

Галина Панина

# Реабилитация после оперативных вмешательств



# **Галина Панина**

## **Реабилитация после оперативных вмешательств**

*Текст предоставлен издательством*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6129780](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6129780)*

*Реабилитация после оперативных вмешательств: Научная книга; 2013*

### **Аннотация**

В этой книге вы найдете описание наиболее часто возникающих состояний в послеоперационный период. Дано описание наиболее часто используемых растений, препараты из которых употребляются при лечении данных состояний, рецепты приготовления средств для лечения и профилактики. Также имеются советы по питанию и лечебной гимнастики при послеоперационных состояниях.

# Содержание

Введение	5
Глава 1. Состояния, которые могут возникнуть после оперативных вмешательств	8
Боль	10
Разновидности боли в послеоперационный период	12
Анемии (малокровие)	15
Постгеморрагическая анемия	15
Железодефицитная анемия	16
В12, фолиеводефицитная анемия	17
Длительно не заживающие раны и операционные швы	18
Келоиды и гипертрофические рубцы	19
Келоид	19
Гипертрофические рубцы	20
Ограничение движения в суставах (контрактура)	22
Пролежни	23
Депрессия	25
Стрессовое посттравматическое расстройство	28
Конец ознакомительного фрагмента.	30

# **Галина Панина**

## **Реабилитация после оперативных вмешательств**

*Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.*

# Введение

Добрый день, уважаемые читатели!

Меня зовут Галина Панина. Мои родители были врачами, и сама я, сколько себя помню, мечтала лечить людей. Моя мечта сбылась. Теперь я работаю терапевтом в районной больнице. С чем только не приходится сталкиваться районному врачу! И переломы, и раны, и воспаления легких. Даже роды приходилось принимать. Ко мне обращаются все, от мала до велика, и всем я стараюсь помочь.

Раньше я критически относилась к народной медицине. Иногда приедешь к больному, а у него и отвары какие-то на столе, и мед, и грязи целебные. Я все удивлялась: зачем? Ведь сейчас столько новых, прекрасных лекарств. Вылечиться куда проще и быстрее. Ничто не могло заставить меня изменить свое мнение.

Так продолжалось до тех пор, пока мой брат не попал в аварию. Он остался жив чудом, но с каждым днем ему становилось все хуже и хуже. Я не отходила от его постели ни днем, ни ночью, приглашала лучших специалистов, покупала самые новые лекарства, но все было бесполезно. Брат таял на глазах. Мои пациенты не оставили нас в беде. Они рассказывали про чудесную силу народной медицины. Другой надежды не было, и я решила попробовать. Я забрала брата домой, готовила ему отвары разных трав, делала массаж.

И чудо произошло. Когда через полгода мы приехали на обследование, коллеги просто не поверили своим глазам. Брат не только остался жив, но и встал на ноги.

С тех пор я стала изучать принципы народной медицины. Я посвятила много времени сбору различных рецептов, от всем известных до совсем редких. Теперь мои пациенты выздоравливают куда быстрее, а за мной закрепилось слава целительницы.

Я очень благодарна издательству «Эксмо», которое дало мне замечательный шанс поделиться своим опытом. Эти рецепты здоровья для вас!

Многие из вас когда-либо сталкивались в своей жизни с оперативным лечением разных болезней у себя или своих близких. Вам должно быть известно, как трудно и долго бывает полностью восстановить здоровье и работоспособность после операций, которые являются сильнейшим стрессом для организма, требующим мобилизации всех защитных сил. Как правило, чем серьезнее и сложнее оперативное вмешательство, тем больше требуется сил и средств на восстановление. Я хочу вас познакомить, в первую очередь, с наиболее часто встречающимися состояниями, возникающими после оперативных вмешательств, и их признаками. Конечно, в большинстве случаев без традиционного медицинского лечения полностью обойтись нельзя. Тем не менее можно помочь себе и своим близким с помощью средств народной

медицины, в частности таких, как применение лекарственных растений, а также познакомить с особенностями питания при различных состояниях. Кроме того познакомить с некоторыми способами восстановления здоровья, не связанными с лекарственным и хирургическим лечением. Надеюсь, что в этой книге вы найдете много полезного для себя.

# **Глава 1. Состояния, которые могут возникнуть после оперативных вмешательств**

Позади операция. Как трудно было пройти этот этап в лечении вашего недуга. Но вот тревоги позади. Теперь вас наверняка волнует, как будет протекать послеоперационный период. Изменится ли привычный распорядок вашей жизни? В этой книге я постараюсь развеять некоторые сомнения и рассказать о том, что такое послеоперационный период, как он протекает, какие существуют народные методы восстановления здоровья после операции.

