

*Universitatea "Dunarea de Jos" Galati*  
*Facultatea De Educatie Fizica Si Sport*

# **Masajul la patul bolnavului in cazul fracturilor**

*- referat -*

Student,

Oancă Andrei Cătălin  
anul III, Kinetoterapie

*GALATI*

*2008*

Fracturile sunt legate de diferite leziuni si anume: ranirea vaselor mari, insotita de hemoragie puternica si de formarea hematomilor; leziunea trunchiurilor nervoase; ruperea si sfasierea muschilor, fasciilor, aponevrozelor, etc. In orice fractura, pe langa lezarea osului, se produce si lezarea partilor moi ale stratului celular, a muschilor, fasciilor, aponevrozelor, vaselor mari si mici si nervilor, etc.

Vindecarea fracturilor se produce prin formarea calusului osos intre fragemente. Procesul de vindecare a fracturii este un proces biologic complex, la care participa tot organismul; alimentatia, circulatia si functiunea sistemelor endocrin si nervos-vegetativ, contribuie si ele.

Timpul necesar pentru consolidarea fracturii depinde de grosimea osului si de caracterul fracturii. Oasele mai subtiri (coastele, oasele metatarsiene) se consolideaza de doua-trei ori mai repede decat cele groase (femurul, tibia).

Prin tratamentul fracturii se urmareste nu numai restabilirea integritatii anatomice a osului, dar si restabilirea completa a functiei organului. Lupta indelungata dintre adeptii tratamentului fracturilor prin metoda imobilizarii si cei care recomanda metoda miscarii s-a terminat actualmente intrucat, in tratamentul fracturilor, repausul se imbina cu aplicarea miscarilor, adica cultura fizica medicala si masajul se folosesc pe scara intinsa.

Masajul folosit in tratamentul fracturilor intensifica circulatia limfatica si sanguina din tesuturile masate, restabileste elasticitatea muschilor, scurteaza timpul de vindecare al ranilor si ajuta la restabilirea functiei partii fracturare.

Indicatii de care trebuie sa se tina seama cand se efectueaza masajul:

- slabirea, micșorarea volumului muschilor din cauza limitarii miscarii sau a unei inactivitati de lunga durata
- cresterea tonusului muscular al unor grupe musculare, deoarece masajul usor scade incordarea muschilor care se gasesc in stare hipertonica
- infiltrarea tesuturilor, lucru care se mentine timp indelungat
- intarzierea consolidarii fracturilor diafizare ale oaselor

Adeseori masajul se imbina cu folosirea mijloacelor de cultura fizica medicala. Cand slabirea muschilor este evidenta, se recomanda masajul chiar in stadiul de formare al calusului osos, adica in stadiul al treilea. Masajul se face pe portiunile care inconjoara fractura, iar

pentru a intensifica consolidarea in regiunea fracturii se efectueaza, timp de 3-5 minute, tapotamentul cu pumnii, masajul vibrator in sensul longitudinal al membrului fracturat. Cand membrul fracturat este pus in gips, masajul vibrator se aplica prin gips (10-15 minute).

Folosirea masajului in vederea accelerarii formarii calusului se face in fracturile oaselor tubulare. In cazul acesta se recomanda un masaj intens. In intarzierile de consolidare se prescrie bolnavului sa faca singur, de cateva ori pe zi, tapotamentul cu pulpele degetelor in regiunea fracturii. La sfarsitul saptamanii a 3-a (inceputul formarii calusului osos), in unele cazuri, se poate folosi tapotamentul locului fracturat, timp de 5-10 minute, cu un ciocanel de lemn.

Se recomanda ca masajul sa se inceapa dupa disparitia reactiei, in stadiul de consolidare a fracturii, adica dupa incetarea extensiei sau scoaterea gipsului. In aceste cazuri se maseaza tot membrul, mai intai dincolo de locul fracturat, apoi chiar in zona lezata.

Cand calusul osos este hipertrofic, locul fracturat nu se maseaza. In caz de reducere a mobilitatii articulare si a contracturii miogene, masajul articulatiilor este imbinat cu miscarile pasive si activ-pasive. In timpul tratamentului cu masaj, se recomanda pauze de o zi sau doua, tinand seama de intensitatea durerii. Intensitatea masajului creste in raport cu timpul cand a fost scos gipsul sau s-a terminat extensia membrului fracturat.

Masajul imediat dupa vindecarea ranilor infectate trebuie efectuat cu multa precautie si numai dupa disparitia reactiei inflamatorii. In fracturile inchise se recomanda ca masajul si procedeele termice sa se efectueze inainte de gimnastica medicala. In fracturile deschise, complicate cu infectie locala si generala, masajul este contra-indicat. In fracturile deschise, in intarzierile de consolidare, se recomanda ca partile sanatoase ale corpului sa fie masate energetic.

In toate aceste cazuri se vor aplica, de obicei, netezirea si framantatul. Procedeele framantatului depind de caracteristica locului masat. Framantatul este alternat cu netezirea. Sedinta de masaj dureaza 15-20 de minute si se repeta de doua ori pe zi.

