

Πρώιμη Αποκατάσταση στην Ολική Αρθροπλαστική Γόνατος

2011-05-07 13:41:58

Έναρξη της Αποκατάστασης εντός 24 ωρών από ολική αρθροπλαστική γόνατος οδήγησε σε βελτίωση του εύρους κίνησης, ανώτερη δύναμη των μυών καθώς και στη σημαντική μείωση της διάρκειας της νοσοκομειακής παραμονής σε ασθενείς οι οποίοι είχαν οστεοαρθρίτιδα σε σχέση με αργοπορημένη έναρξη Αποκατάστασης, σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μια τυχαιοποιημένη ελεγχόμενη δοκιμή που δημοσιεύθηκε στο περιοδικό *Clinical Rehabilitation*.

Ερευνητές από Αλμερία, Μάλαγα και Γρανάδα, στην Ισπανία συνέκριναν 306 ασθενείς με οστεοαρθρίτιδα (ΟΑ) που υπέστησαν ολική αρθροπλαστική γόνατος (ΤΚΑ) και τυχαιοποιήθηκαν να υποβληθούν σε φυσική αποκατάσταση εντός 24 ωρών από τη χειρουργική επέμβαση ή να ξεκινήσουν την αποκατάσταση 48 ώρες έως 72 ώρες μετά την επέμβαση. Οι ασθενείς στις ομάδες ήταν ηλικίας 50 έως 75 ετών.

Η Αποκατάσταση και στις δύο ομάδες περιλάμβανε συμβουλές σχετικά με τη στάση, το περπάτημα σε μικρές αποστάσεις με βοηθήματα βάδισης και άνοδο-κάθοδο κλίμακος (σκαλιά).

Οι ερευνητές ανακάλυψαν ότι οι ασθενείς που άρχισαν την αποκατάσταση νωρίτερα έμεναν στο νοσοκομείο δύο ημέρες λιγότερο και είχαν πέντε λιγότερες συνεδρίες φυσικοθεραπείας (πριν το εξιτήριο) από την ομάδα που ξεκινούσε Αποκατάσταση αργότερα. Μια σύγκριση των ομάδων ανέδειξε επίσης λιγότερο πόνο, μεγαλύτερη δύναμη κάμψης-έκτασης ισχίων, ανώτερη δύναμη στον τετρακέφαλο και υψηλότερα αποτελέσματα σε δοκιμές για βάδιση και ισορροπία στην ομάδα της πρώιμης αποκατάστασης.

“Έναρξη Αποκατάστασης εντός 24 ωρών μετά την ολική αρθροπλαστική γόνατος μειώνει τη μέση παραμονή στο νοσοκομείο και τον αριθμό των συνεδριών που απαιτούνται για την επίτευξη της αυτονομίας, κανονικής βάδισης και ισορροπίας, κατέληξαν οι συγγραφείς στη μελέτη τους.

Βιβλιογραφία:

Sánchez Labraca N, et al. *Clin Rehabil*. March 7, 2011. [Epub ahead of print]. doi: 10.1177/0269215510393759.