

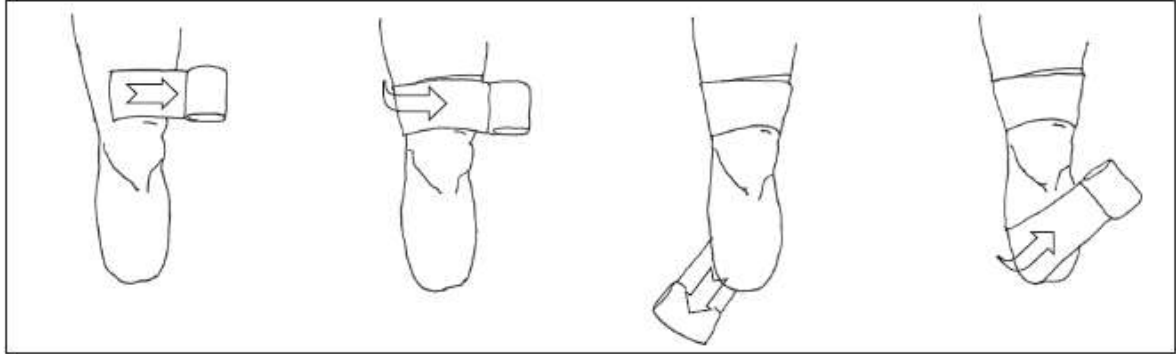
**BANDAŻOWANIE KIKUTA PRZY AMPUTACJI NA POZIOMIE PODUDZIA**

Nr 1

Nr 2

Nr 3

Nr 4

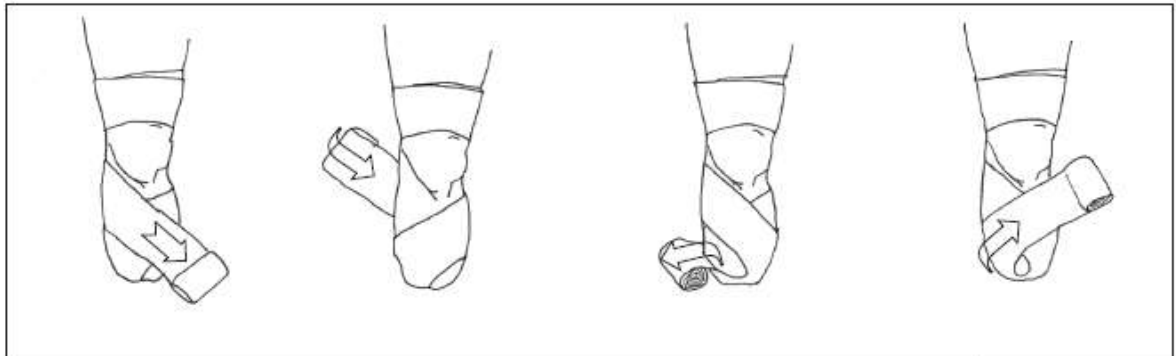


Nr 5

Nr 6

Nr 7

Nr 8

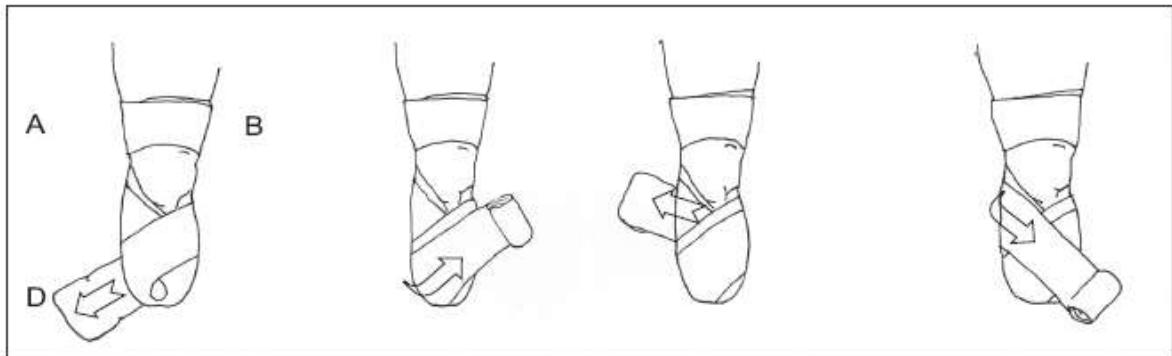


Nr 9

Nr 10

Nr 11

Nr 12



Nr 13

Nr 14

Nr 15

Nr 16

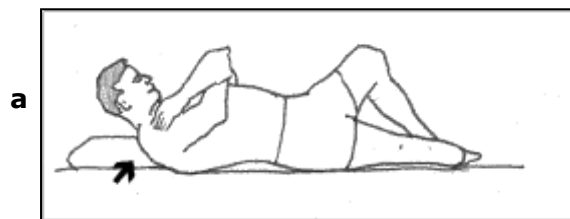
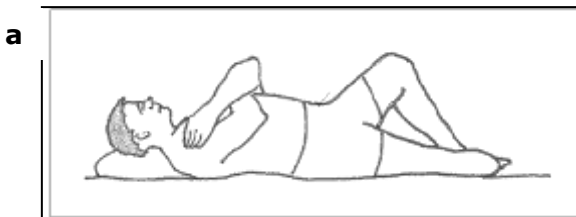
Nr 17



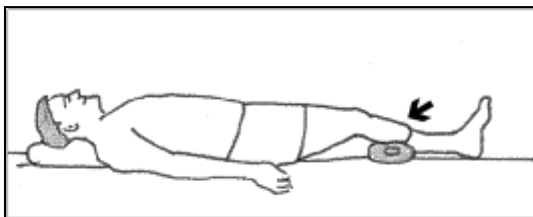
