



# ПАМЯТКА

Физиотерапевтические процедуры  
и упражнения  
при контрактуре Дюпюитрена



*Ваши руки — наша забота*

## Памятка про проведению физиотерапевтических процедур при контрактуре Дюпюитрена

---

Данный комплекс физиотерапевтических процедур помогает замедлить развитие контрактуры Дюпюитрена у пациентов с начальными проявлениями заболевания, а также ускоряет восстановление функции кисти после операции.

- Для профилактики развития заболевания рекомендуется повторять этот курс не менее двух раз в год.
- При прогрессировании заболевания курс можно повторять ежемесячно.
- Для восстановления функции кисти **после операции** и снижения риска рецидива следует провести комплекс процедур и повторять его два раза в год.

### Стандартный курс 10-15 процедур. В 1 процедуру входят:

**Этап 1.** Парафиновые аппликации.

**Этап 2.** Электрофорез или фонофорез с противорубцовыми средствами Ферменкол.

### I. Парафинотерапия на кисть

Парафинотерапия — эффективный метод теплового лечения очищенным парафином. Парафин прогревает ткани, благодаря чему их температура увеличивается на 1-3 °С.

Процедуры с применением парафина оказывают противовоспалительное, болеутоляющее, расслабляющее, антиспастическое, ранозаживляющее, восстанавливающее, рассасывающее действия и способствуют лучшему проникновению коллагенолитических протеаз в рубцовую ткань.

**На 1 курс понадобится:** 1-1,5 кг медицинского парафина.

1. Подобрать для проведения процедур чистый пластиковый контейнер с невысокими бортиками, в который легко помещается кисть. Перед началом процедуры смазать дно и стенки контейнера вазелиновым маслом.
  2. Перед процедурой следует тщательно вымыть руки.
  3. Нагреть на водяной бане 500 г парафина до 60-65 °С.
  4. Вылить парафин в подготовленный контейнер и дать ему остыть до температуры 52-56 °С.
  5. Осторожно погрузить кисть в парафин на 5-10 с.
  6. Аккуратно без резких движений достать руку и укутать полотенцем или платком.
  7. Через 30-40 минут удалить парафин с руки и выбросить его.
  8. Остатки застывшего парафина из контейнера можно использовать для следующей процедуры.
- 



Медицинский парафин



Ферменкол набор  
для энзимной коррекции



Ферменкол гель

## Электрофорез и фонофорез с Ферменколом

Электрофорез и фонофорез с Ферменколом — эффективные методы введения коллагенолитических ферментов в рубцовую ткань. Под воздействием электрического тока и ультразвука увеличивается диффузия коллагенолитических ферментов в глубоко расположенные участки рубцовой ткани и ускоряется редукция патологического коллагена.

Благодаря электрофорезу и фонофорезу с Ферменколом рубцы уменьшаются в размерах, становятся менее плотными и более эластичными, нормализуется гидратация рубцовой ткани.

### II. Электрофорез с набором Ферменкол

Курс электрофореза с раствором Ферменкол составляет 10-15 процедур. Режим введения: плотность тока не более  $0,1 \text{ мА/см}^2$ . Продолжительность процедуры: 20-25 мин. Периодичность процедур: ежедневно, допустимый интервал между процедурами не более 2 дней.

**На 1 курс понадобится:** Ферменкол набор для энзимной коррекции, аппарат для электрофореза (для домашних физиопроцедур используется компактный аппарат «Элфор»), прокладки-электроды с токопроводящей тканью, марлевая салфетка, эластичный бинт.

