

BANDAŻOWANI KIKUTA PRZY AMPUTACJI UDA

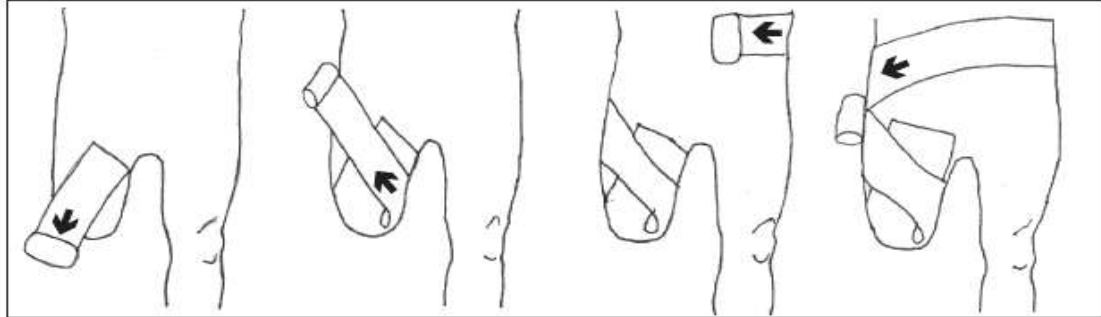
Bandaż nr 1

Nr 1

Nr 2

Nr 3

Nr 4

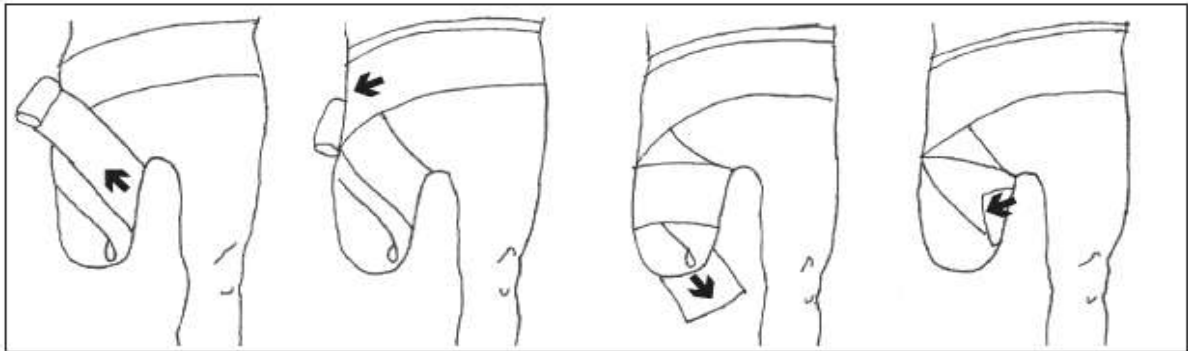


Nr 5

Nr 6

Nr 7

Nr 8



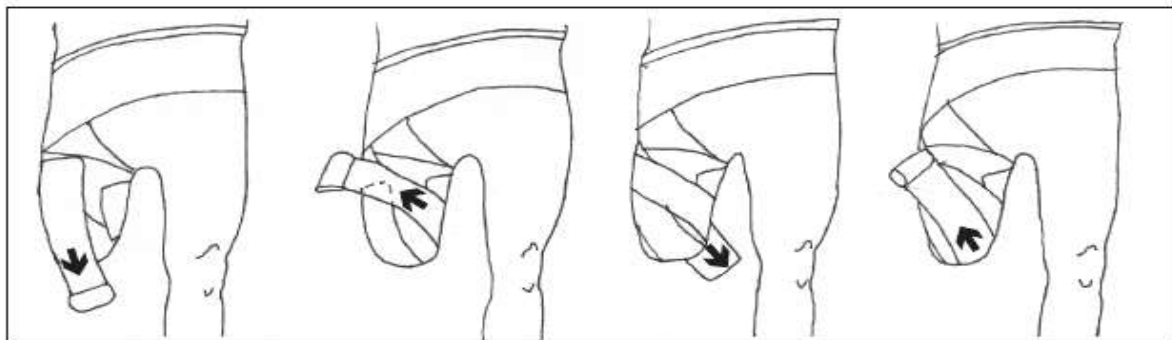
Bandaż nr 2

Nr 9

Nr 10

Nr 11

Nr 12



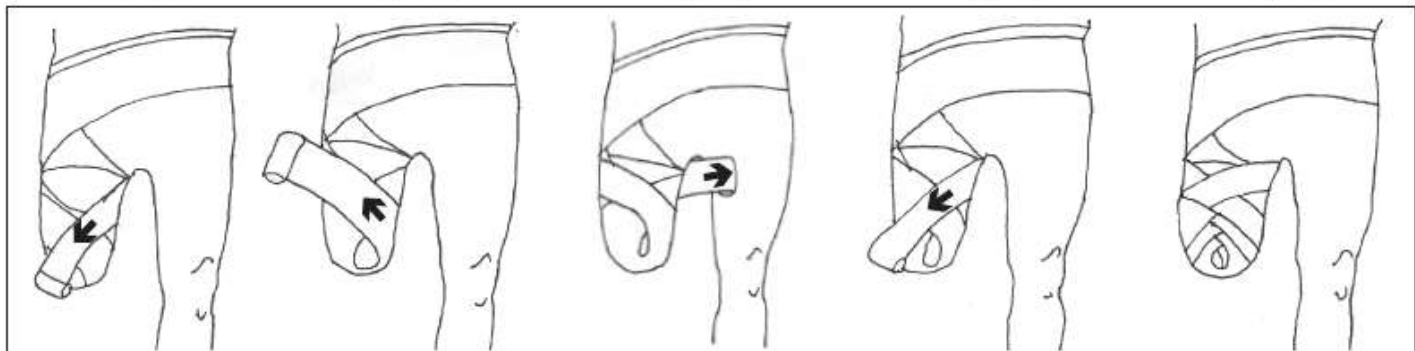
Nr 13

Nr 14

Nr 15

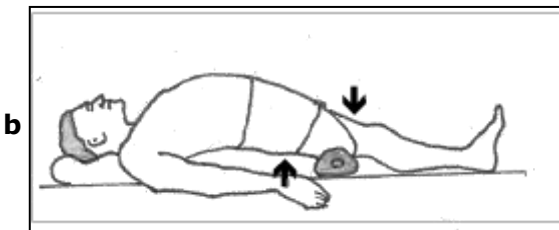
