

Tájékoztató a fizioterápiás kezelésekről

Kedves Betegünk!

Tájékoztatónk célja, elkalauzolni Önt a fizioterápia világába. Összeállításunkkal szeretnénk Önt tájékoztatni arról, hogy a Fizioterápia-Gyógytorna részlegén milyen kezeléseket áll módunkban nyújtani. Reméljük, hogy rövid ismertetőnkkel segítünk Önnek eligazodni a szakorvos által elrendelt kezelésekkal kapcsolatban.

Kérjük forduljon hozzánk bizalommal!

A fizioterápia a gyógyítás legősibb ága. Görög eredetű szó, **természeti energiákkal történő gyógyítást jelent.** A fizioterápia komplex terápia egyes ágainak aktuális alkalmazása függ a betegségtől és adott esetben egyik vagy másik összetevője válik hangsúlyossá. A betegellátás minden fázisában megtalálható a megelőzéstől a **gyógykezelésen át a rehabilitációig.**

A fizioterápia eszköztára:

- mechanoterápia (gyógytorna-mozgásterápia, gyógymasszázs, száraz trakció, ultrahang kezelés)
- elektroterápia (kisfrekvenciás kezelések: stabil és különleges galván, iontoforézisek, szelektív ingeráram kezelés, ingeráram kezelések, hydrogalván kezelések -medence-, kádfürdő; középfrekvenciás kezelések: interferencia; és nagyfrekvenciás kezelések: magnetoterápia, rövidhullám)
- fototerápia (ultraibolya, infravörös, polarizált vagy lézerfény kezelések)
- hydroterápia (víz alatti sugármasszázs, súlyfürdő, subaqualis torna, borogatások-pakolások, lemosások-leöntések, fürdőkezelések, zuhanykezelések, szénsavas fürdők)
- balneoterápia (gyógyvíz esetén -fürdő, iszapfürdő, ivókúra)
- termoterápia (iszapkezelés, paraffinpakolás, hőlégekamera, gőzkamera, szauna, kryoterápia, ide is sorolhatóak a nagyfrekvenciás kezelések, hydroterápia és az infravörös sugárzás is)
- klímaterápia (gyógyklíma-kezelés, barlangterápia)
- inhalációs kezelések (aerosol-és aeroionterápia)
- kombinált kezelés (pl. hydroterápia-víz alatti torna, termoterápia-súlyfürdő, mechanoterápia tangenter)

A fizioterápia többségében **tüneti kezelés**.

Kóros tüneteket kezel, mint pl.: helyi anyagcsere csökkenés, vérkeringés csökkenés, idegi ingerelhetőség csökkenés, fokozottabb izomtónus-görcsös állapot, merevebb kötőszövet, fokozottabb folyadék felszaporodás, helyi gyulladás, ízületi mozgáspálya beszűkülés, fájdalom.

A fizioterápia hatásai:

- a fájdalom csökkentése
- vérbőség fokozása
- a gyulladás csökkentése
- izomerősítés
- izomrelaxálás
- mozgáskoordináció javítása
- specifikus hatások

Minden kezelés ellenjavallt a következő esetekben:

- lázas állapot
- daganatos megbetegedések
- heveny fertőző betegségek
- menses
- trombózis
- sérült, gyulladt bőr
- terhesség
- szívelégtelenség, szívinfarktus utáni állapot
- pszichiátriai gondozottak, epilepsia
- műtétek után kb. 2 hónapig (trombózisveszély miatt)
- beültetett fém, protézis a kezelésre kiírt területen a legtöbb esetben ellenjavallt
- pacemakeres betegeknek tilos az elektroterápiás kezelőhelyiségekbe belépni

A fizioterápiás kezelések folyamata:

A kezeléseket általában kúraszerűen, kezelési fajtánként egy kezeléssorozatban 10 alkalommal végezzük orvosi rendelvényre. A kezelések letelte után a szakorvosi kontroll vizsgálaton az orvos rendelhet el ismételt fizioterápiás kezeléseket a beteg számára, ha szükségesnek látja. Egyes kezelésfajták mindennap, más kezelésfajták ritkább gyakorisággal adhatóak. A kezelés megkezdésekor a fizioterápiás asszisztens felvilágosítást nyújt a beteg számára kiírt kezelésekkel kapcsolatban, megadja a kezelések gyakoriságát és előjegyzi a beteget a kezelésekre.