**==== BANDAŻOWANIE KIKUTA PO AMPUTACJI PODUDZIA ===**

### Ćwiczenia w pozycji leżenia tyłem

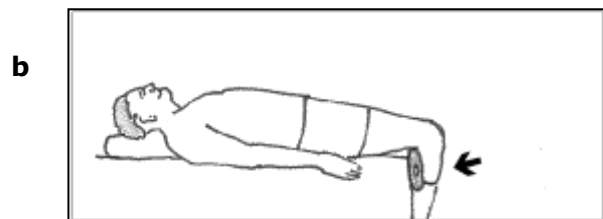
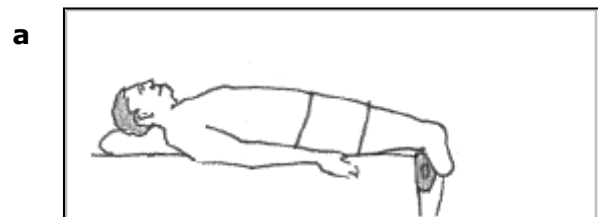
1. Skłon głowy z oderwaniem barków od podłoża (bez odrywania łopatek).



3. Próba zgięcia kolana (izometryczne napinanie mięśni uda).

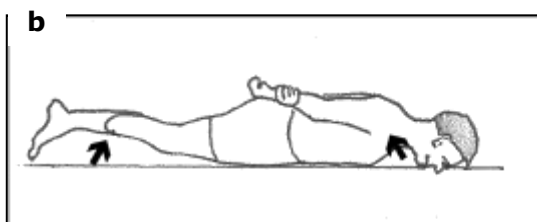
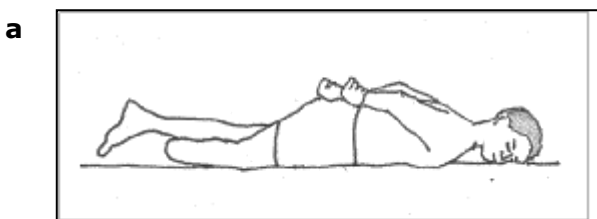