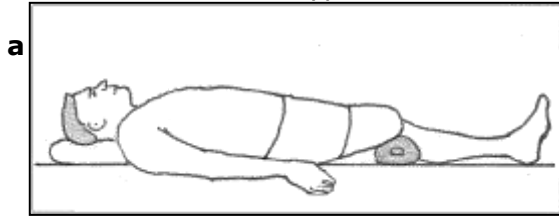
Nr 16

Nr 17

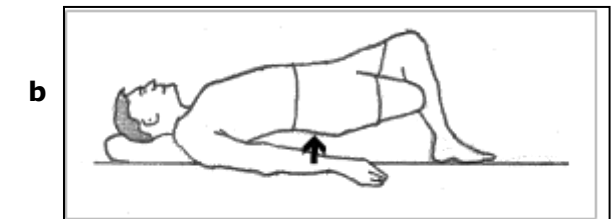
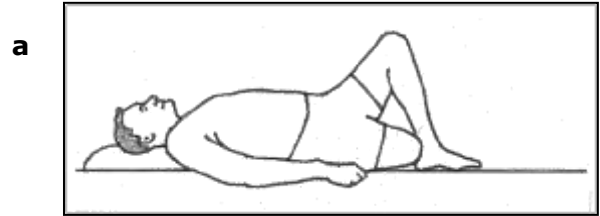


Ćwiczenia w pozycji leżenia tyłem

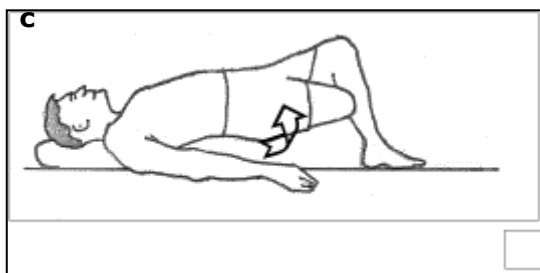
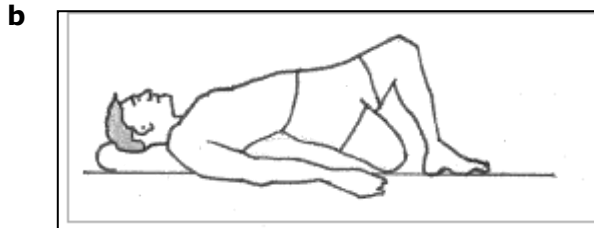
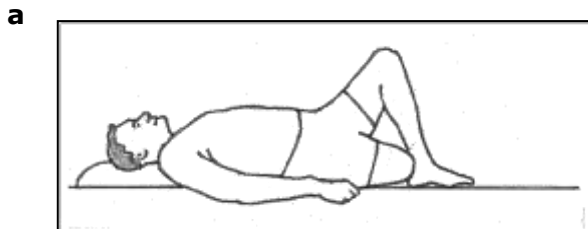
1. Unoszenie bioder i wyprost kikutu