Részlegünk dolgozói a szakrendelésen megjelent járóbetegeket ill. a rehabilitációs osztályon fekvő betegeket látják el.

A betegeket a kiírt kezelések időbeni és eszköz szükségességének megfelelően jegyzik elő. Egy asszisztens egy időben általában 2-3 beteg kezelését tudja végrehajtani. Az egyik leggyakrabban kiírt kezelés az ultrahang, mely viszont időigényes, mert az asszisztens közben más kezelést nem tud feltenni.

Részlegünkön a következő kezelések állnak rendelkezésre:

Tüneti kezelések galvánáramokkal:

- **Stabil galván kezelés:** A galvánáram fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő, értágító hatású. Javítja az idegek vezetési képességét, ami érzészavarok és izombénulások esetén fontos, izomtónus-szabályozó hatása van, csonttörés után a csontosodást is elősegíti. Helyi vérbőséget okoz, amely a bőr kipirosodását eredményezi, nem szabad vakarni, viszont kezelés után érdemes egy kis testápolóval bekenni! Pacemaker, protézis esetén az áramot az érintett területen tilos átvezetni, daganatos megbetegedések-áttétek esetében a kezelést tilos felvenni! Kezelési idő: 10 perc.
- **Kowarschik-féle kezelés:** Különleges galvánkezelés. Nagy felületű elektródákkal történik a kezelés, típusos indikációk esetén. Kezelési idő: 15-20 perc.
 - kar-idegfonat gyulladáshoz fájdalma (brachialgia)
 - ülőideg gyulladáshoz fájdalma (ischialgia)
 - combideg gyulladáshoz eredetű fájdalma (femoralgia)
 - nyakból kiinduló karideg fájdalma (cervicobrachialgia)
 - derékből kiinduló karideg fájdalma (lumboischialgia)
- **Riesz-féle kalciumstasis:** Kalciumhiány esetén alkalmazott speciális galvánkezelés. A kezelés megkezdése előtt vénába vagy izomba kalcium injekciót kap a beteg. Kezelési idő: 20 perc.
- **Bourgignon-féle kezelés:** Szintén különleges galvánkezelés pl. migrén esetén. Kezelési idő: 3-5 perc.
- **Bergonier-féle kezelés:** Pl. "arcidegzsába" esetén. Kezelési idő: 15 perc

- **Iontoforézis:** Galvánáram segítségével gyógyszereket, szükséges ásványokat juttatunk a bőrön keresztül a szervezetbe. Fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő, kontraktúra oldó hatással bír. Leggyakrabban bevitt gyulladáscsökkentők pl. Lidocain, Dionin, Hidrocortison. Kezelési idő: 10 perc, legalább 3x/hét.

Hydrogalván kezelések:

- **Elektromos kádfürdő:** Indifferens kb. 34-35 fokos fürdővízben történő galvánáramos kezelés. Kezelési idő 10 perc. Nagyon fontos, hogy a beteg a kezelés alatt ne nyúljon ki a kádból, ne álljon fel! A kezelés befejezése után legalább 15 perces pihenőt ajánlatos tartani. Ha a beteg teljes elektromos fürdőt kapott, csak 2-3 óra után kaphat más kezelést. Kezelési gyakoriság: 3x/hét. Fájdalomcsillapító hatású, értágító, anyagcserefokozó és gyulladáscsökkentő hatása van.

Pacemaker, heveny ízületi gyulladás, fém, protézis, bőrbetegség, szívritmuszavar, súlyos érszűkület, embóliaveszély esetén kifejezetten tilos!

- **Négyrekeszes galvánfürdő:** A kezelés során a beteg a kezeket és/ vagy lábakat kádacskákban helyezi el, majd a fizioterápiás asszisztens lassan elektromos áramot vezet a vízbe. Kezelési idő 10 perc. Kezelés alatt tilos ékszer viselni és a végtagokat kiemelni a kádból az áramhatás alatt! Fájdalomcsillapító, keringésfokozó hatást érhetünk el vele.

Hydroterápiás kezelések:

- **Víz alatti sugármasszázs kezelés** (tangenter = a víz alatti sugármasszázs kezelőkészüléke): Csapvízes kádban vízszugárral masszírozza a testet gyögmasszőrünk lassú, hosszanti, keresztirányú és körkörös mozgással. Javítja a perifériás- és nyirokkeringést. Egyes mozgásszervi megbetegedésekben, baleseti vagy műtéti utókezelésben az izomzat erejének növelésére is előnyösen használható. Kezelési idő egésztest-masszázsánál átl. 20 perc.