Итак, период после операции – это период, со времени проведения операции до полного выздоровления больного. Его можно разделить на следующие части:

I – ранняя, в течение 3–5 дней после операции;

II – 2–3 недели, до выписки из больницы;

III – отдаленная, до полного выздоровления.

У некоторых послеоперационный период протекает нормально, нет тяжелых нарушений функций органов и систем. К сожалению, нередко случаются осложнения, когда реакция организма на хирургическую травму крайне отрицательна и развиваются всевозможные послеоперационные осложнения. Ведь даже при нормальном течении этого периода



всегда имеются нарушения функций почти всех органов и систем, при осложненном они лишь резко выражены.

Представляю вашему вниманию наиболее часто возникающие состояния после оперативных вмешательств.

# Боль

Одним из наиболее частых состояний после оперативных вмешательств является болевой синдром. Он проявляется как в ближайшем послеоперационном периоде, так и в отдаленном.

Хотя и есть большой выбор лекарственного и других видов обезболивания, большинство пациентов после их применения все равно испытывают умеренную и сильную боль в послеоперационный период.

Каждый человек переживает сильнейший стресс как при подготовке к операции, так и во время операции. Послеоперационная боль усиливает нагрузку практически на все жизненно важные системы организма. Чрезмерное усиление работы этих систем, прежде всего кровообращения и дыхания, проявляется повышением давления, учащенным сердцебиением, нарушением ритма сердца, учащением дыхания и т. д.

В послеоперационный период могут быть другие нарушения, обусловленные болью, к ним относятся уменьшение двигательной активности, неспособность пациента откашливать мокроту и глубоко дышать, что может привести к развитию застойной пневмонии, «вынужденное» положение, депрессивное состояние. Известно, что после операций на органах грудной клетки у пациентов с ненормальным обезболиванием в ближайшем послеоперационном периоде отме-

чаются нарушения функции дыхания.

Недостаточное обезболивание в ближайшее время после операции, возможно, является одной из причин появления впоследствии хронической боли, которая может сохраняться у больных в течение длительного времени.

Это такая разновидность болевых ощущений, при которых в течение длительного периода времени больной ощущает сильный дискомфорт. Продолжительность этого интервала бывает очень различной, что не позволяет точно обозначить тот момент, когда боль острая переходит в боль хроническую.

Только больные с такими длительными болями знают, насколько мучительной, истязающей может быть такая боль. Она не только лишает их трудоспособности, но часто и желания что-либо делать или о чем-то думать, кроме как о возможности уменьшения боли хотя бы на некоторое время.

В других случаях больной с хроническим болевым синдромом часто перестает обращать на боль внимание, начинает воспринимать ее как нечто должное и неизбежное и продолжает заниматься своей нормальной повседневной деятельностью. Конечно же, при длительной или острой боли необходимо проконсультироваться с лечащим врачом.

## Разновидности боли в послеоперационный период

В послеоперационный период возникают разнообразные болевые ощущения. Я расскажу о некоторых наиболее типичных локализациях боли. Может возникнуть *боль в конечностях* – она возникает из-за того, что иногда вследствие операции или травмы повреждаются нервы и их сплетения. В том числе могут быть травматические разрывы нервов и сплетений во время самого хирургического вмешательства.

*Фантомные боли* (ощущение боли на месте отсутствующей, ампутированной конечности) и культевые постампутиционные боли (боль в оставшейся после ампутации конечности культе).

Могут возникнуть *боли в спине* – такие боли чаще всего возникают вследствие того, что был поврежден спинной мозг и его корешки. Чаще всего возникает у больных с так называемым синдромом неудачных оперативных вмешательств на позвоночнике.

То, как человек живет, в период после операции имеет большое значение, так как некоторые привычки, особенности работы могут способствовать появлению болей в пояснице. Такой особенностью является, например, курение, особенно у лиц моложе 50 лет. Среди других причин можно выделить работу на конвейерных производствах, малоподвиж-

ный образ жизни и работа, связанная с воздействием вибрации.

Бывает, что появляется *боль в груди* – невралгия межреберных нервов и боли в груди после операций со вскрытием грудной клетки (постторакалотомический синдром).

*Боль в голове* – боль, возникающая вследствие нарушений черепно-мозговых нервов после операции на головном мозге.