2. Zginanie podudzia z oporem.

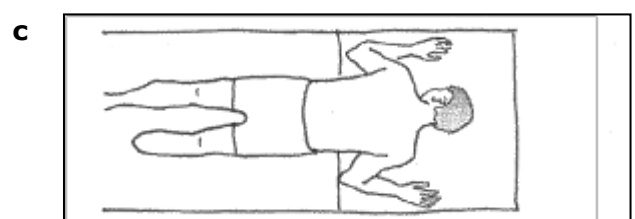
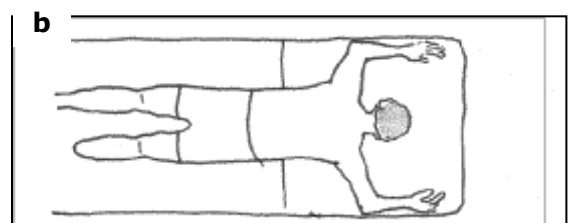
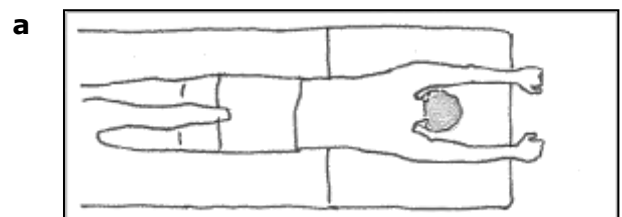


### Ćwiczenia w pozycji leżenia przodem

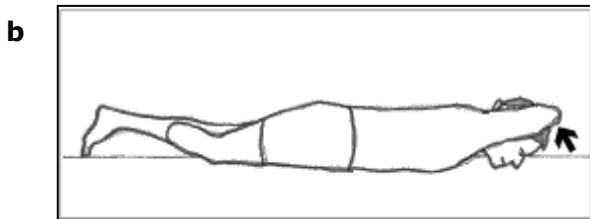
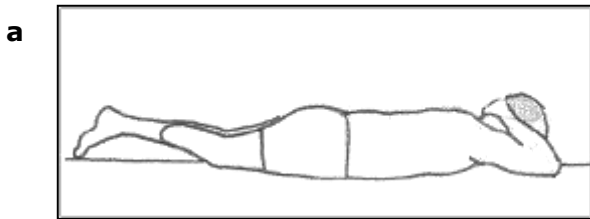
1. Unoszenie ramion i nóg - tzw. foczki.



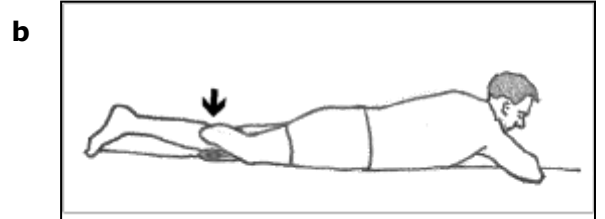
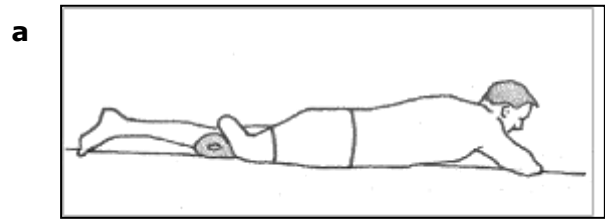
2. Przenoszenie rąk - tzw. pływanie; (rzut z góry).



**3.** Dłonie splecione na karku (unoszenie i opuszczanie łokci).

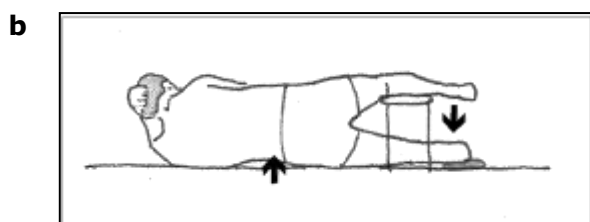
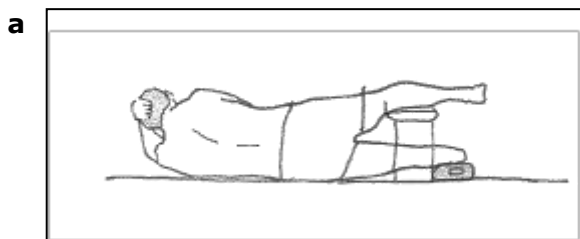


