

## ПРОГРАММА ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ СПОРТИВНОГО КОНТИНГЕНТА ПОСЛЕ ОПЕРАТИВНОГО ЛЕЧЕНИЯ ТРАВМЫ КОЛЕННОГО СУСТАВА

*Латипов У.Ш.,*

*<sup>1</sup>Национальное агентство социальной защиты населения при Президенте Республики  
Узбекистан Национальный центр реабилитации и протезирования лиц с  
инвалидностью*

**Батиров Ф.К.**

*Научно-исследовательский институт реабилитологии и спортивной медицины при  
Самаркандском государственном медицинском университете*

**Ведение.** Существующая практика формирования программ и методик восстановительного лечения спортсменов после операции на КС основывается преимущественно на характере и степени возникшего повреждения. Согласно этому в спортивной медицине выработан определенный стереотип действий восстановительного процесса из комбинации медицинских и педагогических методов, средств и форм. Для квалифицированного построения научно-обоснованной программы реабилитационных мероприятий для спортивного контингента наряду с клиническими особенностями необходимо учитывать закономерности физиологических, биомеханических проявлений конкретной травмы. Столь многочисленный анализ и учёт всех особенностей травмы и её последствий позволяет осуществлять не схематичный набор традиционно используемых средств и методов, а продуманный алгоритм реабилитационных воздействий.

**Цель исследования.** Оценить программу восстановительных мероприятий после оперативных вмешательств на КС

**Материал и методы исследования.** Программа восстановительных мероприятий была разработана для спортсменов различных специализаций и квалификаций, которые подверглись оперативному лечению после травм коленного сустава. Структура разработанной программы состояла из 3 периодов: Послеоперационный период (*до 6 недель после операции*), функциональный период (*1,5-3 месяца*), тренировочно-восстановительный период (*3-6 месяцев*). В послеоперационном периоде все спортсмены, находящиеся под наблюдением (основная, n=42 и контрольная группы исследования, n=36), получали практически одинаковую программу восстановительного лечения (занятия ЛФК, изометрическое напряжение, лечебный массаж, физиотерапия, механотерапия и т.д.), в основной группе дополненную комплексными мероприятиями. Для выполнения задач

<https://interconference.org>

послеоперационного периода, включающих восстановление анатомической целостности зоны повреждения и ликвидации воспалительного процесса в зоне повреждения, нормализацию трофики и предупреждение образования контрактур и тугоподвижности в коленном суставе была разработана схема восстановительных мероприятий в послеоперационном периоде (задачи послеоперационного периода, Средства и методы восстановления, Дозировка процедуры, Методические указания и рекомендации).

**Результаты исследования.** Результаты проведенных функциональных тестирований КС футболистов обеих групп исследования позволяют сделать следующее заключение: функциональное состояние оперированного сустава характеризуется ограничением силы и выносливости мышц за счет болевых ощущений и контрактур, при проведении курса реабилитационных мероприятий к концу шестого месяца наблюдается существенное улучшение функционального состояния ОК, показатели которого в условиях покоя незначительно отличаются от нормы для здоровых конечностей 3,6 % ( $p < 0,05$ ), однако при предельных нагрузках эта разница возрастает до 2,8-6,3% ( $p < 0,001$ ). Выявлено, что реабилитационный эффект, полученный к третьему месяцу восстановительного лечения, выше, чем к концу шестого месяца, что доказывает необходимость проведения реабилитационных мероприятий в полном объеме.

**Вывод.** Таким образом, разработанную программу восстановительных мероприятий для лечения КС после оперативных вмешательств рекомендуется как эффективный способ восстановления функционального состояния.