

Téma:

Rozdělení a trendy léčby ranné a chronické ztuhlosti

Je manuální pasivní pohyb vždy nejlepší volbou terapie? Is Manual Passive Motion Always the Best Treatment Option?

Clinical Pearl No. 37 – October 2015

<https://handlab.com/resources/is-manual-passive-motion-always-the-best-treatment-option/>



Na základě mnoha zkušeností s léčbou pacientů se sníženou hybností ruky, byl navržen koncept dvou klasifikací kloubní ztuhlosti: časná ztuhlost a chronická ztuhlost. Časná ztuhlost vzniká jako následek poranění nebo operace, otoku, krátkodobé fixace a procesu hojení tkáně. Chronická kloubní ztuhlost vykazuje značnou rezistenci k pasivnímu pohybu v kloubu, která je doprovázena chronickým otokem tkáně a srůsty. Přestože není možné přesně vymezit hranice vzniku časně a chronické kloubní ztuhlosti, můžeme ji definovat pomocí termínů „měkké“ či „tvrdé“ zarážky v rámci odezvy kloubu na pasivní pohyb. Ve smyslu testování joint play tvoří měkkou zarážku především otok a případné počínající srůsty v oblasti měkkých tkání, které jsou snadno ovlivnitelné. Tvrdou zarážku tvoří vyžrálý síťovaný kolagen, který zabraňuje pohybům mechanicky.

Podle názoru autorky, by terapie pomocí pasivního cvičení jako léčebné techniky měla být používána odlišně u každého z těchto dvou typů ztuhlosti.

>>>>

Nejdůležitější body:

- Rozdělení a trendy léčby ranné a chronické ztuhlosti
- II. Kongres české společnosti terapie ruky
- Kdo je Judy C. Colditz
- Možnosti edukace terapie ruky
- Vzdělávání v ČR
- Kalendář akcí

II. KONGRES ČESKÉ SPOLEČNOSTI TERAPIE RUKY

Ve dnech 13.-14.11.2015 proběhl II. kongres České společnosti terapie ruky spolu s kongresem České společnosti chirurgie ruky v hotelu Sklář v Harrachově. Odborný terapeutický program probíhal v pátek i v sobotu v průběhu dopoledne. Program byl tentokrát více zaměřen na fyzioterapeutické a ergoterapeutické postupy. Návštěvníci kongresu měli možnost po oba dny ve velkém sále navštívit i přednášky a diskuze lékařů. Na základě našeho členství v mezinárodní společnosti pro terapii ruky - International Federation of Societies for Hand Therapy (IFSHT, www.ifsht.org) nás tato společnost podpořila k uspořádání dvoudenního kurzu dlahovacích technik, které vedly dvě anglické lektorky z Londýna - Nicola Goldsmith a Sarah Mee. Kurz zahájily prezentace týkající se základních vědomostí a postupů nutných pro výrobu individuálních dlah. Program probíhal v anglickém jazyce se simultánním tlumočením překladatelkou.

Téma: Je manuální pasivní pohyb vždy nejlepší možností terapie?**Léčba časně ztuhlosti**

Časnou kloubní ztuhlost, která je způsobena otokem, krátkodobou imobilizací a začátkem procesu hojení tkání můžeme efektivně ovlivnit provedním jemného pomalého pasivního pohybu. Vždy se musí jednat o nebolestivý šetrný pohyb daného segmentu v rozsahu lehce převyšujícím schopnost aktivního rozsahu pohybu. Když se na konci pohybu na chvíli zastaví, tkáň se přizpůsobí a tím je možné lehké zvýšení rozsahu pohybu, často již za jedno terapeutické sezení. Pacient je poté schopen tento rozsah dosáhnout i aktivně. Zlepšená aktivní hybnost navíc usnadňuje a podporuje tok lymfy, který podpoří volnost pohybu a návrat k plné hybnosti a funkci.