**4.** Wyprost kolana z oporem.

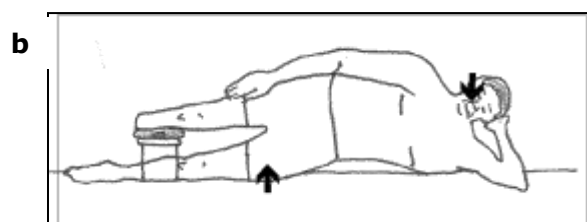
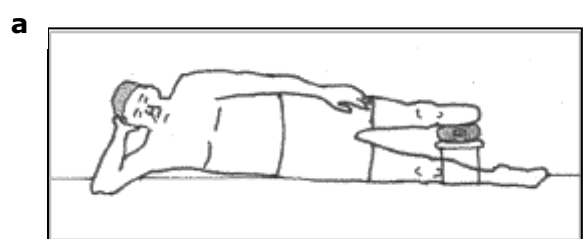


**Ćwiczenia w pozycji leżenia na boku**

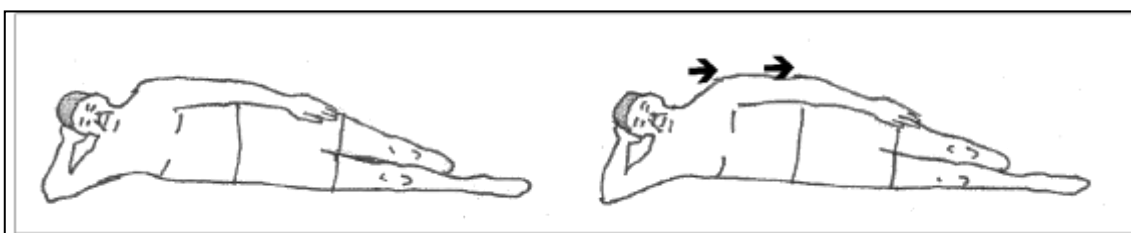
**5.** Próba odwiedzenia kikutu z równoczesnym uniesieniem bioder



**6.** Próba przywiedzenia kikutu z uniesieniem bioder

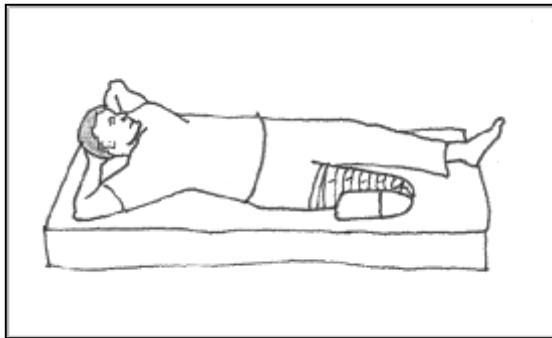


**7.** Obniżanie kończyny górnej wzdłuż tułowia.

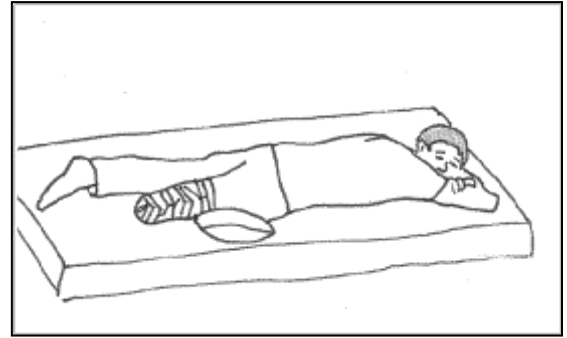


**Terapia ułożeniowa**

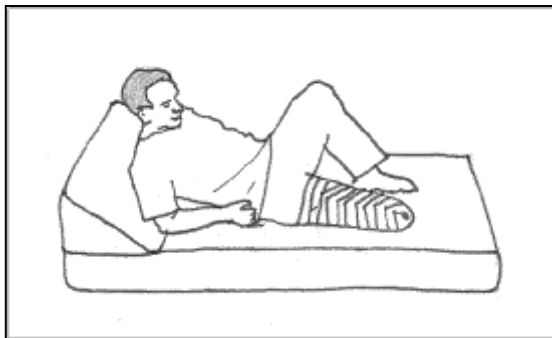
**1. Zapobieganie odwiedzeniu stawu biodrowego**



