

Nikolino Žura
Nevenka Rihtarić
Marija Jovanovac
Josip Draženović

Klinika za reumatske bolesti i rehabilitaciju
Klinički bolnički centar Zagreb

Mobilizacija ramenog zgloba u liječenju izvanzglobnog reumatizma

Mobilisation of shoulder joint in the extraarticular rheumatism treatment

Cilj nam je bio utvrditi učinkovitost mobilizacijskih vježbi ramena u liječenju izvanzglobnog reumatizma.

U ispitivanje je bilo uključeno 20 ispitanika svih dobnih skupina podijeljenih u dvije skupine. U prvoj skupini bilo je ukupno deset ispitanika (4 žene i 6 muškaraca) u kojih je proveden postupak pasivne mobilizacije ramena od strane fizioterapeuta, dok je druga skupina od također deset ispitanika (7 žena i 3 muškarca) provodila rasteretne vježbe u suspenziji uz kontrolu fizioterapeuta. Svi ispitanici su tijekom fizikalne terapije u trajanju od deset radnih dana dobivali i ostalu ordiniranu fizikalnu terapiju (IFS, TENS, krioterapija i sl.) te medikamente.

U svih ispitanika prije početka fizikalne terapije načinjeno je mjerenje gibljivosti ramena, te izmjerena bol na vizualno analognoj skali (VAS). Ista mjerenja provedena su po završetku fizikalne terapije.

Nakon provedene fizikalne terapije u obje skupine bolesnika došlo je do poboljšanja i u gibljivosti zgloba i u smanjenju boli. Antefleksija je u skupine sa pasivnom mobilizacijom prosječno poboljšana 32 stupnja, a u skupine

bolesnika sa rasteretnim vježbama prosječno poboljšana za 12 stupnjeva; retrofleksija u mobiliziranih poboljšanje za 4,5 stupnjeva, a u rasteretnih za 3 stupnja; abdukcija u mobiliziranih za 22,5 stupnja, a u rasteretnih za 9,5 stupnjeva; unutarnja rotacija u mobiliziranih 19,5 stupnjeva, a u rasteretnih 11,5 stupnjeva; izvanjska rotacija u mobiliziranih prosječno je poboljšana za 16 stupnjeva, a u rasteretnih 5,5 stupnjeva. VAS boli također je u mobiliziranih bilježio veće poboljšanje te sa početnih prosječnih $6,1 \pm 2,02$ na završetku mjerio $3,3 \pm 1,82$, dok je u bolesnika sa rasteretnim vježbama na početku prosječna vrijednost mjera 7 \pm 2,44, a na završetku 5,3 \pm 2,45.

Pasivna mobilizacija zgloba i rasteretne vježbe u suspenziji učinkovite su u liječenju izvanzglobnog reumatizma mada mobilizacijski postupci bilježe veća poboljšanja. Rezultate dobivene u ovom ispitivanju potrebno je potvrditi na većim skupinama i kroz dulje vremensko razdoblje, tj. do završetka liječenja.

Ključne riječi: rame, fizikalna terapija, mobilizacija, rasteretne vježbe