Léčba chronické ztuhlosti

V případě časně kloubní ztuhlosti je pasivní pohyb více efektivní, než je tomu u chronické ztuhlosti. Při běžné terapii provádíme aplikaci tepla, po kterém následuje pasivní protažení všech ztuhlých kloubů. Na konci sezení budou sice pacientovy klouby volnější a budou umožňovat větší rozsah pohybu, ale toto krátkodobé zlepšení je výsledkem protažení, které většinou nepřetrvává a nepřináší tak pacientovi dostatečný dlouhodobý efekt.

Toto je následek procesu, při kterém kolagen vytvořil znatelnou síť, kterou krátkodobé protažení nenaruší. Dochází tedy pouze k „elastické“ místo „plastické“ reakci na protažení. Abychom dosáhli „plastické“ (trvalé) změny, je nutná dlouhodobější aplikace tlaku na danou tkáň.

Tento koncept může být matoucí pro ty, kteří se zabývají léčbou větších kloubů. Například koleno má velký a silný m.quadriceps, který řídí pohyb a mívá dostatečnou sílu k aktivnímu udržení extenze kolene po pasivním protažení do extenze. U lidské ruky není následné aktivní protažení kloubu natolik efektivní z důvodu absence svalů vykonávajících izolovaný pohyb jednoho kloubu. Navíc může dojít ke vzniku kompenzační hypermobility vedlejšího volného kloubu v oblasti ruky.

Tyto změny následně probíhají na centrální úrovni řízení pohybu. Pokud však kloubní ztuhlost trvá dlouho, dochází ke změně pohybových stereotypů. I kdybychom nyní ztuhlost kloubů magicky odstranili, mozek bude i nadále používat chybně přizpůsobený vzor, protože se již stal novým stereotypem. Jestliže chceme efektivně mobilizovat ztuhlé klouby, nedocílíme toho pouhým manuálním pasivním cvičením rozsahu pohybu. Metodou volby je v těchto případech zhotovení individuální dlahy, která bude směřovat potřebný aktivní pohyb k nejvíce omezenému kloubu. Tento tah je možné aplikovat v průběhu celého dne. Tento přerušovaný tlak má daleko větší účinek a trvání než rychlé pasivní protažení a tím efektivněji ovlivňuje síťovaný kolagen. Fakt, že mobilizace je dosažena aktivně znamená, že se pacient současně učí i správný pohybový vzor.

Hlavní myšlenkou odlišného přístupu k chronické kloubní ztuhlosti, je rozvoj výroby individuálních dlah, které mobilizují ztuhlé klouby díky aktivnímu přesměrování. Více informací k této technice naleznete v knize Rehabilitation of the Hand and Upper Extremity vydané v roce 2011. Dále toto téma zmiňuje článek IFSSH e-zine a ASHT Hand-On Newsletter. Konkrétní příklady a vysvětlení tohoto léčebného postupu jsou také vysvětleny v HandLab, kde jsou On-line Video kurzy: 1) The Obstinate PIP Joint a 2) Nuances of Mobilizing the Stiff Hand.

**DLOUHODOBÝ
PŘERUŠOVANÝ
CÍLENÝ TLAK MÁ
VĚTŠÍ
EFEKTIVITU NEŽ
POUHÉ PASIVNÍ
PROTAŽENÍ**

II. KONGRES ČESKÉ SPOLEČNOSTI TERAPIE RUKY

(pokračování)

Po skončení přednáškového bloku účastníci zahájili výrobu termodlah pod odborným vedením lektorek. Tento program pokračoval i během odpoledního odborného programu. Účastníci si osvojili výrobu dlah pro prsty a ruku. Dlahu na zápěstí si přes noc následně vyzkoušel každý účastník. Druhý den ráno si účastníci navzájem vyměnili osobní zkušenosti s nočním dlahováním. Poté zahájili tvorbu dalších dlah, a to od polohovacích až po statické redresní dlahy. Přístup lektorek byl velmi profesionální a účastníci kurzu dostali mnoho praktických rad pro každodenní praxi. Poděkování patří společnosti Sharex, která v rámci podpory dodala materiály Orfit a společnosti G.P.S.Ofa za zapůjčení varen a materiálu Turbocast. Další poděkování patří společnosti 3M, která připravila pro účastníky polední workshop, kde si účastníci mohli vyzkoušet prakticky materiály Soft a Scotch Cast.