**2. Wyprost stawu kolanowego i biodrowego w leżeniu przodem.**



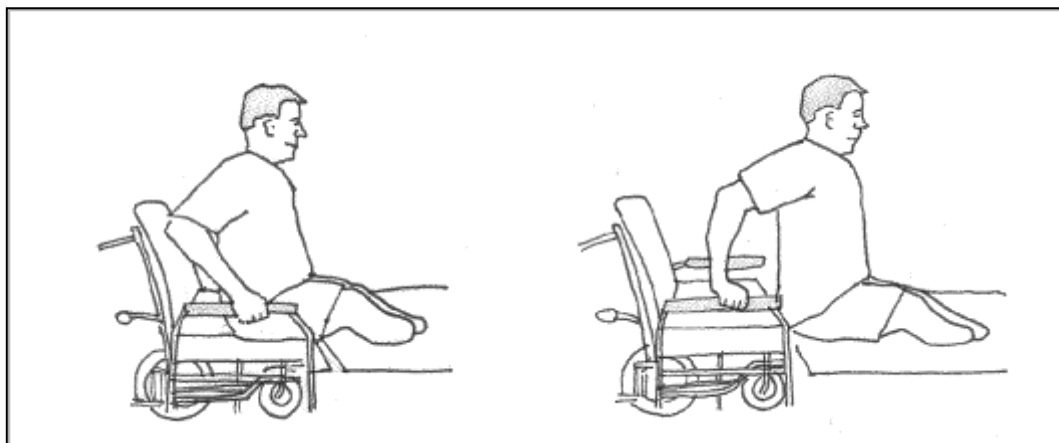
**3. Wyprost stawu kolanowego w leżeniu tyłem.**



**4. Wyprost stawu kolanowego w pozycji siedzącej**



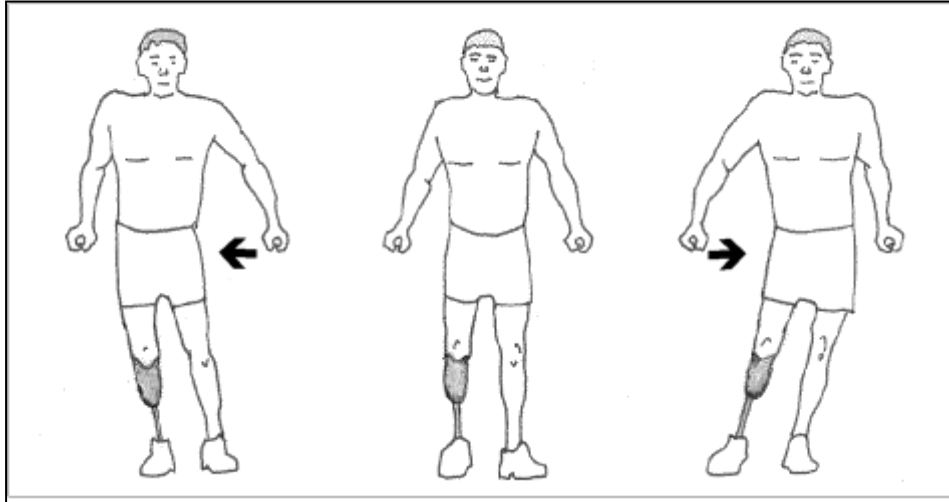
**5. Przesiadanie się z wózka do łóżka w przód przykład.**



