

Fyzikální terapie – jaro 2020 (2. ročník)

Fyzikální terapie ve vnitřním lékařství, v neurologii, v chirurgických oborech

Rozdělení

- podle jednotlivých systémů
- primární onemocnění x přidružené

Kardiovaskulární systém

Ischemická choroba srdeční

Angina pectoris, st. p. infarktu myokardu

- úprava nepoměru mezi potřebou a dodávkou O₂ (prokrvení myokardu)
 - ovlivnění celkového krevního oběhu
 - ovlivnění ANS
 - reflexní ovlivnění

CO₂

- koupele, 20 min, 33 °C (± 1 °C), 3 x–6 x T, 15–20 x
- subkutánní injekce O₂ – 50 - 100ml levý prsní sval/horní část levého ramene
- plynové uhličitě koupele

končetinová koupel Hauffeho

- HKK, 36–40 °C, přerušeni při prvních známkách pocení

mechanoterapie

- lehké masáže – perikordium a horní polovina těla
- reflexní masáž – hrudní sestava

KI

- dekompenzace, časté (denní) záchvaty, některé poruchy rytmu

Hypertenze

CO₂

- koupele, 20 min, 33 °C (± 1 °C), 3x-6xT, 15-20 x
- plynové uhličitě koupele
- končetinová koupel
- HKK + (HKK + DKK), přerušeni při prvních známkách pocení
- při netoleranci částečné otírání/omývání

jodové koupele

- indikována při výraznější AS

KI

- dekompenzace, srdeční slabost, CMP s výraznou motorickou poruchou, psychické poruchy, celková slabost

Poruchy arteriálního prokrvení

obliterující AS, stp. arteriální trombóze, obliterující trombangitida (Bürger), Raynaudova choroba

- zlepšení prokrvení –
 - odstranění /zmenšení spasmů
 - zlepšení kolaterálního oběhu
 - ↓ bolesti
 - zlepšení fce končetiny

CO₂

- koupele, 20 min, 33 °C (± 1 °C), 3x-6xT, následně 30 min suchý zábal
- subkutánní injekce O₂ – oblast lýtka 50-150 ml (Raynaud – kůže předloktí)
- plynové uhličitě koupele

sírné, radonové koupele

- podobný účinek jako uhličitě, zlepšení kolaterálního oběhu – neznámý mechanismus

peloidní zábaly nohou a bérců

- v počátečních stádiích, max 42 °C, 20-30 min, 3x-4x, 30-45 min suchý zábal, často využití konsenzuální reakce

končetinová koupel Hauffeho

- HKK, 36-40 °C, HKK, druhá zdravá končetina, sedací koupel (obě DK zábal pro udržení tepla)

elektroterapie

- končetinová galvanická koupel
- DD ganglionární aplikace

mechanoterapie

- reflexní masáž (HKK – hrudní sestava, DKK pánevní sestava)
- vakuum-kompresní terapie

Onemocnění žilního systému

anatomické a fční změny v důsledku tromboflebitidy, flebotrombózy, varikoflebitidy → chronická žilní insuficience (otoky, poruchy trofiky kůže a nervů až bérkové vředy, neuralgické a myalgické bolesti, záněty šlachových pouzder, degenerativní změny na kloubech

- FTh odstup 3M od ústupu akutní fáze onemocnění (ústup ↑ TT)
 - zlepšení žilního návratu
 - zlepšení prokrvení (kůže i svaly, trofika nervů)

CO₂ koupele

- 20-30 min, 33 °C (± 1 °C), 6 x T, 20-25 x, DKK při koupeli ve zvýšené poloze, následně 30-60 min zvýšená poloha DKK

sírné koupele

- mírně hypertermické, 30-60 min, následně elevace DKK (síra xzánětlivý a xAS účinek)

radonové vody

- analgezie, vazodilatace (th chronické žilní insuficience)

vířivé koupele DKK

mechanoterapie

- subakvální masáž; tlak max 50 kPa!!!
- reflexní masáž (pánevní sestava)

prevence

- cvičení prevence TEN 1/D, bérce studené stříky/omývání (1-2 min), střídavá koupel DKK, polohování DKK, komprese