Tüneti kezelések ingeráramokkal:

- **Diadynamikus áramkezelés:** Hatásai az áramforma függvényében lehetnek: ödémcsökkentés, fájdalomcsillapítás, gyulladáscsökkentés, értágítás, kötőszövet fellazítása, izomstimulálás. Gyógyszert is lehet ezzel a kezelésmóddal a szervezetbe juttatni. Sclerosis multiplex, elmebetegség esetén tilos, pacemaker, visszértágulat, szívelégtelenség esetén körültekintően végezzük a kezelést. Kezelési idő: 10perc, lehetséges naponta ill. másnaponta felvenni a kezelést.
- **Szelektív ingeráram kezelés:** A nem megfelelően működő, gyengült vagy bénult izom regenerációjára, izomerősítésre alkalmas. Elsősorban akut esetekben jó rehabilitációs eszköz, krónikus esetekben, pl. izomsorvadás megakadályozására is alkalmas. Kezelési idő egy területen 10 perc.
- **TENS:** A kezelés elsősorban az idegek stimulációján keresztül éri el gyulladáscsökkentő, fájdalomcsillapító, izomlazító hatását. Akut és krónikus esetekben is jól alkalmazható. Könnyen kezelhető készülék, a beteg saját tulajdonában lévő készülékét otthonában naponta többször is használhatja.

Interferencia kezelés: Középfrekvenciás kezelés. Izomstimuláló, görcsoldó, fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő, keringésjavító hatású elektromos kezelés. Bármely testtájon alkalmazható. Történhet lap és vákuumelektrodákkal. Vákuumos interferencia: az áram jótékony hatását enyhe vákuummal kiegészítve mikromasszázs hatást és fokozott izomellazulást lehet elérni. Kezelési idő: 10 perc.

Ultrahang kezelés: Mikromasszázs hatása fokozza a vérátáramlást, melegíti, lazítja az érintett területet, kitűnő fájdalomcsillapító és izomrelaxáló. Növeli a kezelt terület oxigénellátását, ezáltal javítja a gyógyulási folyamatokat. Kezelési idő egy területen kb. 3-6 perc.

- **Víz alatti ultrahang:** A kéz és a láb kisizületeinek kezelésére szolgál. A víz körülölelve az ízületeket az UH hatását közvetíti azokra a helyekre, melyeket a kezelőfej méreteinél fogva közvetlenül nem tudunk kezelni.
- **Szonoforézis:** Ultrahang segítségével gyógyszert vagy gyulladáscsökkentő anyagot juttatunk az ízületekbe, vagy a mély szövetekbe.

Mágneses kezelés: A magnetoterápia csökkenti az ízületi gyulladásokat, segíti a különféle izzadmányok gyorsabb felszívódását, csökkenti az izomspazmust, növeli az izomkontrakciókat, javítja a sejtek anyagcseréjét, a keringést, fokozza a csontépítést. Két mágneskészülékhez 4 darab elektromágneses tekercsünk van, melyet a kezelendő testrésznek megfelelően helyez el az asszisztens. Kezelési idő: 15-20 perc. Pacemaker, terhesség, szív-vese-májműködés elégtelenség, endokrin megbetegedések esetén kifejezetten tilos!

Speciális pakolások:

- **ritexpakolás:** jól bevált a gerincbetegségeket kísérő izomgörcs, izomfeszülés miatti fájdalom enyhítésére, kezelési idő: 15-20 perc
- **antiflogisztin** pakolás: alkalmazásával csökkenthető az ízületi gyulladás és fájdalom, a pakolást 12-24 órán át kell fennhagyni - asszisztenseink megtanítják a betegeknek a pakolások otthoni végrehajtását

Infravörös terápia (Sollux lámpa): Az infravörös fény melegítő tulajdonságát használjuk ki elsősorban felső légúti hurutokban, középfülgyulladásban, valamint krónikus mozgásszervi panaszokban.