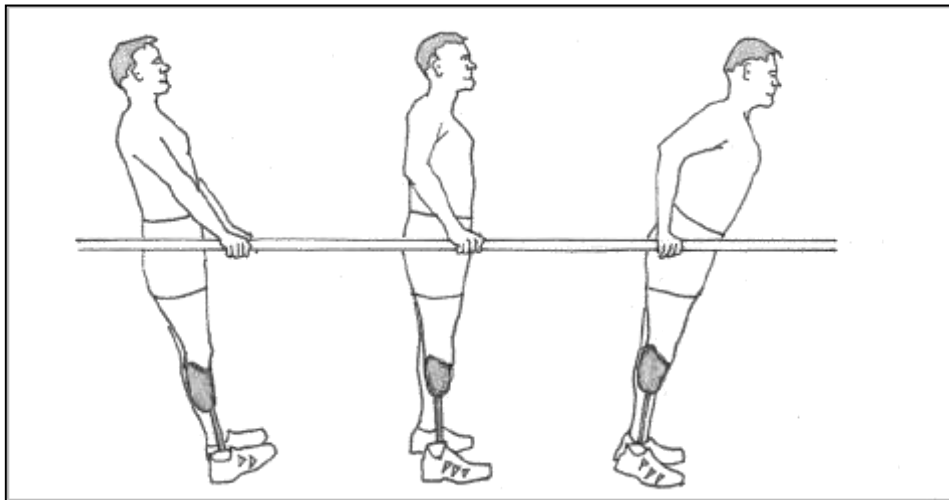
## NAUKA CHODZENIA

### Ćwiczenia bez asekuracji terapeuty

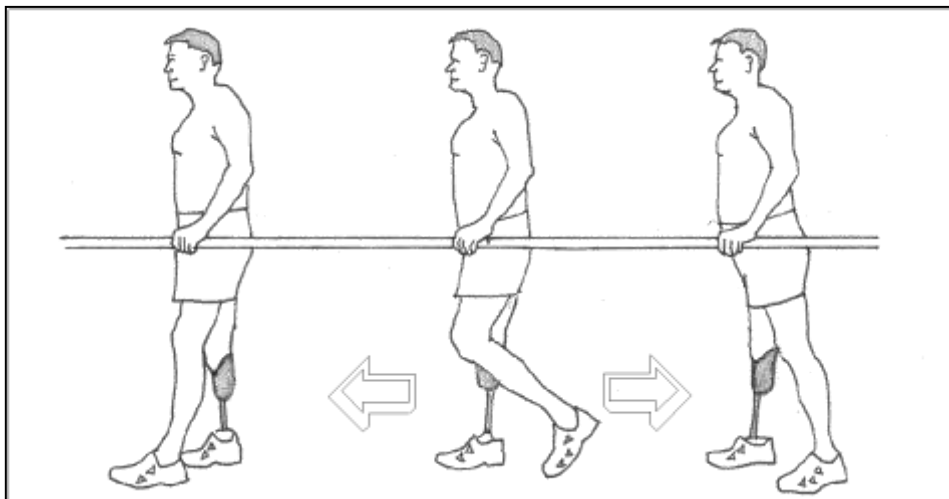
1. Przenoszenie ciężaru ciała na lewą i prawą nogę.



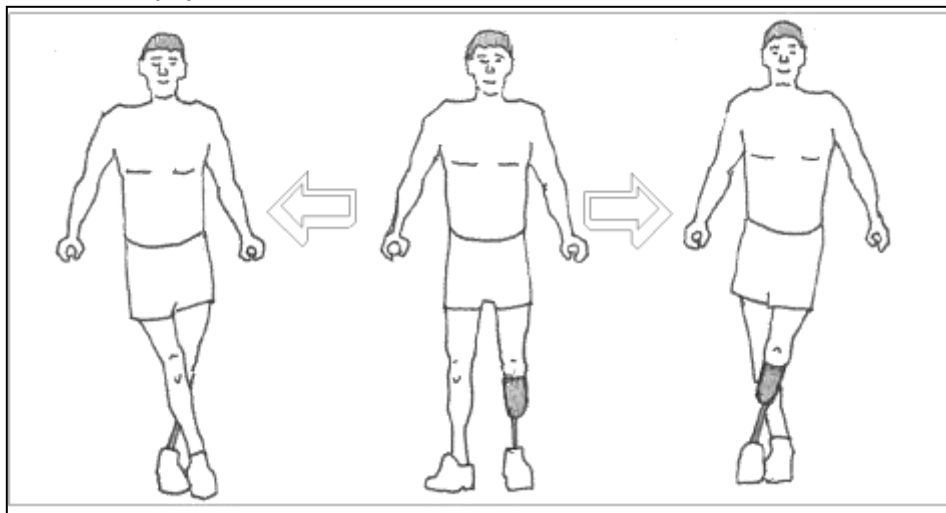
2. Przenoszenie ciężaru ciała w tył i w przód.



