и задната бедрена мускулатура.
3. Упражнения „седни-стани“ (по 10-15 повторения, 3-4 пъти дневно)
4. Движения във формата на цифра 8 (по 10-20 повторения, 3-4 пъти дневно)
5. Използване на малка височина (напр. висок бордюр) на който кучето слиза и се качва движейки се във формата на буквата „S“. Това упражнение заздравява мускулатурата, стимулира баланса, както и флексията/екстензията на колянната става

Девета-дванайста седмица

1. Изкачване и слизане на стъпала – започнете с контролирано на повод бавно изкачване на няколко стъпала и бавно слизане. Постепенно увеличавайте броя на стъпалата всяка следваща седмица. Винаги дръжте кучето на повод по време на това упражнение
2. Разходки на много дълъг повод или без повод по ваша преценка. Някои по-темпераментни и игриви кучета е по-добре да бъдат все още контролирани с повод на този етап
3. Контролирано на повод движение по наклон (по 10 мин., 3-4 пъти дневно)
4. Упражнение „седни-стани” (по 10-15 повторения, 3-4 пъти дневно)
5. Движения във формата на цифра 8 (по 20 повторения, 3-4 пъти дневно)
6. Използване на малка височина за слизане и качване (дължина 7-10 метра по време на всяка разходка)
7. Бавно бягане – на интервали от по 10-20 метра, 3-4 пъти по време на всяка разходка
8. Плуване (по 5-10 минути, два пъти седмично). Плуването трябва да бъде контролирано, най-добре в малък басейн. В никакъв случай не оставяйте кучето да скача във водата или да плува без ваш контрол.

Трябва да запомните, че всяко куче се възстановява по различен начин и за различен период от време. Ако по време на изпълняване на седмичните програми и преминаването от една седмица в друга установите, че вашето

куче демонстрира куцота или дикомфорт след упражненията е по-добре да се върнете на по-леката програма от предишната седмица.

Терапевтични средства при физикалната терапия

Студотерапия

Студотерапията е от особена важност в първите 72 часа след операцията. Тя е важна също и след извършване на изброените в програмата упражнения. Механизмът на действие на студа се изразява в свиване на кръвоносните съдове и оттук намаляване на циркулиращите медиатори на възпалението към тъканите на колянната става, намаляване проводимостта на нервите и притъпяване усещането за болка, а също и намаляване на локалния оток. Всичко това помага за понижаване на болката.

Студотерапията се извършва с помощта на фабрично приготвени за тази цел приспособления като например гелове (сн.5), специални торби за ледени компреси, или подръчни такива (ледени кубчета обвити в кърпа или пакет замразени зеленчуци). Торбичките с гелове са най-удобни, защото много добре се контурират по крайника. Важно е да се използва кърпа между кожата и използвания източник на студ, за да не се предизвика термонекроза на кожата.



сн. 5

Влажна топлинна терапия

Влажната топлина е втората по важност терапевтична модалност във ветеринарната физикална терапия. Установено е, че влажността подобрява проникването на топлина по-дълбоко в тъканите и се предпочита пред сухата топлина. Топлинните процедури не бива да се използват по рано от 72 часа от операцията или травмата. Също така е противопоказана при остър възпалителен процес, върху открити рани или в случаи на оток на тъканите. Топлината повишава локалното кръвообращение, повишава локалния тъканен метаболизъм, повишава еластичността на тъканите, стимулира зарастването на тъканите, намалява болката и отпуска мускулите.

Топлинните процедури е най-добре да се извършват преди пасивното движение в ставите, разтяганията и другите упражнения. Като източници на топлина се използват най-често фабрични торбички с гелове (те подлежат както на замразяване така и на затопляне – сн.6) или топла навлажнена кърпа.



сн. 6

Независимо какво използвате като източник на топлина, първо проверете температурата на загряващото приспособление върху вашата кожа като го задържите около 20-30 секунди и тогава я поставете върху кожата на кучето.

Масажиране

Важно е да запомните, че масажа не трябва да бъде фокусиран само върху мускулите на оперирания крайник. Поради по-голямото натоварване върху всички крайници е необходимо масажа да се прави върху големите мускулни групи на всички крайници. Масажа намалява болката, подобрява кръвообращението, намалява отока, тонизира мускулите, намалява вероятността от фиброза и контрактура на сухожилия и мускули.

Масажа на крайниците винаги започва от пръстите и преминава нагоре по крайника.

Пасивно движение на ставите

Това е движение предизвикано от външна сила (вашите ръце в случая), което следва нормалния обхват на движение във всяка става на оперирания крайник. Това е особено важно в ранния следоперативен период, когато все още крайника не се използва. Пасивното движение на ставите предотвратява обездвижването на ставите и срастването между тъканите, подобрява лубрикирането и оттам храненето на ставите, намалява болката.

Вашето куче трябва да бъде отуснато и да се чувства комфортно по време на тези упражнения. Препоръчва се да се изпълнява в странично легнало положение с оперирания крайник отгоре, но може и в правостоящо. Извършвайте движенията в ставата бавно и внимателно, като с едната ръка придържате крайника над ставата, която раздвижвате (сн. 7 и 8).