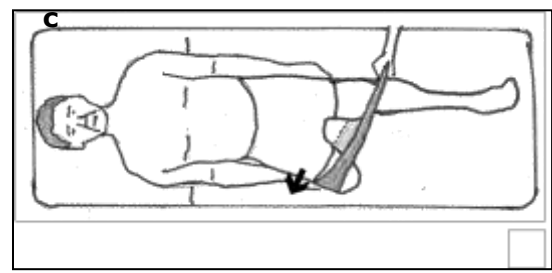
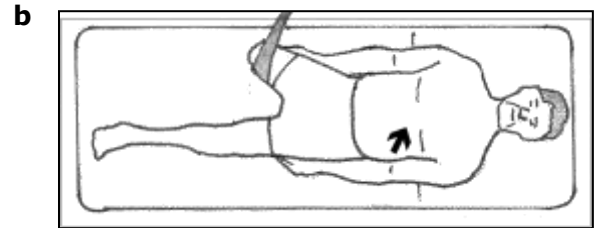
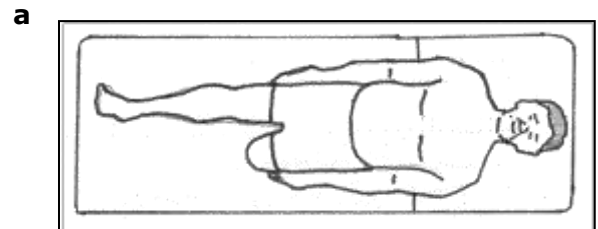
2. Unoszenie bioder



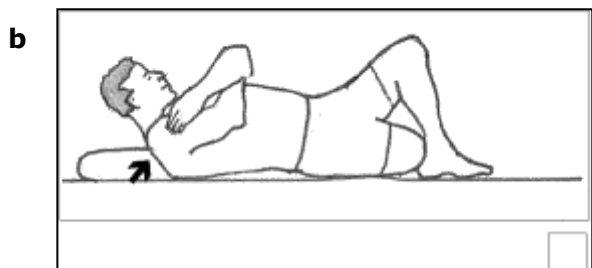
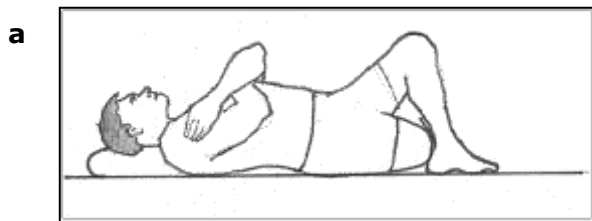
3. Unoszenie i skręcania biodra do wewnątrz.



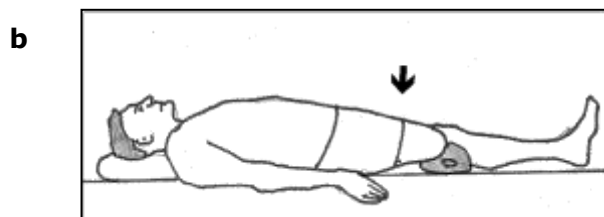
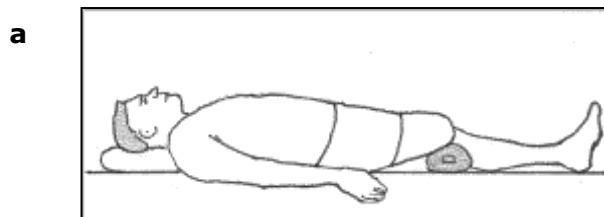
2. Przywodzenie-odwodzenie kikutu z oporem(rzut z góry).



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

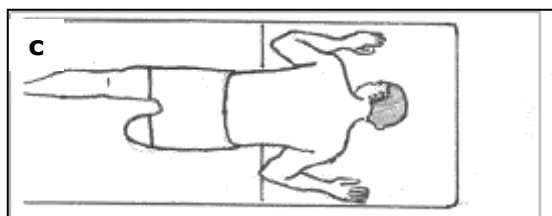
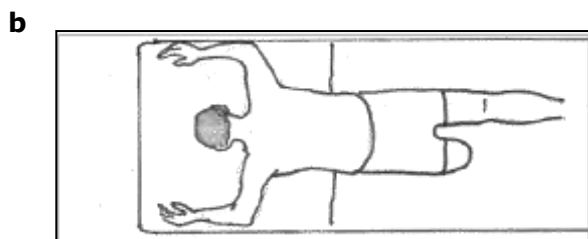
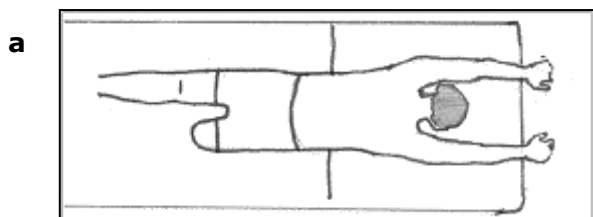