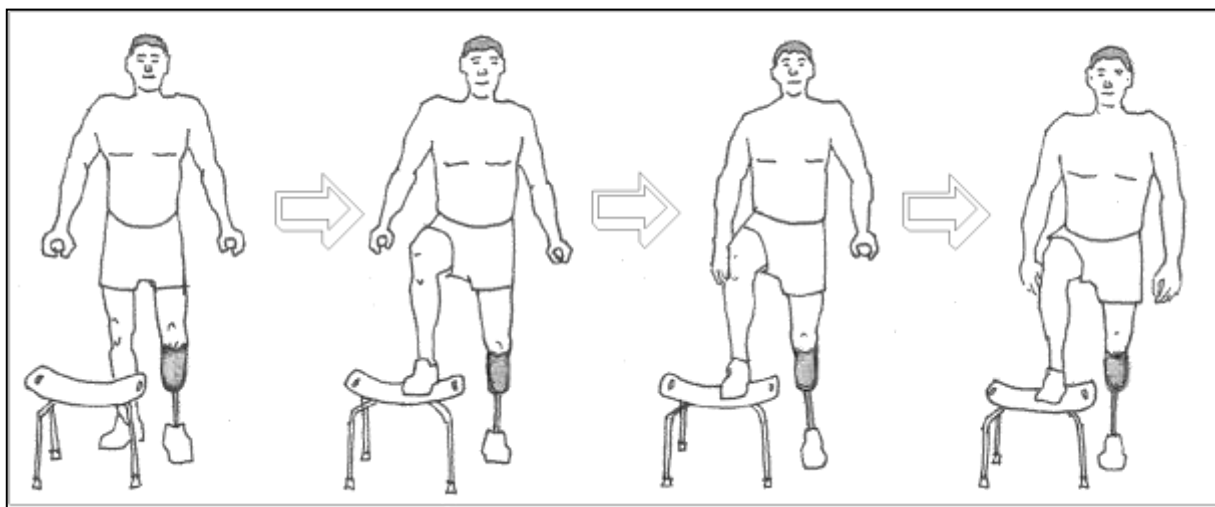
3. Stanie na protezie. Przenoszenie ciężaru ciała z wykrokiem w przód i w tył.



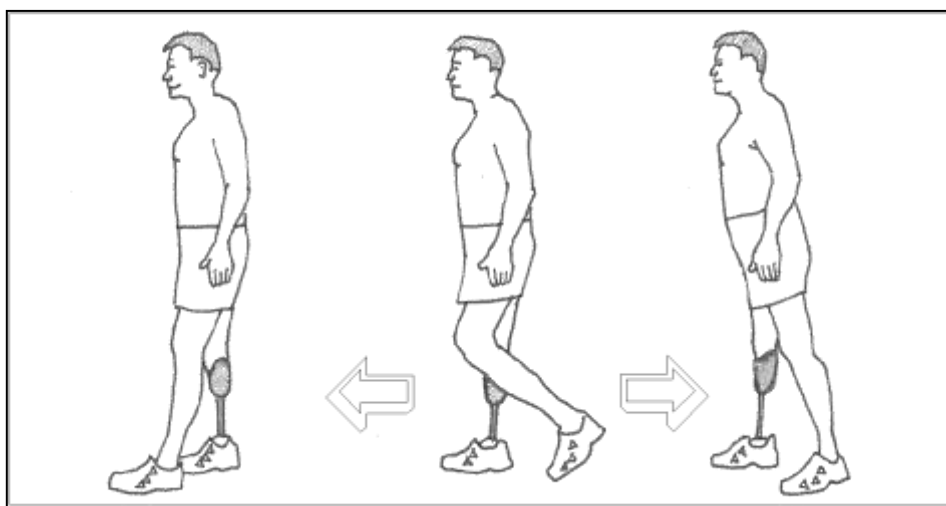
**4.**Przywiedzenie kończyny dolnej amputowanej ( stanie na kończynie dolnej zdrowej, skrzyżowanie kończyn);przywiedzenie kończyny dolnej zdrowej (stanie na protezie, skrzyżowanie kończyn).