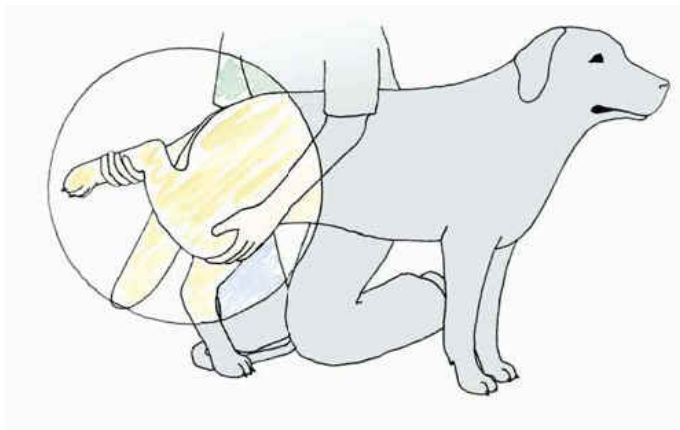
сн. 7



сн. 8

Разтягане

В случаите, когато животното не използва оперирания крайник дълго време, може да настъпи ограничаване в нормалното движението на стави, мускули или сухожилия. Упражненията за разтягане могат да неутрализират тези следоперативни усложнения като най-често се използва т.нар. статично-пасивно разтягане. Крайника се привежда в крайна екстензия или флексия и се задържа така около 20 секунди (фиг. 9). След това се отпуска в неутрално положение за същото време и упражнението се повтаря.



фиг. 9

Упражнения за сила

1. Упражнение по команда „ седни-стани” – това упражнение заздравява предната и задна бедрена и седалищна мускулатура, а също така и стимулира нормалния обхват на движение във всички стави на задните крайници. Важно е направите упражнението забавно за вашия любимец като го стимулирате, използвайки например нискокалорични лакомства. Запомнете, че правилното сядане е със свити симетрично прибрани колена под корема, а не с изнасяне на оперираното коляно в страни (както вероятно вашето куче е сядало преди операцията). За правилното извършване на тази част от упражнението, може да поставите кучето с оперирания крайник плътно до стена и така да му подавате командите. Кучето се задържа в седнало положение за няколко секунди и след това се изправя. Ставането след командата „седни” трябва да включва симетрично изтласкване с двете задни лапи, но имайте търпение защото това отнема поне 10 сесии от упражнението. При първите упражнения може да използвате нагръдник, за да подпомагате кучето при ставане. След напредване в упражнението може да подавате команда „седни” ,след което да се преместите встрани и зад кучето и да му подадете команда да дойде и да седне до вас.

2. Бавно и контролирано движение по наклон. Движението по наклон включва изкачване, слизане и странично движение по самия наклон. Както изкачването, така и слизането натоварват в по-голяма степен задните крайници, а също и стимулират екстензията и флексията на ставите. Вървенето странично през самия наклон с оперирания крайник поставен към ниската част на наклона е също много подходящо упражнение за заздравяване на мускулатурата. Последното се включва след няколко сесии от икачване и слизане по наклон. **Особено важно за тези упражнения е да имате стабилен контрол върху домашния си любимец чрез къс повод и да се движите бавно.**
3. Стъпала и стълби. Упражненията включващи слизане или изкачване на стъпала или стълби се включват в много напреднал етап от възстановителната програма, през който кучето използва свободно оперирания крайник. Подобно на предходните, и това упражнение заздравява мускулатурата и стимулира екстензията и флексията на ставите. **Сигурен контрол върху кучето с къс повод е есенциален по време на тези упражнения (сн. 10).** Започнете с няколко стъпала в началото, като постепенно увеличавате броят им.



сн. 10

4. Плуване (сн. 11). Това е едно чудесно упражнение за цялото тяло, тъй като натоварва мускулатурата, подпомага за редуцирането на телесното тегло, подобрява сърдечно-съдовата функция. По отношение на ставите плуването стимулира техния нормален обхват на движение, без да се натоварени от телесното тегло. Имайте в предвид, че упражненията във вода са много натоварващи и се назначават след 8-12 седмица на възстановителната програма и съгласуване на това с ветеринарния ви лекар.



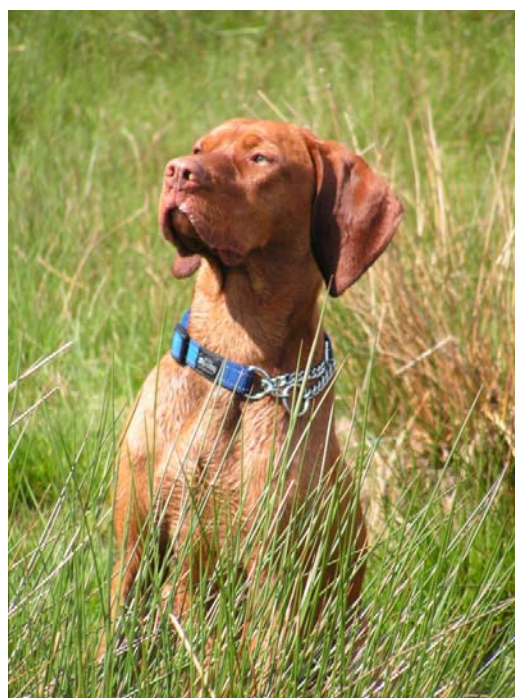
сн. 11

5. Упражнения за стимулиране на баланс и проприоцептивност. Тези две понятия са много близки по своята същност. Баланс е способността на вашето куче така да поддържа центъра на тежестта си разпределена правилно върху четерите си лапи. Проприоцептивност от друга страна е способността на кучето да определя как да поставя лапите си по време на движение или в покой, така че да поддържа този баланс. След операция обикновено тази проприоцептивност е нарушена, тъй като

кучето обременява крайника непълно. Най-честото упражнение за стимулиране на баланс и проприцептивност е движение във формата на **цифра 8**. За целта използвайте например дървета, храсти или предмети ,около които да описвате двата кръга на цифрата 8. Други вариации на това упражнение са специални приспособления (сн. 12) разходки по мека повърхност, пясък или тревен терен с различна височина растителност (сн. 13).



сн. 12



сн. 13

6. Аджилити