Очень часто появляется *боль в животе* — вследствие операций на органах брюшной полости. Обычно это обусловлено образованием спаек.

Возникновение болевых ощущений может быть обусловлено нарушениями мозгового кровообращения в результате операций по поводу травмы головного и спинного мозга.

После таких операций, как иссечение разных видов грыж, или вмешательств по поводу гинекологических операций также может возникнуть боль.

Часто возникают боли после операций по поводу различных опухолей.

Использование в послеоперационный период наркотических и ненаркотических медикаментозных обезболивающих средств приводит к быстрому проявлению нежелательных эффектов. Это проявляется анемией, длительной кровоточивостью послеоперационной раны и длительным заживлением.

Средства народной медицины могут в ряде случаев по-

мочь избавиться от боли, уменьшить или даже совсем отказаться от использования медикаментозных средств. В то же время у большинства природных средств нет таких побочных нежелательных эффектов, как у традиционных анальгетиков.

Надежное обезболивание означает гладкий послеоперационный период, помогает снизить частоту возникновения осложнений и ускорить выздоровление.

# Анемии (малокровие)

Любая операция сопровождается кровопотерей. Результатом этого является анемия. Что это такое? *Анемии (малокровие)* – уменьшение в крови общего количества нормального гемоглобина, которое в большинстве случаев характеризуется снижением одновременно уровня гемоглобина и эритроцитов в единице объема крови.

При проведении многих видов оперативных вмешательств неизбежно происходит кровопотеря, величина которой зависит от вида и объема оперативного вмешательства. После некоторых операций на органах пищеварения в послеоперационный период может нарушиться всасывание необходимых для кроветворения веществ. В зависимости от причины возникновения выделяют несколько видов анемий.

## Постгеморрагическая анемия

*Постгеморрагическая анемия* – малокровие, которое может возникнуть после однократной или повторной потери крови за небольшой период времени и которое приводит к снижению в организме количества гемоглобина, эритроцитов и развитию кислородного голодания.

Представляет опасность для здоровья взрослого человека острая кровопотеря объемом 500 мл. Наиболее часто крово-

потери обусловлены травмой, различными операциями, язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки.

Признаки анемии определяются симптомами недостаточности кислорода – анемия, одышка, тахикардия, слабость, головокружение, бледность кожных покровов и слизистых оболочек.

## **Железодефицитная анемия**

*Железодефицитная анемия* возникает при недостатке железа в организме. Причиной железодефицитной анемии в послеоперационный период является нарушение всасывания необходимого для кроветворения железа.

Наблюдаются следующие признаки – ломкость, искривление, поперечная исчерченность ногтей, форма ногтей в виде ложки. Волосы выпадают, секутся, кожа сухая, плохо загорает. Затруднено глотание сухой и твердой пищи, запоры, стоматит (изъязвления и трещины в углах рта), боль и жжение языка, блестящий, «полированный» язык. Извращается вкус (потребность есть мел, глину, уголь, землю) и обоняния. Часто зловонный насморк.

Слабость, быстрая утомляемость, сонливость, головокружение, шум в ушах. Одышка, сердцебиение, кожные покровы бледные, иногда с алебастровым или зеленоватым оттенком (хлороз), бледность слизистых оболочек, отечность нижних конечностей. Склонность к пониженному артери-



альному давлению.

## **В<sub>12</sub>, фолиеводефицитная анемия**

Возникает в результате недостатка витамина В<sub>12</sub> и (или) фолиевой кислоты, которые нужны для выработки эритроцитов. Причиной снижения поступления витамина В<sub>12</sub> и фолиевой кислоты также является снижение их всасывания вследствие проведенных оперативных вмешательств.

Признаки. Основной признак – резко появившаяся слабость, снижение работоспособности, головокружение. У большинства больных долго сохраняется нормальная упитанность. Кожа с желтоватым оттенком. Определяются явления воспаления языка – «полированный» язык, ощущение жжения в нем. Желудочная секреция снижена, часты диспептические явления (тошнота, поносы, запоры). Увеличиваются печень и селезенка.

# **Длительно не заживающие раны и операционные швы**

Раны и швы, которые очень долго не заживают, являются одной из существенных проблем послеоперационного периода. Почему это происходит?

Рана, которая долго не заживает, – это рана, затягивание которой нарушено вследствие неблагоприятных фоновых заболеваний.

Для примера, к таким ранам относятся язвы, причиной которых послужило давление протеза, язвы на коже при сахарном диабете и при нарушении оттока крови по венам.