**5.** Przenoszenie kończyny dolnej zdrowej na podwyższenie i stopniowe uwalnianie kończyn górnych, (przejście do stania na protezie bez asekuracji).

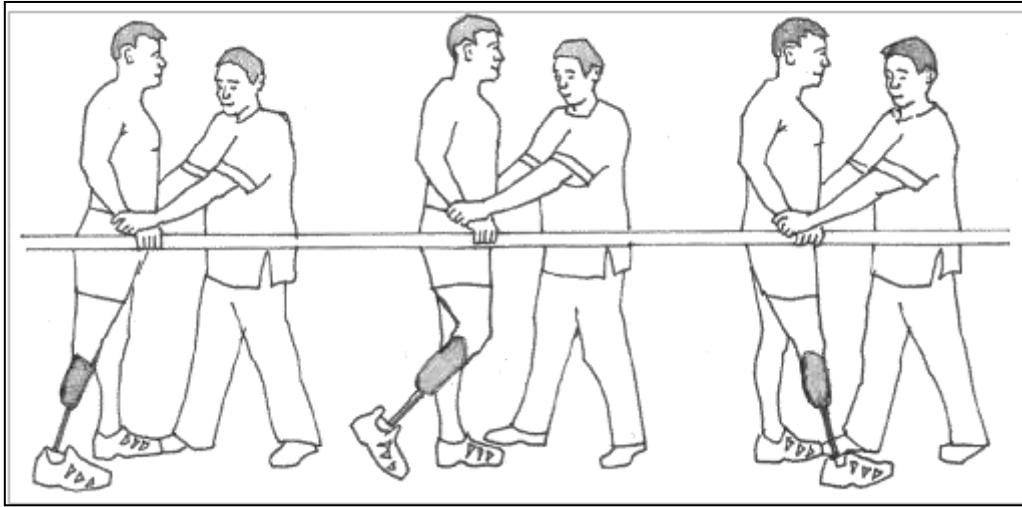


**6.** Stanie na protezie. Przenoszenie ciężaru ciała z wykrekiem w przód i w tył, ( bez asekuracji poręczy).

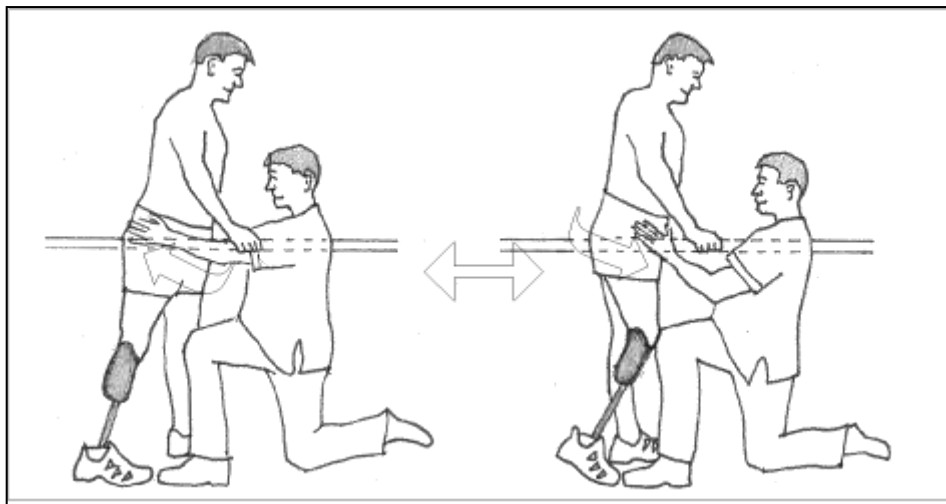


## Ćwiczenia z asekuracją terapeuty

**7.** Neuromięśniowe torowanie ruchu kikutka dla usprawnienia prawidłowego wzorca chodu.



**8.** Rytmiczne torowanie ruchu biodra dla wspomagania rotacji miednicy w płaszczyźnie poprzecznej.



**9.** Neuromięśniowe torowanie ruchu kikutka dla usprawnienia prawidłowego wzorca chodu z asekuracją

**10.** Bierna kontrrotacja barków dla poprawy równowagi i koordynacji.