Polarizált fény-terápia (Bioptron lámpa): Legfőbb hatásai: fokozza a test regenerációs képességét, ezáltal felgyorsítja a test saját gyógyulási folyamatát, fokozza a mikrokeringést, harmonizálja az anyagcsere folyamatokat, erősíti a szervezet immunrendszerét.

Orvosi gyógymasszázs:

Részlegünkön a gyógymasszőrök előjegyzés alapján állnak betegeink rendelkezésére.

Kezelési idő: 20 perc.

- **Svéd masszáz**s: Az orvos utasítására végzett gyógyító jellegű, a rehabilitációt és a megelőzést is jól szolgáló kezelés. A masszázskelés, esetleg passzív kimozzgatás az elrendelésnek megfelelően általában célzottan a beteg testtájra vonatkozik. Javítja a vérkeringést, fokozza az anyagcserét, fellazítja az izmokat, ezáltal csökkenti a fájdalmat, ugyanakkor izomerő fokozó hatással is bír. Alkalmazásával elősegíthetjük az ízületi mozgások felszabadulását, az ízületi zsugorodások mértékének csökkenését, a normális mozgásképeség helyreállítását. Masszőreink a klasszikus svéd masszáz fogásait alkalmazzák, melynek során simító, dörzsölő, gyúró, ütögető-paskoló fogásokat, vibrációt, kirázást, intermittáló nyomást végeznek.

Gyógytorna:

1. Járóbeteg ellátás

Rendelésünk előjegyzés alapján működik. Az érkező betegeket a hozott dokumentáció alapján a gyógytornászok osztják be a megfelelő csoportos tornára, illetve szükség esetén egyéni kezelésre.

A gerinc és egyéb ízületi fájdalmak, panaszok egyik legfontosabb kezelési módja a gyógytorna. A gyógytorna célja a mozgásszervi megbetegedések megelőzése, illetve gyógyítása mozgásterápiával, hiszen a mozgásfunkció helyreállítása csak mozgás segítségével valósítható meg. A gyógytorna a fizioterápia legjelentősebb ága.

A helyesen végzett, speciális tornagyakorlatok segítségével, a vérkeringés javításával, az ízületi funkciók fejlesztésével, az izomzat megerősítésével gyorsan és hatékonyan nyerhetjük vissza mozgáskészségünket megelőzve a későbbi súlyosabb betegségeket.

Részlegünkön az alábbi kezeléseket végezzük:

Reumatológiai kórképek gyógytornája:

- ízületi kopások (arthrosisok),
- csontritkulás (osteoporosis)
- porckorong kopás (discopathia)
- porckorongsérv (discus hernia)
- RA (rheumatoid arthritis)
- Bechterew-kór (SPA)

Műtéti utókezelés, balesetek utáni rehabilitáció (törések, ficamok, szalagsérülések) Ortopédiai

betegségek tornája: protézis beültetés (csípő, térd) utókezelése Gyermekek tornája:

- hanyagtartás, gerincferdülés (scoliosis), Scheuermann-kór
- lúdtalp, dongaláb
- mellkasdeformitások (tyúkmell, tölsérmell)
- megkésett mozgásfejlődésű gyermekek kezelése

Neurológiai betegségek kezelése:

- Parkinson-kór
- Sclerosis multiplex
- féloldali bénulás (stroke)

Nyiroködéma kezelése:

- nyirok drenázs (kézi nyirokelvezetés)
- bandácsolás (kompressziós pólya felhelyezése)
- ödémamentesítő torna

Terhestorna:

- szülésre felkészítés, szülés alatti légzéstechnika tanítása
- izomerősítés és nyújtás
- tartásjavítás, gerinctorna
- keringésjavító gyakorlatok
- koordinációfejlesztés
- gátizomtorna

Ha orvosi ellenjavallata nincs, akkor a terhesség 12. hetétől várjuk a mozogni vágyó kismamákat.

Intimtorna

Keringésjavítás: artériás torna, vénás torna, nyiroködéma mentesítő torna

Kiegészítő kezelések: TENS kezelés

2. Fekvőbeteg ellátás

Kórházunk fekvőbeteg osztályain orvosi elrendelés alapján történik a gyógytorna kezelés, mely általában egyéni torna.

A Krónikus Belgyógyászat, az Ápolási és a Rehabilitációs Osztályon az egyéni kezeléseken kívül gyógytornászaink csoporttorna foglalkozást is tartanak. A gyógytorna kezeléseket 7 és 15 óra között tartják.