



Спортски повреди на колено

Даниел Аврамовски ¹, Данче Василева, PhD ¹
Факултет за медицински науки – УГД Штип
daniel.151315@student.ugd.edu.mk

Вовед: Изложеноста на коленото на директна траума и повредите на овој дел од телото да бидат многу чести во текот на животот. Најсериозните повреди на коленото се случуваат како резултат на собраќајни незгоди или при спортски активности. Фрактурите се почести од луксациите, но повредите како раскин на менискуси и лигаменти, се најчести типови на повреди. Симптомите на повредите на коленото се разликуваат според местото каде се развила повредата.

Цели: Да се прикаже застапеноста на спортските повреди на коленото на територија општина Прилеп (2010-2017) и да се разработи комплекс од вежби адаптирани за рехабилитација.



Материјали и методи: Превземени се податоци од Центарот за Јавно Здравје во Прилеп. Сите податоци се обработени дескриптивно, епидемиолошки и статистички. Истражувањето е спроведено во период од седум години.

Резултати: Во периодот од 2010 до 2017 во општина Прилеп се регистрирани вкупно 494 пациенти со повреди на коленото, најчести засебни повреди во овој временски период се: повреда на меникусите и кинење и истегнување на преден заден и латерален лигамент, а најретка повреда за овој период е фрактура на пателата.

Заклучок: Дел од повредите се третираат со ортопедски-хируршки зафати, а дел само со рехабилитација. После секој третман потребен е одмор. По периодот на одмор, пациентот треба постепено да почне да го рехабилитира и вежба зафатениот екстремитет, со цел да се минимализира големината и цврстината на лузната која се создава.