Bérkové vředy

- fototerapie
- magnetoterapie

Vazoneurózy

- *CO₂ koupele*
- *končetinová koupel Hauffeho*
- *vířivé koupele*
- *subakvální masáž*
- *střídavé stříky*
- *reflexní masáž*
- *sauna*
- *podélná galvanizace*
- *hydrogalvan*
- *DD – ganglia + místně*

Kardiovaskulární systém

Lázeňská léčba

- Darkov
- Poděbrady
- Teplice v Čechách
- Teplice nad Bečvou
- Hodonín
- Františkovy Lázně
- Konstantinovy Lázně
- Lázně Libverda

Dýchací systém + ORL

Akutní záněty

- potní kúry (termoterapie + horký bylinný čaj, teplá koupel DKK)
- dráždivý obklad na hrudník (↑ TT)

HCD

- inhalace (parní, sprej roztoku alkalických solí/hydro-uhličitano-chloridosodných), při ↑ tvorbě sekretu (suchý vzduch 42 °C/zemité slané vody)

paranazální dutiny

- IR/diatermie, inhalace

DCD

- teplo na hrudník (suchý neproduktivní kašel), inhalace (slané alkalické/zemité vody)

Chronické záněty

- výplachy slanými/zásaditými/zemitými vodami, kloktání
- přístrojová inhalace, oxygenoterapie
- termoterapie
 - KI – dekompenzace KVO, bronchiectazie, TBC
- IR
- mechanoterapie
 - reflexní masáž (segmenty C₃₋₆, Th₃₋₉), masáž hrudníku a břicha, subakvální masáž
- vodoléčba – otužování
- pitné kúry alkalické, slané vody
- peloidy
- klimatoterapie

Dýchací systém + ORL

Lázeňská léčba

- Bílina
- Jeseník
- Karlova Studánka
- Luhačovice
- Mariánské Lázně

Trávicí systém

Akutní onemocnění

záněty, krvácení

- negativní termoterapie (studený obklad/vak s ledem)

bolestivé spazmy (bez zánětu)

- dráždivé/teplé obklady

Chronická onemocnění
Žaludek + duodenum

hyperacidita

- pitná kúra hydrouhličitano-sírano-vápenato-sodné/železité vody (40-50 °C) – bez CO₂
- peloidní obklady na břicho
- kašovitě/vodní koupele, sedace, perličkové koupele

hypoacidita

- pitná kúra chlorido-sodnými vodami (studené 20-30 min před jídlem)

KI – krvácení do GIT, celková slabost, akutní záněty břicha

Chronická onemocnění
Střeva

enteritidy

- pitné kúry hydrouhličitan-chlorido-vápenato-sodné vody (40 °C) 2 x – 3 x/D

bolestivé stavy

- aplikace tepla

zácpa

- spastická – teplo, lehká masáž břicha, pití sírano-hydrouhličitano-chlorido-sodné vody, EG břišních svalů, reflexní masáž (pánevní sestava)

pozáněťové a pooperační srůsty

- termoterapie (diatermie)

žlučové cesty, játra, slinivka

- pitná kúra (sírano-uhličitano-chloridové vody) podpora vylučování žluči a pankreatického sekretu
- termoterapie (peloidy, IR, diatermie, sedací koupele, hydrokolon terapie)
- reflexní masáž (zádová sestava)

obezita

- pitné kúry
- termoterapie + hydroterapie (potní kúry, horkovzdušné koupele, sauna)

diabetes mellitus

- pitné kúry (sírano-hydrouhličitano-chloridosodné vody) 2-3 x/D
- koupele uhličitě, sírné, radonové – indiferentní

- subakvální masáž
- helioterapie

Lázeňská léčba – Karlovy Vary, Luhačovice

Pohybový systém

Zánětlivá revmatická onemocnění

revmatická horečka

- negativní termoterapie na klouby – akutně
- salicylová iontoforéza
- otužování (omývání/otírání, pak i další vodoléčba)

revmatoidní artritida

- termoterapie – IR, parafín, peloidy, diatermie
- koupele
- sírné bahno, solfatanové koupele
- ultrazvuk
- EG, IF, DD
- reflexní masáže

