



## ŠTA JE TO AMPUTACIJA ?

Novi početak...

Amputacija je odstranjivanje oboljelog ili ozlijeđenog dijela tijela s ciljem spašavanja života. Najčešće se rade amputacije noge odnosno na nivou stopala potkoljenice ili natkoljenice a uzrokovane su šećernom bolešću, cirkulatornim smetnjama, povredama, rjeđe tumorima ili urođenim nedostatkom.

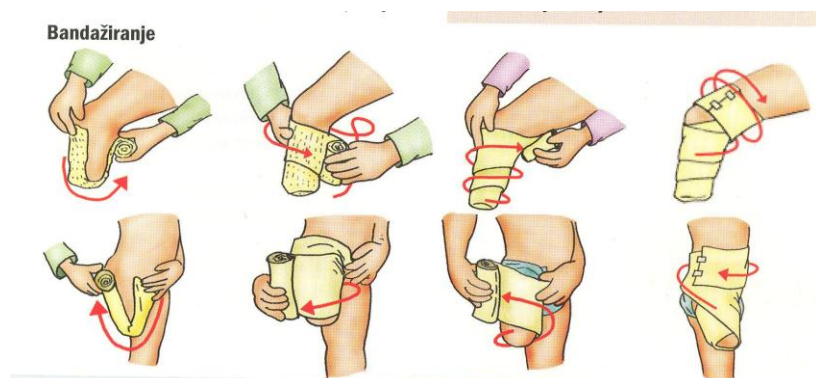
Preostali dio noge zovemo BATALJAK.



Nakon amputacije bataljak je bolan, otečen, a tkivo ne podnosi pritisak. Po smirivanju tih simptoma potrebno je početi sa zamotavanjem bataljka elastičnim zavojem (BANDAŽIRANJE)

Princip bandažiranja je sledeći:

Najača je kompresija na vrhu bataljka, a slabija prema gore. Na taj način se sprečava zastoj cirkulacije u bataljku, smanjuje otok bataljka, navikava bataljak na pritisak u ležištu buduće proteze, oblikuje bataljak.



Bandažiranje započinje po skidanju konaca sa operativnog reza.



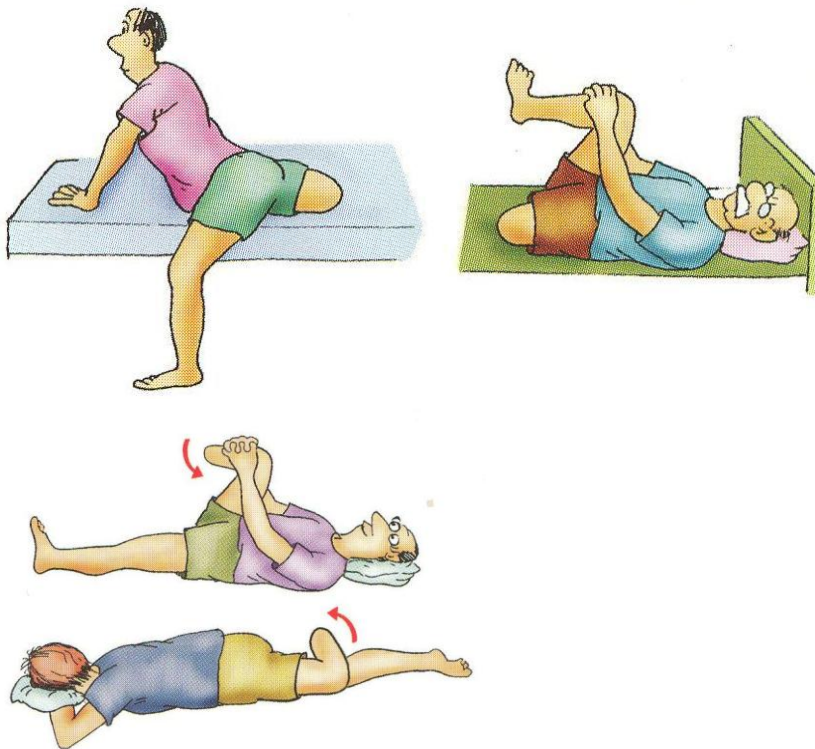
## ŠTA ĆETE RADITI SA FIZIOTERAPEUTOM ?