Это язвы очень сложны для лечения, они не будут заживать, пока не будет проведено лечение неблагоприятных сопутствующих заболеваний. Такие язвы могут заживать до определенной степени, а потом заживление останавливается. При хорошем лечении иногда удастся достичь затягивания многих таких ран. Но довольно часто появляются рецидивы с изъязвлением уже сформировавшегося рубца на месте раны или шва.

# Келоиды и гипертрофические рубцы

Многие из вас видели белые или синюшные рубцы на месте послеоперационного шва. Это так называемые гипертрофические рубцы, или келоиды.

Гипертрофические рубцы и келоиды можно представить как последствия неправильного заживления ран. Они могут встречаться после обычных, бытовых, производственных или хирургических травм. Эти рубцы различаются Гипертрофические рубцы образуются в пределах границ раны и постепенно почти всегда рассасываются.

Общая площадь келоидных изменений больше размера раны; обычно келоиды не рассасываются.

Расскажем подробнее об этих видах рубцов.

## Келоид

Является таким рубцом, который прорастает в окружающие его нормальные ткани (кожу и подкожную клетчатку), которые не были повреждены. Увеличиваться он обычно начинает через 1–3 месяца после заживления повреждения. Разрастание рубца продолжается даже через 6 месяцев и при этом обычно не становится меньше и мягче. Разрастание этого рубца обычно останавливается через 2 года от его возникновения. Характерной особенностью является то, что

на келоидных рубцах никогда не появляется язв.

Признаки келоида:

- 1) боль в области рубца;
- 2) увеличенная чувствительность в месте рубца;
- 3) ощущение зуда;
- 4) твердые гладкие приподнимающиеся над поверхностью кожи рубцы с четкими границами. В самом начале заболевания кожа бывает бледной, или отмечается небольшое покраснение кожи. Рубец всегда больше по размерам, чем первоначальная рана. Даже через много лет келоиды могут разрастаться и образовывать когтеобразные выросты.

## **Гипертрофические рубцы**

Появление гипертрофических рубцов чаще всего является следствием ожогов и следующих за ними оперативных вмешательств. Все ожоги II и III степеней являются причиной образования постоянных рубцов. В некоторых случаях часть людей особенно подвержена появлению гипертрофических рубцов.

Эти рубцы, как было сказано выше, в большинстве случаев бесследно проходят без всяких операций. Келоиды, наоборот, чаще всего продолжают разрастаться после их иссечения. Поэтому хирургическое лечение келоидов нужно проводить в сочетании с другими видами лечения, в том числе и такими, как применение фитотерапии, фармакологиче-

ских препаратов, препятствующих повторному образованию рубца.

# **Ограничение движения в суставах (контрактура)**

Ограничение движения в суставах возникает в тех случаях, когда происходит укорочение мышц как следствие травм, операций, воспаления или нарушение питания тканей.

Контрактура может возникнуть после ампутаций конечности в виде нарушения подвижности ближайшего к месту ампутации сустава; происходит при неправильной технике операции или при погрешностях лечения после операции.

По характеру различают разгибательную контрактуру с ограничением сгибания в суставе и сгибательную – с ограничением разгибания.

# Пролежни

Крайне неприятным состоянием в послеоперационный период являются пролежни.

*Пролежни* – это омертвление мягких тканей (слизистой оболочки, кожи с подкожной клетчаткой, стенки внутреннего органа или кровеносного сосуда и др.). Возникает как следствие нарушения кровообращения, вызванное длительным механическим давлением.

Наиболее частые места появления – выступания участков костей: локти, ягодицы, пятки, лодыжки, крестец, позвоночник. Чаще всего возникают у пожилых больных.

Развиваются исключительно под влиянием очень продолжительного давления. Это происходит у оперированных больных, которым после операции необходим длительный постельный режим и длительное неподвижное положение. Например, после ортопедических операций. Пролежни могут также развиваться на фоне грубых нарушений нервной регуляции тканей, чаще при тяжелых травмах спинного мозга.

Развитию пролежней также способствуют увлажнение вследствие недержания мочи или повышенной потливости, плохое питание и низкая масса тела, недержание кала, недостаток витамина С, снижение иммунитета, тяжелые инфекционные болезни, сахарный диабет, анемия.

