

Streckis, Vytautas, ve diğ. 2007_Sports XL Özeti

Ön Çapraz Bağ Ameliyatı Sonrası Kas Gücü Üzerine Yoğun ve Geleneksel Rehabilitasyon

Amaç

Bu çalışma, ön çapraz bağ (ÖÇB) rekonstrüksiyon ameliyatı sonrası kas gücünün geri kazanılmasında yoğun ve geleneksel rehabilitasyonun etkilerini karşılaştırdı.

Sonuçlar

Araştırma, elektro stimülasyonla desteklenen yoğun rehabilitasyon uygulanan deneklerin, geleneksel rehabilitasyon uygulananlara kıyasla daha yüksek baldır ekstansör moment gücü geliştirdiğini ortaya koydu. Yoğun rehabilitasyonla, baldır ekstansör kasları geleneksel rehabilitasyona göre daha hızlı iyileşti.

Katılımcılar ve Araştırmacılar

Çalışmaya, kendi patellar bağ grefti kullanılarak ön çapraz bağ rekonstrüksiyon ameliyatı yapılan 40 hasta dahil edildi.

Araştırmacılar şunlardı: Vytautas Streckis, Albertas Skurvydas, Pavel Zachovajev ve Rimtautas Gudas (İnsan Motorik Laboratuvarı, Ortopedi ve Travmatoloji Kliniği, Litvanya Beden Eğitimi Akademisi, Kaunas Tıp Üniversitesi, Kaunas, Litvanya) ile Vytenis Trumpickas (Rehabilitasyon Kliniği, aynı kurumdan).

Yöntemler

Hastalar iki gruba ayrıldı: İlk grup, yoğun rehabilitasyon gören fiziksel olarak aktif hastalardan oluşuyordu (16 erkek, 4 kadın). İkinci grup ise fiziksel aktiviteye nadiren katılan ve geleneksel rehabilitasyon gören hastalardan oluşuyordu (13 erkek, 7 kadın).

Her iki gruba da (geleneksel ve yoğun) farklı rehabilitasyon programları uygulandı. Programlar ameliyattan sonraki gün başlatıldı. Elektro stimülasyon sadece yoğun rehabilitasyon grubuna (Grup 1) uygulandı. Ameliyat sonrası diz eklemindeki ağrıyı azaltmak için, her iki gruba da ağrı ve şişlik için soğuk uygulamaları yapıldı—fizyoterapi sonrası ve hemen sonrasında, günde 2–3 kez, 15–20 dakika.

Elektro stimülasyon, **NeuroTrac Sports XL** (Verity Medical) cihazıyla 10 gün boyunca uygulandı. Elektrodlar, kuadriseps kasının başına ve sonuna, kas liflerine dik olacak şekilde yerleştirildi.