

# **Využití fyzioterapie před a po gynekologických operacích**

Základy fyzioterapie v péči o ženu  
Mgr. J. Pochmonová, Ph.D.

## ***1. malé gynekologické operace, zákroky***

prováděné ambulantně v lokální nebo krátkodobé celkové anestezii

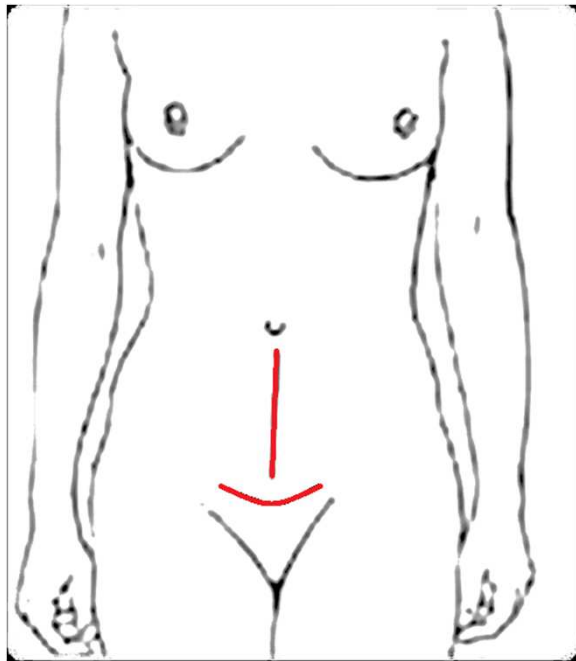
- sondáž dělohy
- dilatace hrdla děložního
- probatorní kyretáž hrdla a dutiny děložní
- punkce Douglasova prostoru
- ablace polypu hrdla děložního
- excize z čípku
- punkce cysty
- incize abscesu Bartoliniho žlázy
- miniinterupce
- interruptio legalis

## ***2. velké gynekologické operace***

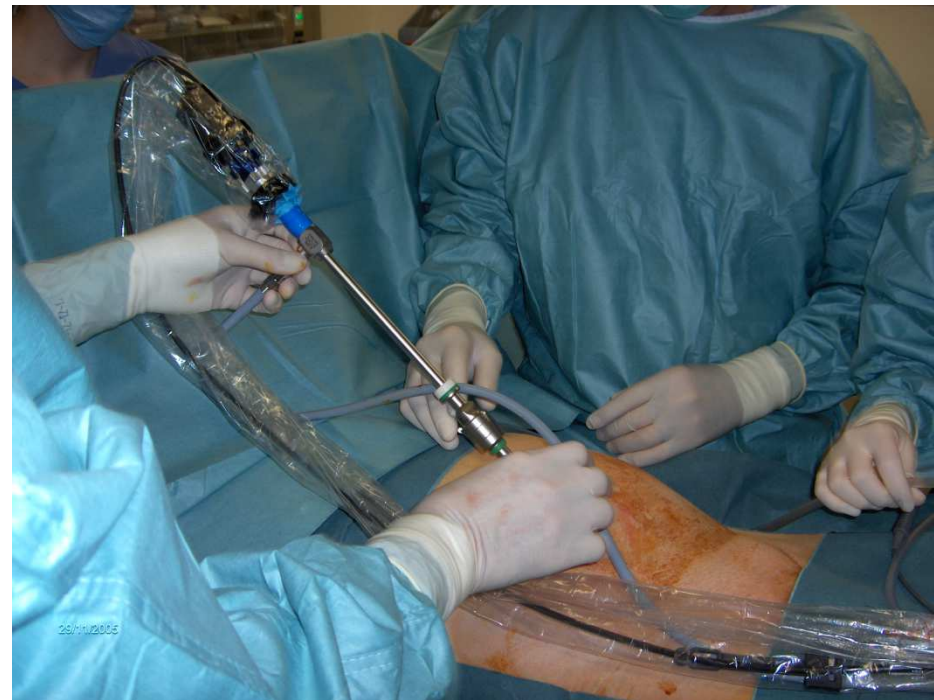
- ovariectomie
  - cystectomie
  - resekce ovarií
  - transpozice ovarií mimo oblast malé pánve
  - salpingectomie
  - salpingotomie(při EU)
  - hysterectomia simplex
  - hysterectomia cum adnexectomiam
  - supravaginální amputace těla děložního
  - ventrosuspenze dělohy(zavěšení)
  - metroplastika(při VVV dělohy)
  - enukleace solitárního myomu
-