Medailonek: Judy C. Colditz

Jako ergoterapeut s více než 40 let zkušeností je Judy Colditz uznávaná jako klinik, zkušený lektor i odborník na výrobu dlah. Její specializací je anatomie a biomechanika, léčení ztuhlosti ruky, má široké dovednosti při výrobě ortéz a zpracování klinických studií.

VÝUKA

Prostřednictvím HandLab nabízí Judy C. Colditz několik možností dalšího vzdělávání pro terapeuty zaměřené na ruku:

HandLab Online Video kurzy a DVD / CD moduly pro samostudium umožňují pohodlné a dostupné učení. Obsah modulů zkouší účastníky ze znalosti ruky a zároveň vyzývá k zamyšlení se nad tím proč a jak léčit.

Judy C. Colditz se jako člen fakulty účastní každý rok setkání společnosti Rehabilitace Ruky ve Philadelphii. Je také častým řečníkem na setkání Americké společnosti terapeutů ruky (ASHT), na výročních zasedáních a dalších setkání terapeutů ruky v USA i v zahraničí.

Je uznávaná jako intuitivní a inovativní učitel. Jako první nelékařce jí byla udělena cena na 30. výročí Dorothy B. Kaufmann lectureship Award v roce 2006 od nadace Rehabilitace ruky ve Philadelphii. Ve Philadelphii byla též v roce 2001 uznána jako čestný Senior profesor pro rehabilitaci ruky.

Judy C. Colditz získala docenturu Nathalie Barr v roce 1999 na výročním setkání American Society of hand Therapists (ASHT), a byla třikrát oceněna jako nejlepší klinik. Díky uznání jejích odborných příspěvků se stala členem American Occupational Therapy Association v roce 1996.

Pořádala workshopy a přednášela po Spojených Státech, Kanadě a ve 26ti zemích světa. Je váženým členem společností terapie ruky v Argentině, na Novém Zélandu, ve Francii a Venezuele.

VÝVOJ PRODUKTŮ

Je držitelkou dvou patentů na produkty pro terapii ruky a působí jako konzultant pro Nea International v oblasti inovativního designu pro Push® MetaGrip® ortézu pro CMC kloub palce. Tato ortéza se setkala s velkou oblíbeností u pacientů i zdravotníků.



KLINICKÁ PRAXE

Od roku 1982 do roku 1996, paní Colditz vlastnila a řídila největší soukromou praxi v Severní Karolině, která zahrnovala terapii ruky, fyzikální terapii a ergoterapii. Po vytvoření společnosti HandLab v roce 1996 poskytuje paní Colditz i nadále poradenské služby ostatním kolegům a organizacím.

Judy C. Colditz

PUBLIKACE

Judy C. Colditz publikovala řadu odborných článků a kapitol o tématech terapie pro knihu Hand Therapy a Journal of Hand Therapy. Je spoluautorkou unikátního CD: Interaktivní Ruka – Edice pro terapeutky, která byla jedním z prvních programů pro výuku anatomie na počítači, poskytovala klinické informace ve vztahu k trojrozměrného modelu anatomie. Je také autorkou Průvodce pro samostudium publikované Americkou Ergoterapeutickou Asociací která používala CD jako pomocníka.

VEDENÍ

Judy C. Colditz byla prezidentkou Mezinárodní federaci společností terapeutů ruky a Americké Společnosti terapeutů ruky. Ve státě North Carolina napomohla prosadit zákon o ergoterapii, ve společnosti North Carolina Board of Occupational Therapy byla 8 let z toho 4 roky jako předseda.

Převzato a přeloženo z <https://handlab.com/about-judy-colditz>

Statické progresivní dlahy v obrazech

**SMĚR TAHU
MUSÍ SVÍRAT S
DANÝM
SEGMENTEM
90STUPŇŮ, ABY
NEDOCHÁZELO
KE KOMPRESI
KLOUBU**



Foto: ambulance Rehabilitace ruky a fyzioterapie, Praha

Volby do předsednictva ČSTR

Na začátku června 2016 vyprší funkční období historicky prvního výboru společnosti ČSTR.