5. Wciskanie uda w podłoże bez odrywania pośladków (wyprost uda z oporem, miednica na podłożu)

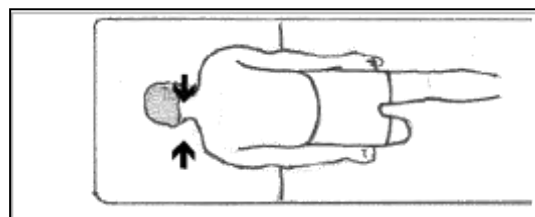


Ćwiczenia w pozycji leżenia przodem

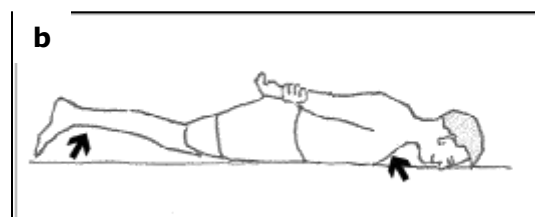
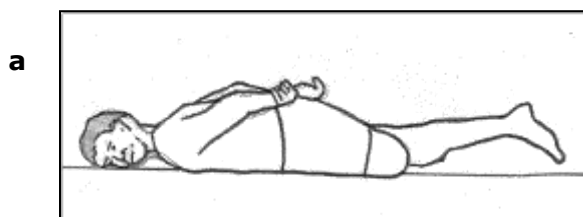
1. Przenoszenie rąk – tzw. pływanie (rzut z góry).



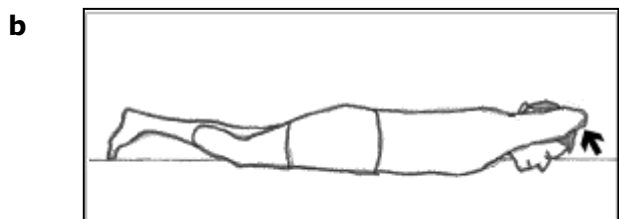
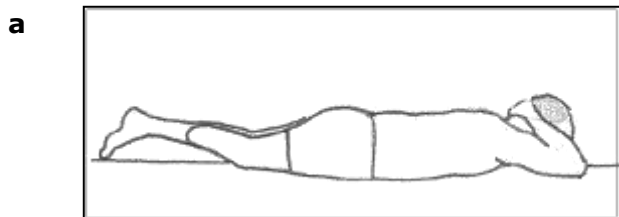
2. Ściąganie pośladków z wytrzymaniem 7 sekund (izometryczne napięcie pośladków – rzut z góry).



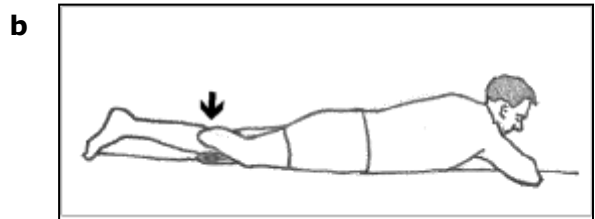
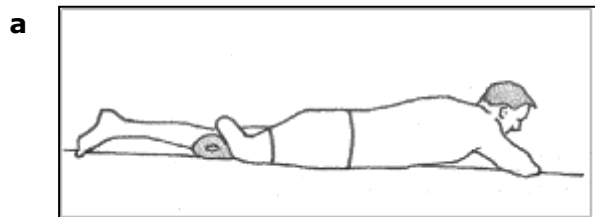
3. Unoszenie ramion i nóg – tzw. foczki.



4. Wciskanie kikuta w podłoże z wytrzymaniem 7 sekund, (zgięcie kikuta z oporem)

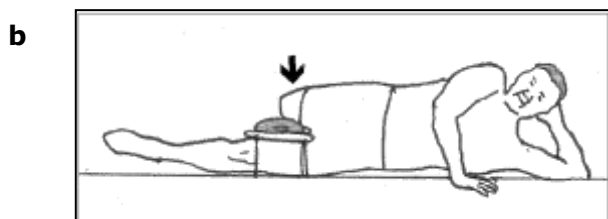
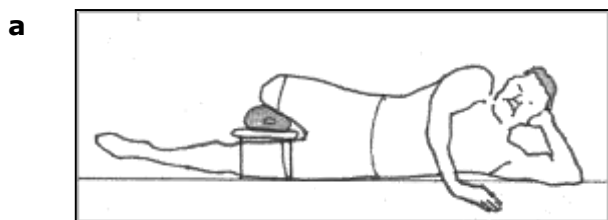


5. Unoszenie kikuta z oporem lub bez (miednica na podłożu)

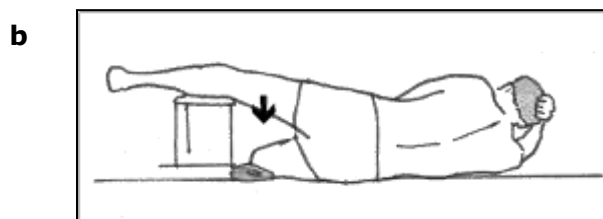
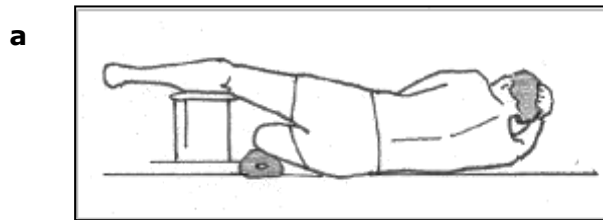


