Департамент здравоохранения Вологодской области

БУЗ ВО «Вологодская областная клиническая больница»

**Физиотерапия (ФТ) деформирующего остеоартроза.**

(информационное письмо-2022год)

 **Деформирующий остеоартроз** (Д.О.)- хроническое дегенеративное заболевание суставов. Характеризуется первичной дегенерацией и деструкцией суставного хряща с последующей пролиферацией костной ткани, которая изменят конфигурацию суставных поверхностей, образует множество остеофитов, что вызывает деформацию суставов, и вторичным синовитом. Различают первичный Д.О., который возникает вследствие чрезмерной механической и функциональной нагрузки на здоровый хрящ; вторичный - в результате дисплазии, травм и других причин. Д.О.клинически проявляется постепенным началом, медленно прогрессирующим течением, болевым синдромом, пролиферативно- фиброзной деформацией сустава, нарушением и ограничением его функциональной активности. Основной клинический признак - боль, возникающая при нагрузке, при возникновении синовита боль беспокоит и в покое. Постепенно сустав деформируется, нарушается локомоторная функция. Различают 3 стадии процесса. Физиотерапия назначается при всех стадиях с целью улучшения кровообращения, активации метаболизма, уменьшения болевого синдрома, мышечного спазма, синовита. Комплексное лечение Д.О.включает физические факторы, бальнеотерапию, теплолечение, массаж, ЛФК, механотерапию. Физиотерапию назначают исходя из стадии заболевания, клинической симптоматики, сопутствующих заболеваний, специфичности физических факторов.

-**Импульсные токи низкой частоты (СМТ, ДДТ)** оказывают выраженное обезболивающее действие, восстанавливают гемодинамику и обменные процессы в суставе, могут быть назначены при контрактуре сустава, после операции, при слабо выраженном синовите. Электроды накладывают на поражённый сустав поперечно друг к другу и суставу.

 -СМТ I р III-IV рр 30-50гц 50%- 100% S1-S2=2- 3» по 3-5мин каждым рр №10-12 к/д.

 -ДДТ – ДН 30 сек, КП 3+/-3 мин, курс 8-12 к/д, ч/д.

 -СМТ форез IIр Iрр 100Гц 50% 10 мин, курс 10-12 процедур к/д.

 - ДДТ форез ДН 10 мин, курс 10-12 процедур к/д.

Методом фореза вводятся лекарственные препараты (смотри ниже электрофорез).

-**Лекарственный электрофорез** – электроды накладывают на сустав поперечно, плотность тока 0,01- 006 мА/см2,врем 10 мин, курс 10-15 процедур к/д или ч/д. Лекарственные препараты анальгин (-), новокаин (+), 10% анальгин в 25% димексиде (+\-) , салицилат натрия (-) , цинк (+), сера (-), йод (-), 2-5 мА 10-15-20 минут № 10-12-15 к/д , ч/д. Обезболивающее , противовоспалительное, регенерирующее действие. Электрофорез не назначается при обострении вторичного синовита.

**- ДМВ - и СМВ-терапия.** Воздействие на область сустава проводится с двух сторон коленные (внутренняя и наружная ) , тазобедренные и плечевые (передняя и задняя), остальные суставы с одной стороны. Используют прямоугольный или круглый излучатель, который располагают с зазором 3 см (при ДМВ) и 5 см (при СМВ) от поверхности кожи. Используют слаботепловую и тепловую дозы (20-55 Вт). Время воздействия 10-15мин на сустав (не более 30-35мин на одну процедуру), курс 10-15 к/д, ч/д.

**- Индуктотермия индуктором** – кабелем в слаботепловой и тепловой дозе(2-5 ст). Время воздействия 10-15мин на сустав (не более 30-35мин на одну процедуру), курс 10-12 ч/д или 4 раза в неделю.

- **КВЧ терапия на суставы**, длина волны 5,6 и, или 7,1 мм, до трёх воздействий по 8 – 10мин, курс 10-12 к/д, ч/д.

-**Ультразвуковая терапия** уменьшает болевой синдром, снимает рефлекторный спазм мышц , стимулирует микроциркуляцию и метаболизм. Лабильная методика, режим импульсный или непрерывный, интенсивность 0,2-0,8 Вт/см2, 3-5-10 мин на сустав, курс 10-15 к/д, ч/д. Для фонофореза применяют мази, кремы, гели (гидрокортизон, анальгин, кеторол крем, фастум гель, дикловит гель, найз гель и другие), препараты, содержащие димексид (хнндроксид гель, долобене гель).

-**Магнитотерапия** на область сустава, интенсивность 17-35 мТл, время до 30 мин, курс 10-20 процедур к/д, ч/д.

-**Лазеромагнитотерапия** по методикам , рекомендуемым к аппарату.

-**Местная криотерапия** на поражённые суставы при помощи криоаппликаторов до -200,которые накладывают на сустав поперечно, время процедуры 8-10 мин, курс до 20 процедур. Возможно использование комбинированной крио-СМТ терапии, крио-ультразвуковая терапии. Противопоказания : болезнь Рейно, диабетическая ангиопатия , облитерирующий эндартериит, повышенная чувствительность к холоду.

-**Теплолечение** назначают на поражённые суставы. Аппликации парафиновые, озокеритовые (45-50-55О) продолжительность 20-30 мин; грязевые - иловая или торфяная грязь (38-42О) по 10-15 мин. № 10-15- к/д, ч/д.

При возникновении или обострении вторичного синовита назначают УФО, э/п УВЧ, ПеМП.

 **-УФ облучение в эритемных дозах** на поражённый сустав. Стопы, голеностопные суставы с 8-10 б/д, тазобедренные, коленные, плечевые, локтевые, лучезапястные суставы с 5-6 б/д. По мере стихания эритемы (через 1-2 дня) дозу увеличиваю на 1-2 б/д, курс 4-6 облучений.

 -**Э/п УВЧ** на область воспалённого сустава. Коденсаторные пластины поперечно друг к другу и суставам, зазор 2-3 см, мощность слаботепловая 30-40Вт, время 5-10 мин. Чем сильней воспаление, тем меньше должна быть доза воздействия по мощности и времени, курс 5-8 процедур к/д.

 -**Магнитотераприя** ПеМП см . выше.

При отсутствии явлений синовита назначают бальнеотерапию – ванны радоновые ,сульфидные , йодобромные , хлоридно -натриевые, курс 10 -12 к/д или ч/д.

При стихании явлений синовита вместе с лечебной гимнастикой назначают массаж соответствующего отдела позвоночника и мышц, окружающих поражённый сустав (избегая воздействия на сам сустав), механотерапию. Эффективность физиотерапии возрастает при использовании сочетанного и комплексного лечения.

.

Литература:

1.Техника и методики физиотерапевтических процедур, справочник под редакцией В.М.Боголюбова Москва издательство БИНОМ 2013

2.Физичческие методы лечения, справочник, Пономаренко Г.Н. СПб 1995 г.

3.Спрввочник «Техника и методики физиотерапевтических процедур» под редакцией профессора В.М.Боголюбова. Москва 2013

Врач-физиотерапевт

физиотерапевтического отделения О.А.Рудакова