Volby budou probíhat korespondenční formou, tzn. že každý člen obdrží do své schránky v průběhu května volební lístek a seznam všech členů. Svou volbu poté odešle pomocí návratky zpět na sekretariát ČLS JEP.

**PROSÍME TÍMTO VŠECHNY
ČLENY, ABY SI
ZKONTROLOVALI, ZDA MAJÍ NA
SEKRETARIÁTU ČLS JEP
SPRÁVNĚ UVEDENY
KORESPONDENČNÍ ADRESY.**

Stávající systém vzdělávání v terapii ruky v ČR

Systémový modul vzdělávání zaměřený na problematiku komplexní terapie ruky zatím v ČR chybí, stejně tak i standardizované metodiky zaměřené na tuto rozsáhlou problematiku cílené pro českou populaci.

I přesto je však možné získávat základní i rozsáhlejší znalosti a dovednosti v otázkách terapie a funkční diagnostiky postižení horní končetiny a ruky mnoha způsoby.

V celé ČR existuje několik pracovišť, která nabízejí možnost získat a rozšířit si své znalosti formou stáží (viz mapa na webu ČSTR). Nejvýznamnějším, nejen historicky, je Ústav chirurgie ruky ve Vysokém nad Jizerou, kde byly v 70. letech vyvinuty zásady časné pooperační rehabilitace paní Mílou Konířovou a jsou dosud hojně využívány a rozšiřovány v návaznosti na dynamický rozvoj operačních technik a terapeutických přístupů. Není tudíž náhodou, že jsou dnes právě bývalí studenti paní Konířové velmi často nositeli nejrozsáhlejšího komplexního přístupu k péči postiženou o ruku dospělých i dětí.

Již několik let je také terapie ruky obsažena ve studijních plánech 3. ročníku bakalářského studia Ergoterapie OSU Ostrava. Probíhá jako prakticko- teoretický předmět, jehož cílem je seznámit studenty v průběhu jednoho semestru se základními terapeutickými přístupy u traumatického i degenerativního postižení ruky, základní principy statického a dynamického dlahování v přímé souvislosti s terapií i kvalitativního hodnocení funkčních deficitů užitím standardizovaných testů motoriky ruky.

Téma „Ruka“ a jeho modifikace stále častěji objevuje a je s úspěchem prezentováno na kongresech mnoha odborných společností zabývajících se touto problematikou, přičemž je velmi zdůrazňována multidisciplinární spolupráce všech odborníků, kteří se podílejí na celkovém efektu léčby. Základní tým tvoří lékař- ergoterapeut, fyzioterapeut- pacient a je většinou rozšířen o další speciality, především ortoprotetika, často také psycholog a či sociálního pracovníka.

I Národní centrum ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů (NCO NZO) v Brně nabízí různé kurzy zaměřené právě na oblast horní končetiny a ruky, chirurgie ruky je i součástí praktické části Specializačního vzdělávání oboru Ergoterapie , výuka pak probíhá právě na specializovaných pracovištích a je garantována terapeutů s odbornými znalostmi v tomto oboru. Proběhlo i několik vzdělávacích akcí organizovaných univerzitami, odbornými rehabilitačními společnostmi, pracovišti či samotnými odborníky v praxi a bývají často organizovány formou vzdělávacích programů EU.

Samozřejmostí je však především osobní iniciativa současných i budoucích terapeutů ruky, ergoterapeutů a fyzioterapeutů, samozřejmostí by mělo být samostudium dostupné české i zahraniční literatury i přítomnost při operačních zákrocích, velký význam má jistě také dlouhodobá klinická praxe, neopomenutelnou zůstává již zmiňovaná multioborová spolupráce.

Významným mezníkem pro současné i budoucí terapeutů je nově schválený zdravotnický výkon Cílená terapie ruky specifikovaný ve Vyhlášce MZČR ze dne 13. prosince 2013, kterou se vydává seznam zdravotních výkonů s bodovými hodnotami, ve znění pozdějších předpisů.