Ćwiczenia w pozycji leżenia na boku

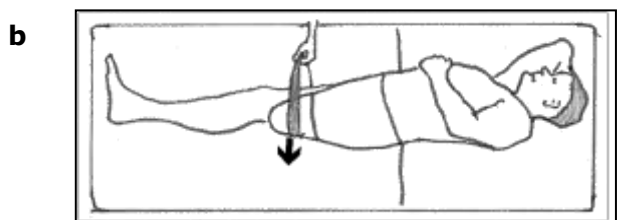
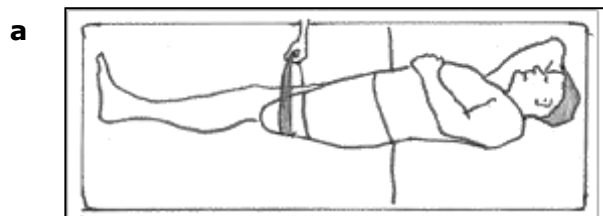
1. Wciskanie kikuta z wytrzymaniem 7 sekund na boku (przywodzenie kikuta)



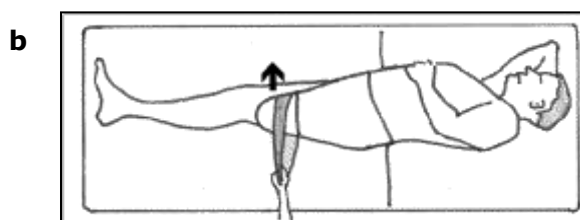
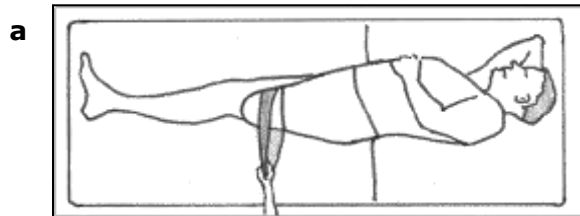
2. Wciskanie kikuta z wytrzymaniem 7 sekund na boku (odwodzenie kikuta).



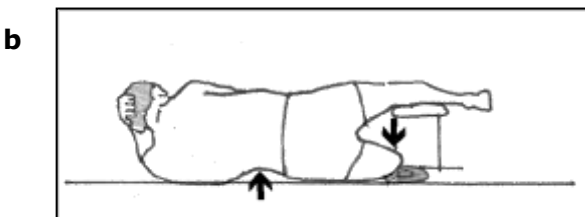
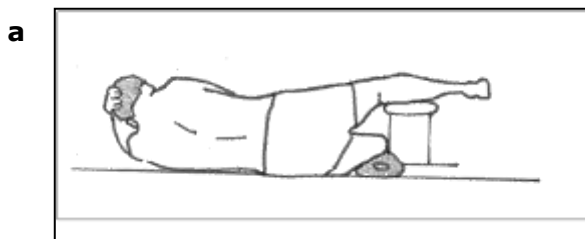
3. Prostowanie z oporem (rzut z góry)



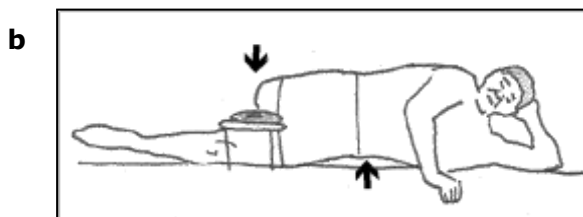
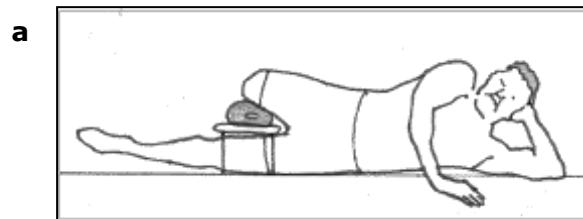
4. Zginanie z oporem (rzut z góry)



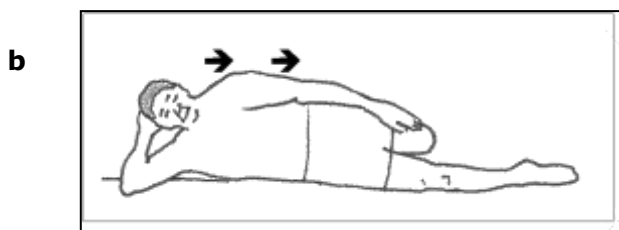
5. Próba odwiedzenia kikutu z równoczesnym uniesieniem bioder.