# Abdominální operace

**Laparotomie**  
dolní střední laparotomie,  
tzv. příčný řez dle  
Phannestiela.

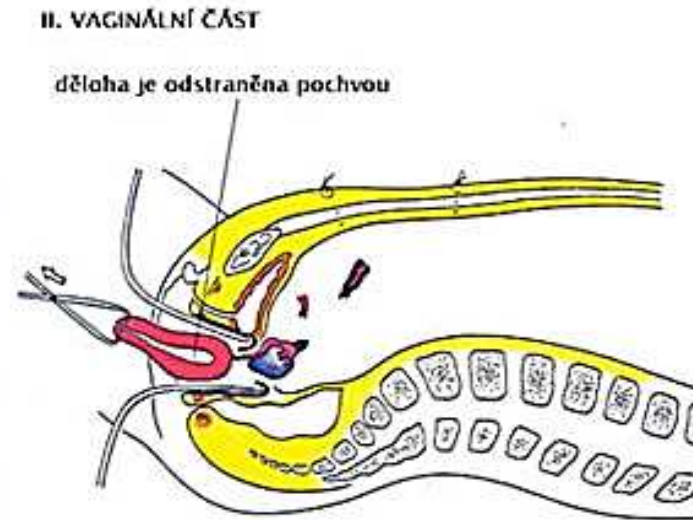
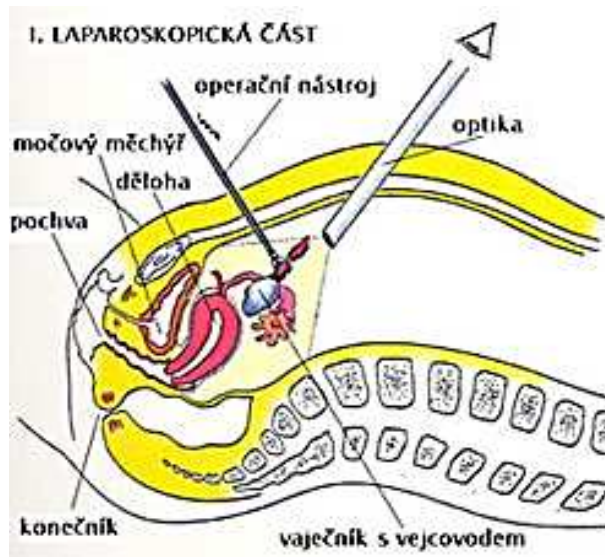


**Laparoskopicky**



# Vaginální operace

- malé gynekologické zákroky
- vaginální hysterectomie simplex
- vaginální hysterectomie cum adnexectomiam bill
- amputace hrdla děložního
- konizace hrdla děložního
- poševní plastiky
- vulvectomie



# Předoperační RHB

edukace ve cvičení  
prováděném v pooperačním období  
!!!

---

# Pooperační RHB

## Abdominální - laparotomicky

- prevence TEN
- dechová gymnastika
- urychlení hojení
- „používání těla“
- působení na CNS
- psychologické působení
  
- péče o jizvy !!!!

## Abdominální laparoskopicky

- prevence TEN
  - dechová gymnastika
  - urychlení hojení
  - „používání těla“
  - působení na CNS
  - psychologické působení
  
  - péče o jizvy !!!!
-

# Pooperační RHB

## Vaginální operace

- prevence TEN
  - dechová gymnastika
  - urychlení hojení
  - „používání těla“
  - působení na CNS
  - psychologické působení
-

# Prevence TEN

- zpomalení krevního oběhu vlivem operační polohy
  - cvičení malých kloubů DKK
  - izometrické kontrakce svalů DKK
  - základní poloha při cvičení ovlivněna odstupem od operace i typem operace
  - bandážování DKK
-



# Dechová gymnastika

- vliv celkové anestezie – intubace
  - nácvik odkášávání – fixace operační rány
  - hluboké hrudní dýchání
  - DG – statická x dynamická; pomůcky
-

# Urychlení hojení

- prokrvení malé pánve, urychlení MTB, tím i hojení operační rány
  - cílené cviky pro prokrvení malé pánve
  - posilování svalů zasažených operačním přístupem
-

# Působení na CNS

- naladění autonomního nervového systému
  - nervosvalová koordinace
-

# Psychologické působení

- sebeúcta
  - optimistické naladění
  - potlačení pocitů slabosti
-

# 0. den

- časný začátek cvičení
  - I / KI vždy lékař
  
  - prevence TEN – akra DKK
  - odkašlávání s fixací operační rány
  - následně dechová cvičení
  
  - frekvence – každé 2 hodiny (v případě infuze pouze omezit pohyb končetinou)
  - vertikalizace podle typu operace
-

# 1. den

- totéž co 0. den
  - cvičení i velkých kloubů končetin
  - vertikalizace podle typu operace
  - vstávání z lůžka x pokládání na lůžko
  - frekvence 2-3x denně
-

# další dny po operaci

## vaginální operace

- omezení pohybu močového katetru
- ne pohyby v kyčelním kloubu a kontrakce pánevního dna !!
- ty až po odstranění kateru
- od 5 dne cvičení i ve stoje

## abdominální operace

- eliminace výrazných kontrakcí břišní stěny
  - polohy – na zádech na boku, v sedě, od 2 dne lze i na břiše
  - od 5 dne i ve stoje
  - po odstranění stehů i cvičení břišních svalů
  - intenzita cvičení !!!
-

# péče o jizvu

- urychlení vstřebávání infiltrátů
  - eliminace adheze jednotlivých vrstev břišní stěny – „slepení“
  - hygiena
  - cvičení DKK
  - poloha těla
  - „tlaková masáž“
  - okolí jizvy
  - jizva samotná až od 3 týdne !!!
-



# Zdroje

- Volejníková: Cvičení v práci porodní asistentky
  - <http://www.strankyomenopauze.info/hysterektomie.php>
  - [www.chirurgie-zug.ch](http://www.chirurgie-zug.ch)
-