

## PHỤC HỒI CHỨC NĂNG BN LIỆT NỬA NGƯỜI

### CÔNG TÁC PHỤC HỒI:

#### A / MỤC ĐÍCH:

- Giúp BN có khả năng di chuyển.
- Sinh hoạt hàng ngày.
- Ngăn ngừa biến dạng, cứng khớp.
- Trở lại công việc cũ (nếu được).

#### B / PHỤC HỒI:

- Việc phục hồi rất khó khăn vì BN thay đổi tâm tính, thiếu tự chủ.
- Sau khi xác định mức độ phục hồi, ta trình bày khéo léo cho BN để họ không tin tưởng hay thất vọng quá đáng.
- Việc tập luyện càng sớm càng tốt, BN phải hợp tác kiên trì.

#### 1 - Giai đoạn tại giường: (liệt mềm)

- Xoay trở tránh loét da.
- Sinh hoạt tại giường: lăn bên lành, bên liệt, trời lên, trệt xuống, ngồi dậy.
- Tập thụ động duy trì tầm hoạt động, ngừa cứng khớp.
- Chủ động phần thân thể bên không liệt.
- Tùy tình trạng: trợ giúp – chủ động.
- Mang nẹp nâng đỡ tay khi ngồi dậy.
- Ngày tập 3-4 lần.

#### 2 - Sau giai đoạn tại giường: (liệt cứng)

- Tập đứng: giữ thẳng bằng, đứng trong thanh song song, chịu sức nặng đều trên hai chân.
- Tập đi trong thanh song song nếu cần.
- Tập lên cầu thang, xuống cầu thang (Bệnh nhân hay nghiêng bên liệt, KTV nên đứng bên liệt).
- Bàn tay rất khó phục hồi. Cần tập chức năng bàn tay.
- Sinh hoạt hàng ngày.
- Tùy tình trạng: thụ động – trợ giúp – chủ động.
- Thực hiện các bài tập trên nệm:
  - + Tập quỳ và ngồi xuống nệm từ tư thế đang đứng.
  - + Tập quỳ và đứng lên từ tư thế đang ngồi trên nệm.