Fizijatar i fizioterapeut planiraju program vježbi zavisno o vašem opštem zdravstvenom stanju.

Terapeut će vam pokazati koje vježbe trebate raditi i kako ih pravilno izvoditi.

Vježbama se potiče rad mišića i prokrvljenost bataljka, bol se postepeno smanjuje, a bataljak priprema za opterećenje. U isto vrijeme počinjete raditi vježbe disanja,

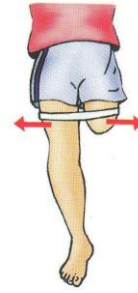
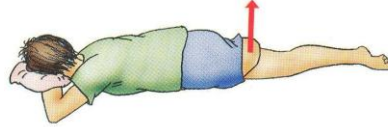
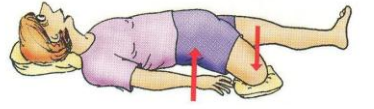
izometričke vježbe (zatezanje mišića bez pokreta u zglobu), zatim vježbe istezanja, jačanja gornjih ekstremiteta, trupa i zdrave noge.



Vježbe u krevetu, sjedenje, ustajanje pored kreveta, u većini slučajeva počinju već prvi, drugi dan nakon operacije.

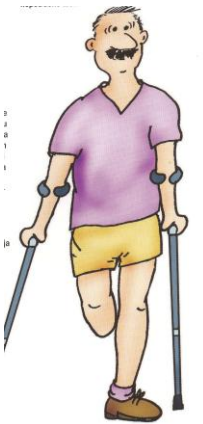
Ako imate potkoljenu amputaciju, u toku sjedenja biste trebali ispod bataljka staviti ravnu ploču (podlogu) kako bi vam koljeno bilo ispruženo.

Pazite na položaj svog tijela tokom ležanja. Kukovi i koljena treba da su ispruženi. Nastojte dio vremena u krevetu provesti ležeći na truhu, tako da istežete mišiće koji savijaju kuk.



## PRVI KORACI

Sa vertikalizacijom bi trebalo započeti što prije, idealno bi bilo već 2-3 dana nakon operacije.



U tome ćemo uspjeti ako su vam mišići ruku, trupa i zdrave noge dovoljno jaki.

Prvo morate naučiti pravilno koristiti štake ili hodalicu. Njihovom se upotrebom poboljšava vaša ravnoteža, cirkulacija, te rasterećujete vašu zdravu nogu.

## NJEGA BATALJKA

Čist bataljak isključivo je vaša obaveza.

Svakodnevno ga perite u mlakoj vodi s malo antiseptika ili blagog sapuna. Njegu bataljka obavljajte naveče.



## NJEGA BATALJKA

Nakon odstranjivanja šavova, čist bataljak isključivo je vaša obveza! Svakodnevno ga perite u mlakoj vodi s malo antiseptika ili blagog sapuna.



Bataljak zatim dobro isperite u čistoj vodi, kako ostaci sapuna ili antiseptika ne bi nadražili kožu. Njegu bataljka obavljajte navečer.



Jednako je važno ČIŠĆENJE LEŽIŠTA PROTEZE. Ležište perite jednako kao i bataljak, a ostatke sapuna uklonite vlažnom krpom i čistom vodom.

Pazite da ležište bude potpuno suho prije oblačenja.

Svakodnevno perite navlake za bataljak, kako tkanina ne bi upila ostatke znoja. Na isti način održavajte i elastični zavoj. Sušite na ravnoj podlozi, bez vješanja i izlaganja izravnoj toploti.

Medicina i tehnologija znatno su uznapredovale. Materijali koji su nam dostupni, savremene rehabilitacione metode i znanje, nude nam mogućnost obnove kretanja bez mnogo poteškoća, bolova i znatnih ograničenja.

Cijeli tim stručnjaka radi na tome da vam što brže i kvalitetnije omogući kretanja i prilagodi vašim životnim potrebama.



Zavod za fizikalnu  
medicinu i rehabilitaciju  
**Dr Miroslav Zotović**



Vi ste član našeg tima, vi ste taj koji ostaje sa svojom protezom kada se svi povučemo i ostavimo vas vašim navikama, potrebama i svakodnevnici.

Zato novonastalu situaciju prihvatite kao novi početak.

Život ide dalje...