6. Próba przywodzenia kikutu z równoczesnym uniesieniem bioder

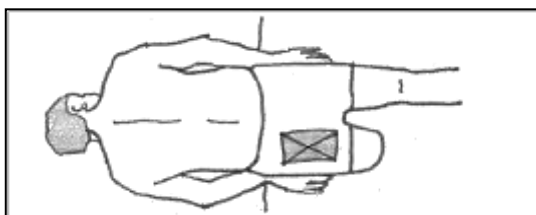


7. Obniżanie kończyny górnej wzdłuż tułowia

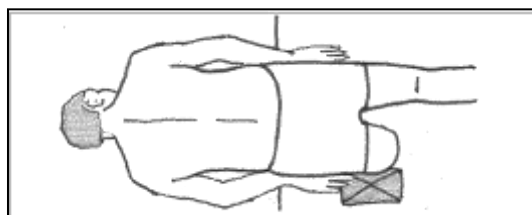


Terapia ułożeniowa

1. Zapobieganie przykurczowi zgięciowemu stawu biodrowego przez ułożenie obciążenia na pośladku (np. woreczka z piaskiem)



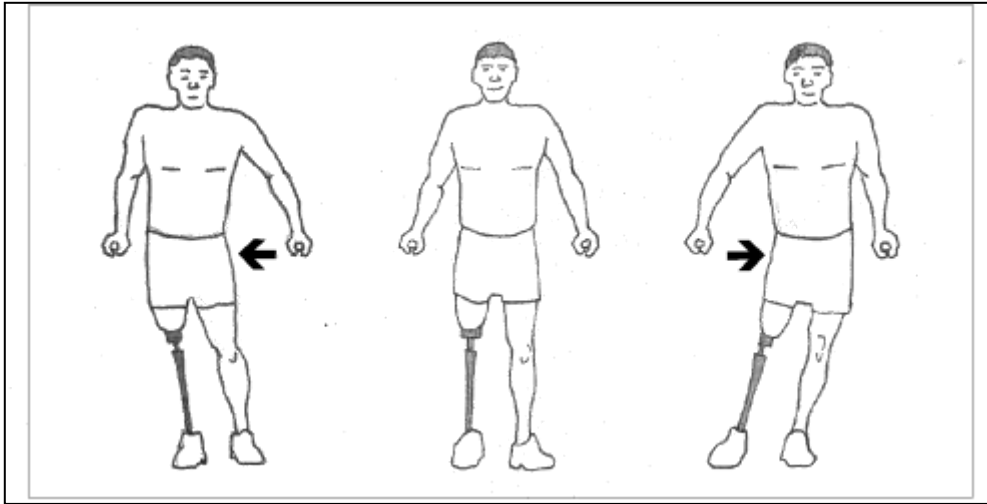
2. Zapobieganie przykurczowi odwiedzeniowemu stawu biodrowego przez zablokowanie odwiedzenia (np. ułożenie woreczka z piaskiem po boku kikutu)



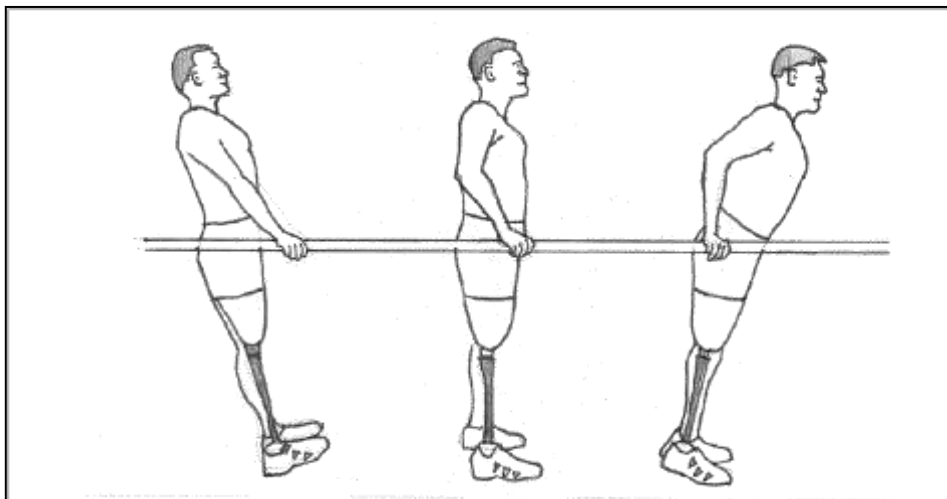
NAUKA CHODZENIA

Ćwiczenia bez asekuracji terapeuty

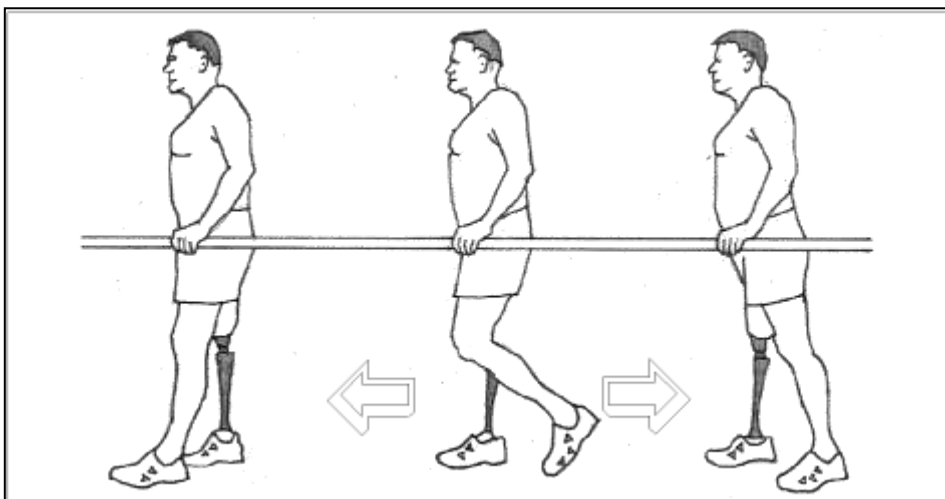
- 1. Naprzemienne przenoszenie ciężaru ciała na lewą i prawą nogę.**