Na obsahu výkonu a jeho prosazení do zmíněné vyhlášky má neocenitelnou zásluhu vedení České asociace ergoterapeutů (ČAE) ve spolupráci s odborníky z praxe.

(Pokračování, Systém vzdělávání v terapii ruky)

Cílená ergoterapie ruky, kód VZP 21631, (může vykázat ergoterapeut)

Cílená ergoterapie zaměřená na ruku, zápěstí, loket, pletenec ramenní, u různých onemocnění, poúrazových a pooperačních stavů postihujících horní končetinu. Zahrnuje např. artrotická a revmatologická onemocnění, vrozené vývojové vady, traumata, fraktury, amputace, lymfedém, poranění periferních nervů, poranění cévního systému, poranění centrálního nervového systému, u bolestivých stavů (např. fibromyalgie, komplexní regionální bolestivý syndrom), poranění šlachového aparátu, neuromuskulární onemocnění.

Čas výkonu je 30 minut, lze vykázat 2x denně bez omezení, bodové ohodnocení je 89.

Autor: Ivana Krejčí

Možnosti edukace online na stránkách HandLab

Internetové stránky HandLab nabízí online video kurzy a DVD / CD nosiče pro další vzdělávání od Judy C. Colditz. Všechny kurzy poskytují on-line zkoušky k získání vzdělání a možnost tisku osvědčení. HandLab je AOTA schválený poskytovatel dalšího vzdělávání.

Můžete zde najít:

Online Video kurzy - Koupíte si zde kurzy, můžete zde složit zkoušku a vytisknout si certifikát.

DVD / CD Moduly - Kurzy na CD, obsahují i zkoušku i možnost vytisknout si certifikát.

Klinické zdroje zdarma - Obsahuje 5 částí, například „Klinické perly“ kde se dozvíte něco nového z praxe terapie ruky nebo část „Publikované kapitoly z knih“ od J.Colditz.

Klinické výrobky jako učební postery a plakáty z oblasti anatomie ruky.

Odkaz níže:

<https://handlab.com/medpro/hand-therapy-education/>

Databáze pracovišť

Na webu společnosti se nalézá záložka se seznamem nemocnic a pracovišť, které jsou schopny nabídnout specializovanou péči a terapii ruky. Mohou se zaregistrovat všechna pracoviště s kontaktní osobou, ať jde o chirurgickou nebo terapeutickou péči.

JSME NA WEBU
WWW.TERAPIERUKY.CZ

**ZADEJTE VAŠE
PRACOVISTĚ DO
NAŠÍ DATABÁZE A
POMOZTE NÁM
ROZŠÍŘIT
MOŽNOSTI
SPOLUPRÁCE V
CELÉ ČR**



Kalendář nejbližších akcí

Kurz Rehabilitace ruky—základy

26.2.2016, Rehabilitace ruky, Praha, www.rehabilitaceruky.cz/kurzy.html

Surgery and Rehabilitation of the Hand

12.-15.3.2016, Philadelphia, <http://handfoundation.org/conferences/>

26th Scandinavian Hand Society Congress

31.3 - 3.4.2016, Finland, <http://sssh2016.fi/index.htm>

XXIII. sjezd Společnosti rehabilitační a fyzikální medicíny, Revmatologie – osteologie, degenerativní onemocnění pohybového aparátu; Varia

20. - 21. 5. 2016, MDK Elektra, Luhačovice, www.srfm.cz/

Kongres ergoterapie červen

IFSSH+IFSHT Triennial Congress

24.-28.10.2016, Buenos Aires, Argentina, <http://www.ifssh-ifsht2016.com/>

Výbor ČSTR

předseda:

Mgr. Milada Kukačková

místopředseda:

MUDr. Aleš Fibír

vědecký sekretář:

Ivana Krejčí

pokladník:

MUDr. Ludmila Fialová

Člen:

Mgr. Věra Jančíková

Revizní komise:

předseda:

doc. MUDr. Andrej Sukop, Ph.D.

Členové:

Mgr. Kristýna Kolínová

Mgr. Jana Marešová