Вначале образуется покраснение кожи, пораженная область теплая на ощупь, болезненна. Затем происходит нарушение целостности кожи, появление пузырей с отделяемым. В дальнейшем развивается более выраженное покраснение, повышение температуры пораженной области, появляется отек. Как итог этого образуется язва с выделениями (язва распространяется не глубже кожи), заживает под струпом. Язва может перейти на мышцы или кости и привести к омертвлению прилегающих тканей (видимое повреждение не отражает настоящей площади омертвления).



# Депрессия

Нередким состоянием в послеоперационный период является депрессия. Она представляет собой сочетание подавленного настроения, снижение активности человека, отсутствие интереса к происходящему, снижение работоспособности. Кроме того нарушается нервная регуляция организма, например могут возникнуть перепады артериального давления, бессонница, головные боли и др.

Чаще всего развивается после сложных и обширных оперативных вмешательств с последующим длительным послеоперационным периодом, когда человек ощущает свою беспомощность, зависимость от окружающих. Кроме того происходит истощение защитных сил организма, что также способствует развитию этого состояния.

*Признаки депрессии:*

- 1) постоянно плохое настроение либо потеря интереса к происходящему и утрата ощущения удовольствия, подавленность (чаще более выраженная утром) почти все время;
- 2) равнодушие или потеря удовольствия от выполнения всех или почти всех видов работы большую часть дня и почти всегда;
- 3) похудение, которое не связано с диетой, или увеличение массы тела, изменение аппетита, который может как понижаться, так и повышаться почти каждый день;

4) часто происходит нарушение сна (сонливость или бессонница) – почти ежедневно;

5) может быть психическое возбуждение или, наоборот, заторможенность почти каждый день;

6) снижение жизненной энергии, человек начинает сильно и быстро уставать;

7) часто появляется ощущение собственной ненужности окружающим или сильное и необоснованное чувство вины;

8) очень мрачное и пессимистическое ожидание будущего, непонятные опасения или постоянное тягостное предчувствие непоправимых бед;

9) человек начинает медленнее думать и соображать, становится труднее сосредоточиться, либо появляется нерешительность, что происходит почти каждый день;

10) начинают посещать мысли о самоубийстве, делаются попытки самоубийства.

*Признаки, которые могут сопровождать депрессию:*

1) нарушения нервной регуляции организма, такие как запоры, понос, головная боль, повышенная потливость, сердцебиение, колебания давления;

2) иногда депрессия может сопровождается бредом и галлюцинациями.

*Меланхолия* – разновидность депрессии, которая проявляется заторможенностью, истощением, бессонницей в утренние часы, происходят суточные изменения настроения и активности. По утрам состояние ухудшается, появляется

патологическое чувство вины.

# Стрессовое посттравматическое расстройство

Мы уже отмечали, что любая операция – это стресс для организма. Поэтому не удивительно, что выделяют такое состояние, как стрессовое расстройство после травмы.

Ведь любая операция – это травма.

Для этого состояния характерно то, что больной вновь и вновь переживает то, что с ним произошло, он становится равнодушным или, наоборот, возбужденным.

Событие, которое вызвало подобные ощущения, постоянно заново переживается одним из следующих способов:

- 1) человека преследуют воспоминания о событии;
- 2) постоянно повторяются кошмарные сновидения о пережитом;
- 3) отмечаются действия или ощущения, копирующие чувства и поведение человека при когда-то пережитом травмирующем событии;
- 4) может возникнуть учащенное сердцебиение, повышенная потливость и другие нарушения, если больному что-то напоминает травмирующее событие.

Человек начинает избегать ситуаций, связанных с травмой, о чем говорят по меньшей мере 3 признака из следующего набора:

- 1) он хочет избежать мыслей, ощущений или разговоров,

связанных с потрясением;

2) пытается избежать всех мест и людей, которые вызывают воспоминания о травме;

3) больной не может вспомнить того, что вызвало потрясение (психогенная амнезия).

*Стрессовое посттравматическое расстройство имеет следующие признаки:*

1) если человек испытал сильное потрясение, сильный страх, он ощущает беспомощность и даже ужас.

2) человек перестает интересоваться ранее значимыми видами деятельности или участием в них (у детей – утрата навыков туалета);

3) ощущение полного одиночества или отчужденности от окружающих;

4) снижение ощущений сильных положительных переживаний, например таких, как любовь;

5) ощущение полной безнадежности в будущем;

6) стойкие проявления усиленного возбуждения, такие как бессонница, раздражительность или вспышки злобы, невозможность сосредоточиться, чрезмерная настороженность, вздрагивание при испуге.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.