1. Приготовить раствор ферментов с концентрацией  $0,02\%$ , руководствуясь инструкцией по применению Ферменкол.
2. Наложить сухую марлевую салфетку на предварительно очищенный рубцово-измененный участок кожи. Салфетка должна на  $0,5-1 \text{ см}$  выступать за края рубца.
3. Смочить марлевую салфетку готовым раствором Ферменкол при помощи шприца.
4. Смочить теплой водопроводной водой прокладки-электроды с токопроводящей тканью и слегка отжать, избегая деформации и выкручивания. Вложить электроды из токопроводящей резины в специальный кармашек прокладок-электродов с токопроводящей тканью.
5. Наложить прокладку с положительно заряженным электродом (+) на салфетку с раствором ферментов, а прокладку с отрицательным электродом (-) разместить на предплечье, электроды зафиксировать эластичным бинтом.
6. Включить аппарат (для «Элфор» переключить аппарат в режим «Электрофорез»).
7. Зафиксировать время и начать процедуру электрофореза, плавным вращением регулятора постепенно увеличить силу тока до ощущения легкого приятного покалывания.
8. По окончании процедуры отключить аппарат.

### III. Фонофорез с гелем Ферменкол

Курс фонофореза с гелем Ферменкол составляет 10-15 процедур. Режим введения: интенсивность излучения  $0,3 \text{ Вт/см}^2$ . Продолжительность процедуры: 6-10 минут. Периодичность процедур: ежедневно, допустимый интервал между процедурами не более 2 дней.

**На 1 курс понадобится:** Ферменкол гель  $30 \text{ г}$ , аппарат для фонофореза (для домашних физиопроцедур используется компактный аппарат «Ретон»).

1. Перед процедурой следует очистить кожу.
2. Нанести на чистую сухую ладонь гель Ферменкол в достаточном количестве.
4. Установить необходимую интенсивность излучения, если у аппарата есть настройки. Зафиксировать время и начать процедуру фонофореза. Медленно, без усилий перемещать головку излучателя по проблемному участку поступательно-круговыми движениями, сохраняя постоянный контакт с кожей. Следует помнить, что прослойки воздуха между излучателем и гелем являются препятствием для прохождения ультразвука.
5. Следить, чтобы гель Ферменкол не высыхал, добавляя его по мере необходимости.
6. По окончании процедуры отключить аппарат и очистить головку излучателя от остатков геля.

## Реабилитация дома

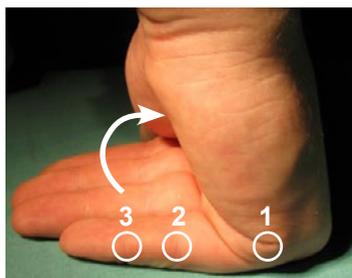
**ВАЖНО:** Для профилактики прогрессирования заболевания ежегодно требуется **повторять курсы** физиотерапевтического лечения.

### Упражнения для разработки движений в суставах кисти:

Для улучшения качества кожных покровов рекомендуем использовать крем для рук или детский крем.

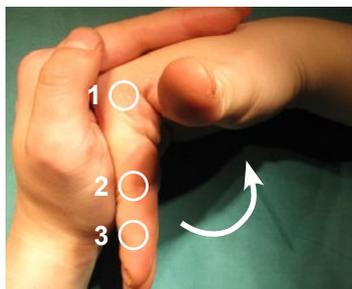
#### Упражнение №1.

Упираем руку сложенную в кулак в стену или стол и при помощи здоровой руки «разминаем» сустав №2, как указано на рисунке. Для этого с небольшим усилием разгибаем и сгибаем палец в этом суставе, потом без посторонней помощи активно сгибаем и разгибаем палец в этом суставе №2. Повторять 10 раз.



#### Упражнение №2.

Упираем руку сложенную в кулак о ладонь здоровой руки и выполняем активное сгибание и разгибание пальца в проксимальном межфаланговом суставе. Повторять 10 раз. С каждым днем количество упражнений и усилия при их вы-



### **Упражнение №3.**

Положите Вашу руку на плоскость стола. Поднимайте каждый палец по 1 разу самостоятельно и при помощи здоровой руки. Удержите каждый палец в поднятом положении 5-10 секунд. Повторить 10 раз.



### **Упражнение №4.**

Разгибайте и разминайте пальцы оперированной руки при помощи здоровой руки 25 раз, затем удерживайте в положении максимального сгибания и разгибания в течение 5-10 секунд.

