



PODVODNÍ REHABILITAČNÍ CHODNÍK

PŘÍPADOVÁ STUDIE:

PORANĚNÍ KOLENNÍHO KLOUBU, RUPTURA MENISKU – ADAM

Předmět studie

Zotavení po operaci ruptury menisku

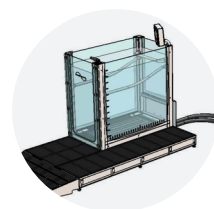
Úvod

24letý Adam, učitel a hvězdný hráč kriketu Wombourne Cricket Club, utrpěl vážné zranění pravého kolenního kloubu během tréninku na konci července roku 2015. Vyšetření ukázalo rupturu menisku a 50% poškození předního zkříženého vazy (ACL).

Následně podstoupil resekci menisku. Bylo mu řečeno, že nebude možné, aby znovu hrál kriket a že možná bude nutné podstoupit další operaci předního zkříženého vazy. Týden po operaci Adam přišel na rehabilitaci. Nebyl schopný dolní končetinu zatížit, nebo ohnout kolenní kloub. A byl extrémně znepokojený ohledně svého zotavení. Uvedl, že se cítí díky zranění zlomený, neboť byl zvyklý na každodenní cvičení, které mu pomáhalo kompenzovat i DM 1. typu. Adamův celkový zdravotní stav tím byl výrazně negativně ovlivněn.

Program

- Individuální fyzioterapie
- Podvodní rehabilitační chodník
- Magnetoterapie
- Kryoterapie



Přínosy

Adamův program začal manuální fyzioterapií k obnovení pohyblivosti a funkce. K posílení oslabených svalů začal s pomalou chůzí v podvodním chodníku, rychlostí 3 km/h a s hladinou vody 1000 mm. Voda poskytovala ideální prostředí a jen díky tomu mohl cvičit bez bolesti a bez dalších patologických vlivů na zraněné koleno.

Ke zmírnění bolestí a stimulaci obnovy chrupavky Adam podstoupil magnetoterapii. Pro podporu obnovení normální funkce buněk a jejich obnově bylo používáno slabé, pomalu oscilující elektromagnetické pole. Tyto efekty je možné ještě více akcelarovat použitím nové technologie – výkonový indukční systém (BTL-6000 Super inductive system).

Závěrečná část léčby sestávala z kompresní a chladové terapie, která byla aplikovaná na kolenní kloub k pomoci snížení zánětu a otoku.

Jak Adam postupoval programem, hladina vody v podvodním chodníku postupně klesala na 600 mm a rychlost vzrostla na 8 km/h, cvičení se stávalo intenzivnější. Potíže s běžnou chůzí ustoupily a Adam začal běhat na normálním běžecím pásu a nyní se vrací k tréninku na novou sezónu kriketu, která začíná v dubnu.