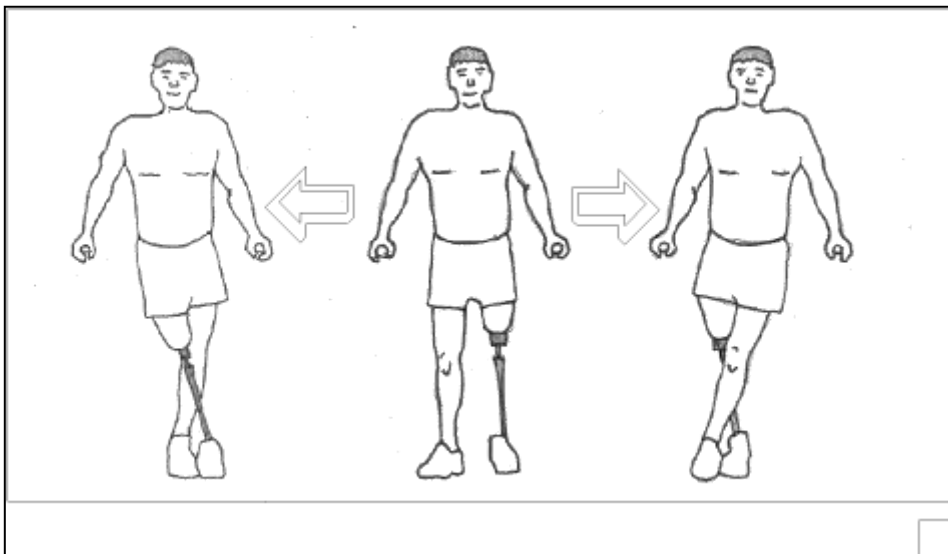
- 2. Przenoszenie ciężaru ciała w tył i w przód.**



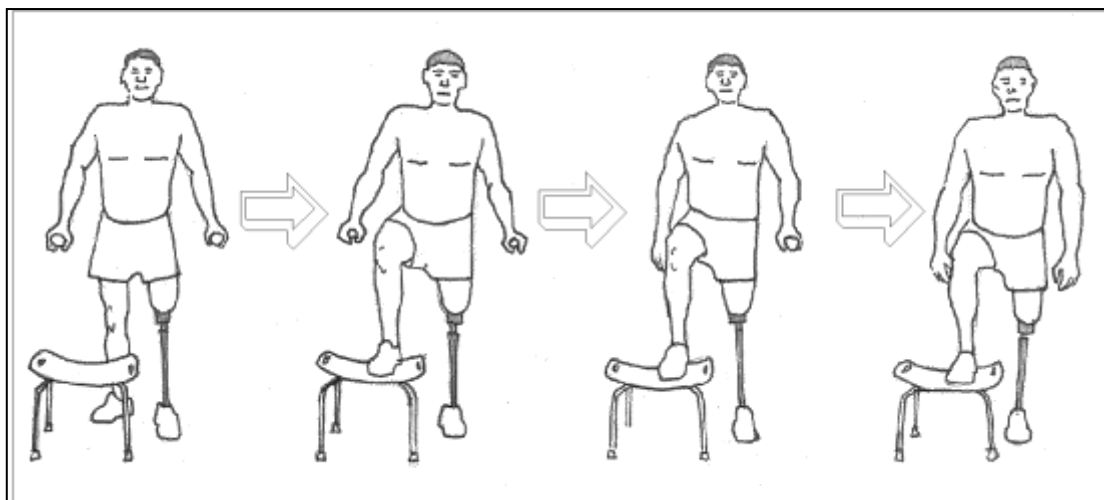
- 3. Stanie na protezie. Przenoszenie ciężaru ciała z wykrokiem w tył i w przód.**



