



PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM
ÁLTALÁNOS ORVOSTUDOMÁNYI KAR

Neurológiai fizioterápia

Mayer Petra

Gyógytornász

PTE, ÁOK Sportmedicina Tanszék

Pécs, 2024.02. 22.



Mi a neurofizioterápia?

- A legtöbb neurológiai kórkép több idegrendszeri területet érint és sok esetben ismeretlen a kiváltó ok, azonban a célzott, vezetett koordinációs torna javítja a beteg állapotát. Maga a mozgás nem csak izommunka, de bonyolult idegrendszeri folyamat is, így képes a koordináció javításával, a különböző idegrendszeri struktúrák összehangolásával, a mozgástanulással gyógyítani a neurológiai betegségeket.
- Ezek az állapotok úgy jelennek meg, mint izom gyengeség, csökkent egyensúly és koordináció, kontrollálatlan izomtónus változás és tremor, funkcióvesztés és csökkent érzékelés.

Hogyan hat a gyógytorna neurológiai betegségek esetén?



- A kezelés előtt: az orvos és a gyógytornász részletes kommunikációja.
- A rendszeres gyakorlás megkezdése előtt a gyógytornász az érintett izomcsoportok erejének és ügyességének felmérésével készíti el a terápiás tervet. A mindennapi tevékenységek újratanulása.
- A tanulás folyamata is serkentően hat az idegrendszerre
- Minél előbb elkezdődik a mozgásterápia, annál nagyobb az esély arra, hogy több funkció maradjon meg
- A betegség súlyossága meghatározó: mindegyiknek van enyhébb és erősebb lefolyású változata is.
- Gyakori kezelések: az idegrendszer minél gyakoribb ingerlése hoz mihamarabbi és tartós eredményeket

Gyakori neurológiai kórképek:

A legtöbb neurológiai betegség esetén javulást okoz a mozgásterápia/gyógytorna, azonban a gyógytornász felkeresése előtt szükséges a megfelelő orvosi diagnózis, mivel a gyógytornász erre alapozva tudja elkészíteni a terápias tervet. Az alábbi betegségeknél igazoltan fontos a neurológiai gyógytorna:

- Stroke
- Izomgyengeségek
- Hipotóniás, hipertóniás,(spasztikus) parézis
- Koordinációs zavarok, ataxia
- Sclerosis Multiplex
- Parkinson kór
- Myasthenia gravis
- Heine-Medine-kór
- Neuropátia
- Cukorbeteg neuropátia
- Perifériás neuropátiák
- Izombetegségek



Kórházi fizioterápia

- **Passzív végtag mobilizáció:** a beteg nem képes önálló mozgásra
- **Pozicionálás / sínezés:** megfelelő vgt pozicionálás, (ortézisek, passzív támaszok), amelyek megkönnyítik a mindennapokat, például járókeret, bot, peroneus emelő, továbbá a fogást vagy öltözködést segítő eszközök. Az ízületek ne feszüljenek!
- **Ágyban végzett gyakorlatok:** az izmok erősítésére, nyújtására
- **Légzést és keringést fokozó gyakorlatok:** káros következmények megelőzése pl. mellkasi infekció, felfekvések
- **Mobilizáció:** ágyban történő és ágy melletti mozgások, állás, járás segítése
Járást segítő eszközök ajánlása, biztonságos használatának megtanítása
- **Otthoni rehabilitáció megtervezése:** információk átadása, szükséges eszközök
- **Edzésprogram összeállítása:** erőfejlesztő, állóképességnövelő, koordináció és egyensúly növelő gyakorlatokkal a megfelelő sorrendben, mennyiségben

Hogyan hat a gyógytorna a perifériás idegrendszeri betegségekre?



- A leggyakoribb esetek:
 - alkar érintettség (n. radius, n. ulnaris)
 - lábszár érintettség (n. tibialis, n. peroneus)
 - borda közti ágak érintettsége (n. intercostalis)
 - arcideg érintettség (n. trigeminus)
- Gyógytorna, fizioterápia
- Manuálterápia (idegmobilizáció)
- Masszázs (letapadt szövetek kezelése)
- Gyakori kezelés: az ideg ingerlése napi szinten javasolt
- A perifériás idegi elváltozások kevesebb eséllyel ismétlődnek, így ezeknél az eseteknél jobban számolhatunk a gyógyulás után is fennmaradó stabil állapottal

A kórházi kezelés után

- Home Care ellátás
- Speciális gyakorlatok
- Otthon végezhető edzésprogram (A mozgásterápiát hosszú távra kell kidolgozni, hisz a neurológiai problémák csak rendszeres és türelmes gyakorlással javulnak.)



További kezelési lehetőségek a gyógytorna mellett



- A neurológiai gyógytorna mellett más fizioterápiás kezelések alkalmazása gyorsíthatja a javulás mértékét. Ilyen kezelések:
 - Manuálterápia
 - Masszázs
 - PNF
 - Krioterápia
 - Elektroterápia
 - Fürdőterápia, balneológia

Visszaesés a kórházi kezelés után

- A beteg az otthonába kerül, akkor visszaesnek az eredményei. Okai:
 - Megszűnik a biztonságot nyújtó környezet
 - Nincsenek sorstársak
 - Az otthon beszűkült térré válik
 - Otthoni egyhangú légkör
- Mielőbb gyógytorna, mozgásterápia
- Változatos programok



A kórházi kezelés után

- A funkció csökkenés időtartama lényeges:
- A kar vagy láb érintettsége esetén minél tovább tart az adott végtag idegi panasza, a másik oldal annál nagyobb terhelésnek lesz kitéve, így annak gyógytornája is szükséges a terápia teljességéhez.
- A beteg minél aktívabb résztvevője legyen a saját terápiájának
- Parkinson <https://www.youtube.com/watch?v=jEY2hS9mLVg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=gDPomhicLm8>
- <https://www.youtube.com/watch?v=WxDOKTUUP4Q>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ieRovfMKQ00>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Vy9wqQ8keQs>
- <https://www.youtube.com/watch?v=zlUG5DMzZc8>
- <https://www.youtube.com/watch?v=FRmwRqglJsM>
- https://www.youtube.com/watch?v=V2_3IXMKT7Q
- MS <https://www.youtube.com/watch?v=2A0pHA6b8sQ>



PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM
ÁLTALÁNOS ORVOSTUDOMÁNYI KAR

Köszönöm a figyelmet!

Pécs, 2024.02.21.