Zánětlivá revmatická onemocnění

Bechtěrevova choroba

- hydrokinezioterapie
- termoterapie
- subakvální masáž, ultrazvuk
- G, DD, IF, HG (elektroléčebná vana)
- KI – TBC artritida

Nezánětlivá revmatická onemocnění

Osteoartróza

- koupele (sírné vody, slané, jódové, radioaktivní), vířivé, subakvální masáž
- termoterapie (parafín, peloidy)
- G, HG, DD, IF, TENS, Träbertovy proudy, diatermie
- reflexní masáž

onemocnění šlach, svalů, fascií

- termoterapie
- mechanoterapie – UZ
- DD, IF, Träbert, TENS, EG

úrazy

- hydrokinezioterapie
- mechanoterapie – reflexní masáže, UZ
- elektroterapie

Lázeňská léčba

- Bechyně, Bělohrad, Bohdaneč, Darkov, Františkovy Lázně, Hodonín, Jáchymov, Mariánské Lázně, Ostrožská Nová Ves, Teplice v Čechách, Třeboň, Velichovky

Nervová soustava

CNS

CMP

- mechanoterapie – klasická masáž
- termoterapie – negativní (ovlivnění spasticity)
- termoterapie – pozitivní (kontraktury)
- CO₂ – koupele, subkutánní injekce
- elektroterapie – ES, podélná galvanizace
- hydroterapie – sírné, radonové
- lázeňská léčba (Jánské Lázně, Karviná, Velké Losiny)

PNS

kořenové syndromy

- termoterapie – IR, diatermie, parafín, peloidy
- mechanoterapie – UZ, vířivé koupele, reflexní masáž
- elektroterapie – podélná galvanizace, IF, ES, EG
- hydroterapie – hypertermní (sírné 37-40 °C, slané, jodové, radonové 36-38 °C, kombinace s CO₂ 34-35 °C; 10-30 min, suchý zábal 30-60 min, 16-20 x)

Lázeňská léčba – Bělohrad, Bílina, Jáchymov, Mariánské Lázně, Teplice, Velichovky

DM polyneuropatie

- hydroterapie (teplé; slané, sirié, radonové, vířivé, subakvální masáže, končetinová koupel Hauffeho)
- mechanoterapie (reflexní masáž)
- elektroterapie (hydrogalvan, ES)

Neurastenický a pseudoneurastenický syndrom

sedativní účinek

- hydroterapie (CO₂, perličkové, bylinné)
- termoterapie (peloidy – zábaly, obklady)

bolesti hlavy

- hydroterapie (chladné/střídavé koupele nohou)
- mechanoterapie (lehká klasická masáž, reflexní masáž šíje)
- hydrogalvan

nespavost

- hydroterapie (izotermická koupel)
- elektrospánek
- helioterapie

Psychiatrie

- elektrošoky
- elektronarkóza
- elektrospánek
- hydroterapie (dáždivé, sedativní procedury, kombinace obou)

Lázeňská léčba – Lázně Libverda, Jeseník

Gynekologická onemocnění

termoterapie

- teplé obklady, IR, diatermie („křížový oheň“)
- peloidy (40-45 °C, 15-20 min, teplý zábal 30 min)

hydroterapie

- sedací koupele (38-42 °C 15-20 min), uhličitá, železnatá vody

KI – TU, TBC rodidel, gravidita

Lázeňská léčba – Františkovy Lázně

Urologie

termoterapie

pitné kúry (minerální vody, sírano-hydrokarbonátové-chloridosodno-vápenaté, železnaté;
bylinné čaje; nalačno ráno a večer 1000-1500 ml/D)

mechanoterapie (lehká masáž břicha)

Lázeňská léčba: Mariánské Lázně

Literatura

Poděbradský

Hupka, Kolesár

Jandová