Bolnavul imobilizat la pat este predispus la aparitia escarelor. Escarele sint leziuni profunde ale tesuturilor care apar din cauza irigarii insuficiente si compresiunii continue intre proeminentele osoase si un plan dur. Acestea apar daca bolnavul este lasat sa stea in aceeasi pozitie mai mult timp si nu este intors, daca nu este bine ingrijit. In pozitia orizontala, escarele apar la nivelul regiunii occipitale, a omoplatilor, regiunea sacrala, la coate, calcaie si fese. Atunci cind pozitia este pe partea dreapta sau stinga, escarele apar la nivelul regiunii trohanteriene - (muschii fesieri - mai ales la persoanele foarte slabe), dar si la nivelul genunchilor si maleolelor de partea interna sau externa - pe locurile unde palpam existenta

unor oase. Chiar si atunci cind se sta un timp foarte indelungat in sezut (la persoane ce se deplaseaza cu mijloace moto manevrate cu ajutorul miinilor - carucioare etc. apar escare la nivelul regiunii eschiatice unde aspectul de carne vie este cel mai evident.

Un pas important in ingrijirea acestor suferinzi este masajul regiunilor predispuse cu alcool diluat. Acest masaj se face prin miscari circulare la nivelul punctelor dureroase (dupa ce punctele de sprijin devin dureroase). Se continua apoi cu un masaj energetic, timp de cel putin 10 minute, mai ales la nivelul zonelor cu mai multa masa musculara, reactivind astfel circulatia periferica si intarind tegumentele.

Imobilizarea la pat tulbura buna circulatiei a limfei in corpul nostru. Aceasta situatie poate fi remediata cu ajutorul drenajului limfatic. Este vorba de un complex de tehnici manuale, utilizate pentru facilitarea eliminarii lichidelor in exces, pe care limfa le aduna si purifica, odata cu traversarea ganglionilor, inainte de a intra in circuitul sanguin. Masajul favorizeaza, de asemenea, acumularea in capilarele limfatice a tuturor reziduurilor prezente in tesuturi, elimina staza limfatica, stimuleaza celulele imunitare si astfel maresta capacitatea de aparare a organismului fata de orice infectie. Drenajul limfatic are un efect regenerativ, prin cresterea metabolismului celular la nivelul tesuturilor, ceea ce ajuta la o vindecare mai rapida. Exista si cateva contraindicatii in cazul drenajului limfatic. In principiu, nu sunt contraindicatii absolute, ci numai relative: astm bronsic, eczeme, insuficienta cardiaca sau renala, hipertiroidism, tuberculoza, tumori maligne.

Pentru o vindecare rapida si eficienta, efectul masajului de a stimula refacerea este esential. Acesta se evidentiaza la nivelurile capilar, venos si limfatic. De exemplu, manevrele de efluraj sprijina, stimuleaza circulatia venoasa de intoarcere, cea superficiala, usurand astfel munca inimii. Asociind la aceasta manevra blanda unele manevre mai puternice, cum sunt presiunile, se actioneaza si asupra circulatiei venoase de intoarcere profunda, cu efect folosit in patologia venoasa. In ceea ce priveste circulatia limfatica, anumite proceduri (ex. - eflurajul mai energetic, alunecari profunde pe membre, frictiunile) activeaza circulatia limfei in sens centripet, combatand astfel staza limfatica. De retinut ca anumite proceduri de masaj (efluraj, frictiuni, etc.) induc, local, o secretie histamină si acetilcolina care vor produce o vasodilatatie periferica, locala (hiperemia pielii), ceea ce exprima o activare circulatorie cu consecinte metabolice la care intervin si alte mecanisme (nervoase, hormonale, etc.).

Zonele supuse masajului trebuie sa fie sanatoase, fara traumatisme sau afectiuni inflamatorii, dermatologice, bataturi, cu o igiena riguros respectata. Durata sedintelor de tratament si vor fi strict individualizate, in functie de bioritmurile specifice. Nu este indicat a se disloca mai multe toxine decat poate elimina rinichiul si detoxifia ficatul, splina, sistemul

limfatic. Dacă nu se tine cont de aceasta, toxinele vor circula liber în corp, creând unele simptome ca ameteli, somnolență, cefalee și alte dereglări, care afectează starea generală.

De asemenea masajul restabilește echilibrul muscular. Rezultat ca urmare a aplicării anumitor manevre de masaj (frământatul, tapotamentul, etc.) pe cale mecanică (directă) și reflexă (indirectă) și care activează circulația din mușchi, stimulează creșterea agenților nutritivi și în același timp favorizează eliminarea unor cataboliți nocivi; de asemenea, se stimulează elasticitatea și forța de contracție a fibrelor musculare. Manevrelor ușoare (efleurajul) au efecte liniștitoare, decontractante asupra mușchilor, mai ales când masajul folosește unele unguente relaxante.

## BIBLIOGRAFIE

1. Marcu, Vasile, "*Masaj și Kinetoterapie*", Ed. Sport - Turism
2. Tudor Sbenghe „*Recuperarea medicală la domiciliul bolnavului*”, Editura Medicală, București, 1996