

ПОВРЕЖДЕНИЕ МЕНИСКА ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Повреждение мениска - нарушение целостности хрящевой прокладки, расположенной в полости коленного сустава. В остром периоде пациента беспокоит боль в колене и ограничение движений, отмечается блокировка сустава, отечность, возможно появление в суставе жидкости или крови. В последующем иногда наблюдаются повторные блокады, признаки воспаления, рецидивирующий синовит (воспаление внутренней оболочки сустава). Диагноз устанавливает травматолог на основании данных осмотра, анамнеза, в некоторых случаях - МРТ коленного сустава. Лечение включает устранение блокады, обеспечение полного покоя, по показаниям – производят пункцию пораженного сустава. При невозможности устранения блокады, повторных блокадах, сохранении болевого синдрома требуется операция.

КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ХИРУРГИЧЕСКОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА

В большинстве случаев разрыва мениска в основном выполняют резекцию с применением артроскопического оборудования. Резекция производится при комплексных, дегенеративных и радиальных разрывах, при всех остальных типах разрывов возможно выполнения шва мениска.

После резекции мениска в 80% случаев улучшение наблюдается уже на следующий день после операции. В 20% случаев болезненность и другие симптомы постепенно снижаются на протяжении нескольких месяцев.

ШОВ МЕНИСКА

Шов мениска применяется при свежих разрывах в паракапсулярной (красной) зоне. Так как эта зона хорошо кровоснабжается, такие разрывы хорошо срастаются. Соответственно, чем дальше от красной зоны, тем хуже кровоснабжение и тем больше риск несращения. Продольные и вертикальные разрывы срастаются лучше, чем радиальные, горизонтальные и дегенеративные.

ВОЗМОЖНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ

Частота осложнений после артроскопии составляет менее 1%. Возможные послеоперационные проблемы включают инфекцию, тромбофлебиты, тромбозы и тромбоемболии (образование тромбов в венах и закупорка легочной вены тромбами), а также значительное скопление крови в суставе. Вы должны немедленно позвонить хирургу при появлении следующих тревожных симптомов:

- жар и повышение температуры тела;
- озноб;
- жар и покраснение вокруг коленного сустава;
- постоянная и возрастающая боль;
- значительный отек коленного сустава;
- возрастающая боль в икроножной мышце.

ОСОБЕННОСТИ ТЕЧЕНИЯ ПОСТОПЕРАЦИОННОГО ПЕРИОДА

В течение первой недели после артроскопии необходимо соблюдать следующие правила:

1. Покой.

В течение 2-3 дней после операции желательно ограничить опорную нагрузку на ногу (костыли, трость). В течение недели Вы можете ограниченное время ходить с нагрузкой на ногу по бытовой необходимости в пределах квартиры.

Движения в колене возможны до чувства легкой боли.

2. Холод.

Прикладывайте к переднему отделу коленного сустава пакет со льдом (завернутый в полотенце) на 15-20 минут по 4-5 раз в день.

3. Давящая повязка.

Бинтование ноги эластичным бинтом от стопы до средней трети бедра.

ОСОБЕННОСТИ РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ПЕРИОДА

Реабилитация после разрыва мениска зависит от характера и объёма операции, возраста пациента, сопутствующих повреждений коленного сустава. Так при небольшом радиальном или горизонтальном разрыве свободного края, после парциальной резекции пациент сразу же может ходить с полной нагрузкой без особых ограничений.

В случае если выполнялась резекция по поводу значительного комбинированного разрыва площадью более 30% от мениска сустав может длительно адаптироваться к новой системе распределения нагрузки. В таких случаях требуется функциональный покой и разгрузка коленного сустава на протяжении нескольких недель после вмешательства. В послеоперационном периоде может потребоваться внутрисуставное введение лекарственных препаратов. Хорошо себя зарекомендовали обогащённая тромбоцитами плазма и гиалуроновая кислота.

В тех случаях, когда выполняется шов мениска, осевая нагрузка ограничивается на срок до 6 недель (пациент ходит с дополнительной опорой на костыли). Для стимуляции регенерации после шва мениска также показано внутрисуставное введение богатой тромбоцитами плазмы.

Профилактика — это здорово!

Больше информации Вы найдете на сайте drkbmzrt.ru

