



Klaipėdos
universitetas

Sveikatos
mokslų fakultetas



Klaipėdos
universitetas

30
metų

**XXI-OJI NACIONALINĖ MOKSLINĖ
KONFERENCIJA
„Į SVEIKĄ GYVENSENĄ IR SKAIDRIĄ BŪTĮ
VYDŪNO KELIU“**

Konferencijos pranešimų medžiaga



Klaipėda, 2021

Leidinio bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos nacionalinės
Martyno Mažvydo bibliotekos Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB)

Mokslinis komitetas:

Pirmininkas: prof. dr. Artūras Razbadauskas,
Klaipėdos universiteto rektorius

Nariai:

prof. habil. dr. Algimantas Kirkutis
prof. dr. Elvyra Acienė
prof. habil. dr. Ingrida Baranauskienė
prof. dr. (hp) Leta Dromantienė
prof. dr. Arvydas Martinkėnas
prof. dr. Daiva Mockevičienė
prof. dr. Sigutė Norkienė
doc. dr. Aelita Skarbalienė
prof. habil.(hp) dr. Dalia Marija Stančienė
prof. dr. Asta Šarkauskienė
doc. dr. Marija Truš

Organizacinis komitetas:

Pirmininkė: Goda Sakalauskaitė

Nariai:

prof. dr. Birutė Anužienė
Dainius Aponkus
Erika Butkutė
lekt. dr. Sigita Derkintienė
lekt. Rita Gikarienė
Juozas Ivanauskas
doc. dr. Asta Kiaunytė
lekt. Viktorija Lukminaitė
lekt. Jurgita Raišutienė
Tatjana Žuravlioiva

Leidinio sudarytoja:

prof. dr. Birutė Anužienė

© Klaipėdos universitetas, 2021

ISBN 978-609-481-100-5

PROPRIORECEPCIJOS PRATIMŲ POVEIKIS IR GRĮŽTAMASIS RYŠYS ASMENIUI PO PRIEKINIO KRYŽMINIO KELIO RAIŠČIO OPERACIJOS

Kornelija Mažionytė, lekt. Eglė Radzevičienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Priekinio kryžminio kelio raiščio plyšimas (PKR) yra viena dažniausiai pasitaikančių traumų, tiek pasaulyje, tiek Lietuvoje. Po PKR plyšimo dažnu atveju reikalingas operacinis gydymas. Po operacijos siekiant atstatyti kelio sąnario funkciją, sustiprinti raumenis, padidinti judesių amplitudę bei ateityje norint išvengti komplikacijų, kontraktūrų, pusiausvyros ir eisenos sutrikimų, svarbu taikyti reabilitaciją. Vienas iš būdų, padedančių asmeniui po PKR operacijos pagerinti kelio sąnario funkciją, yra propriocepcijos pratimai. Propriocepcija apibūdinama kaip gebėjimas jausti padėtį erdvėje, kurią veikia centrinė nervų sistema. Propriocepcijos receptorių veikla priklauso nuo bendros judėjimo krypties, greičio bei fiziologinių sąnario struktūrų. Propriocepcinė sistema yra viena iš sistemų, dalyvaujančių pusiausvyros valdyme. Reabilitacijos metu, viena iš priemonių, padedančių, didinti minkštųjų audinių jutimų efektyvumą yra propriocepcijos pratimai.

Tikslas – įvertinti propriocepcijos pratimų poveikį ir grįžtamąjį ryšį asmeniui po priekinio kryžminio kelio raiščio operacijos.

Metodika. Darbu atlikti buvo naudojamas kiekybinis ir kokybinis tyrimo metodai. Testavimas, matavimas – kiekybinio tyrimo elementai. Stebėjimas – video analizė, apžiūra ir apčiuopa – kokybinio tyrimo metodai. Tyrimui pagal atrankos kriterijus atrinktas asmuo po priekinio kryžminio kelio raiščio operacijos ir turintis gretutinę ligą (hipertenziją). Taikyti tyrimo instrumentai: pažeistos kojos judesių amplitudei matuoti – goniometras; skausmui įvertinti – analoginė skausmo skalė; statinei ir dinaminei pusiausvyrai įvertinti – Berg pusiausvyros skalė; eisenai vertinti – dinaminis eisenos indeksas; pažeistos kojos raumenų jėgai įvertinti – Lovett skalė. Iš viso pacientui buvo atliktos 14 procedūrų, penkis kartus per savaitę, vieno užsiėmimo trukmė 30 min., procedūrų metu taikyta individualiai sudaryta propriocepcijos pratimų programa. Įvertinimai atlikti keturis kartus: prieš procedūras, po 7 procedūrų, po visų 14 procedūrų ir atokiuoju periodu (po mėnesio).

Rezultatai. Po visų užsiėmimų (14 procedūrų) pasiektas ryškus asmens pusiausvyros ir eisenos pagerėjimas, skausmo sumažėjimas, kelio sąnario judesių amplitudės bei blauzdą lenkiančių ir tiesiančių raumenų jėgos padidėjimas. Tačiau visi geriausi rezultatai buvo pastebėti atokiuoju periodu (po mėnesio).

Išvados. Gauti tyrimo rezultatai rodo, jog taikant propriocepcijos pratimus po priekinio kryžminio raiščio operacijos, padedama pasiekti geresnių rezultatų, siekiant pagerinti kelio sąnario judesių amplitudę, blauzdą lenkiančių ir tiesiančių raumenų jėgą, pusiausvyrą, eisena bei sumažinti skausmą.

Reikšminiai žodžiai: propriocepcija, priekinis kryžminis kelio raištis

Literatūra:

Filbay S. R., Grindem F. 2019. Evidence-based Recommendations for the Management of Anterior Cruciate Ligament (ACL) Rupture. *Best Practice & Research Clinical Rheumatology*, 33(1), 33-47. doi: 10.1016/j.berh.2019.01.018

Lenčiauskienė D. 2008. *Kineziterapija po kelio sąnario raiščių pažeidimų*. Klaipėda: UAB Mokesčių šaltas.