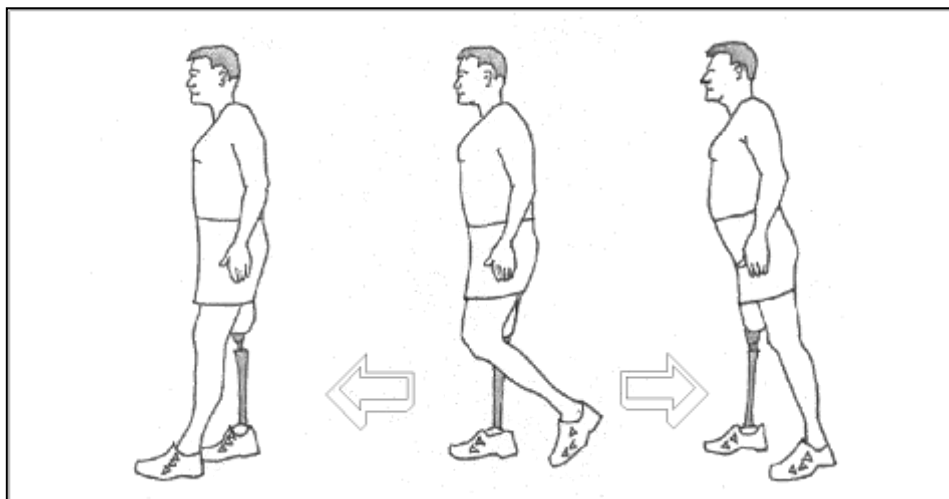
4. Przywiedzenie kończyny dolnej amputowanej (stanie na kończynie dolnej zdrowej, skrzyżowanie kończyn); przywiedzenie kończyny dolnej zdrowej (stanie na protezie, skrzyżowanie kończyn).



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

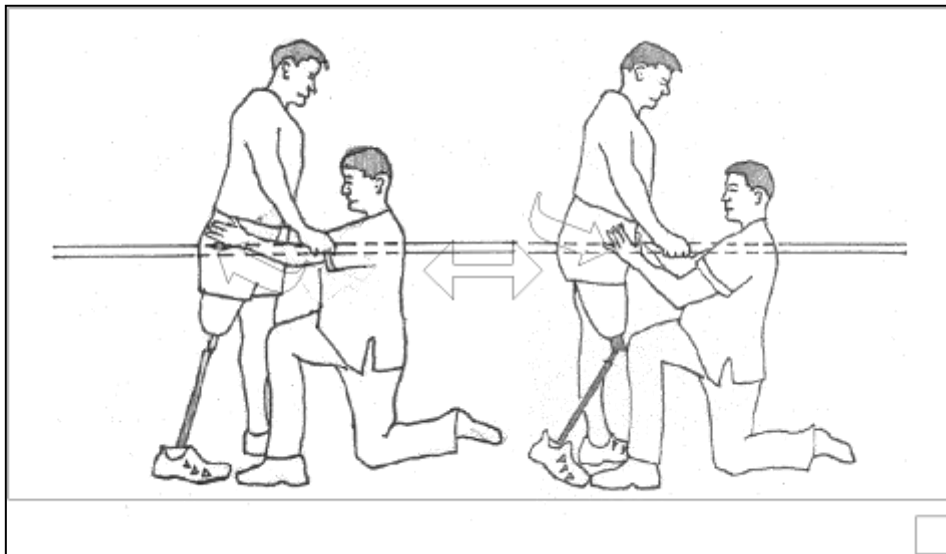


6. Stanie na protezie. Przenoszenie ciężaru ciała z wykrokiem w przód i w tył, (bez asekuracji poręczy).

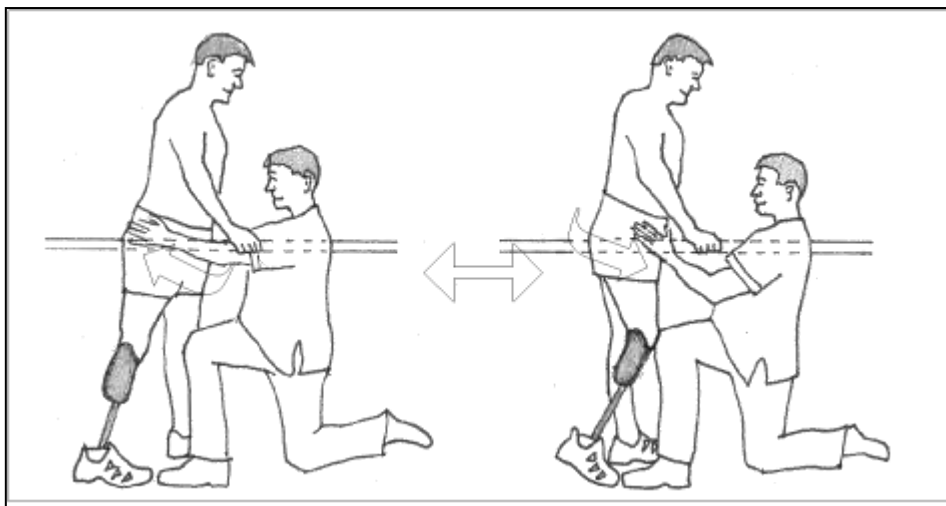


Ćwiczenia z asekuracją terapeuty

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



8. Neuromięśniowe torowanie ruchu kikutą dla usprawnienia prawidłowego wzorca chodu.



9. Neuromięśniowe torowanie ruchu kikutą dla usprawnienia prawidłowego wzorca chodu z asekuracją fizjoterapeuty.

10. Bierna kontrrotacja barków dla poprawy równowagi i koordynacji.

