

# BỆNH VIỆN ĐA KHOA TỈNH LÀO CAI



## QUY TRÌNH KỸ THUẬT TẬP VẬN ĐỘNG THỤ ĐỘNG QTKT.PHCN.16

	Người viết	Người kiểm tra	Người phê duyệt
Họ và tên	Ths. Lý Hải Yến	BsCKI. Hoàng Anh Quý	BsCKII. Phạm Văn Thịnh
Ký			 

## **QUY TRÌNH KỸ THUẬT TẬP VẬN ĐỘNG THỤ ĐỘNG**

### **1. ĐẠI CƯƠNG**

- Tập thụ động là hình thức tập được thực hiện bởi lực tác động bên ngoài do người tập hoặc các dụng cụ trợ giúp. Vận động thụ động nghĩa là phần cơ thể được vận động không có sự tham gia làm động tác vận động cơ chủ động của người bệnh.
- Kỹ thuật này được làm khi người bệnh không tự thực hiện được động tác vận động của mình.

### **2. CHỈ ĐỊNH**

Khi người bệnh không tự làm được động tác vận động.

### **3. CHỐNG CHỈ ĐỊNH**

Khi có nguy cơ biến chứng do vận động thụ động gây ra:

- Gãy xương, can xương độ I hoặc II
- Các chấn thương mới (1-2 ngày đầu)
- Nguy cơ gãy xương như u xương, lao xương, lao khớp
- Viêm khớp nhiễm khuẩn, tràn máu, tràn dịch khớp
- Các vết thương phần mềm quanh khớp chưa liền sẹo

### **4. THẬN TRỌNG**

- Các vết thương phần mềm quanh khớp chưa liền sẹo

### **5. CHUẨN BỊ**

**5.1. Người thực hiện:** Bác sỹ hoặc điều dưỡng hoặc kỹ thuật viên được đào tạo phục hồi chức năng.

**5.2. Thuốc:**

**5.3. Vật tư:** Dung dịch rửa tay, khẩu trang, găng tay

**5.4. Trang thiết bị:** bàn tập và các dụng cụ hỗ trợ cho tập luyện như gậy, ròng rọc, nẹp, túi cát...

**5.5. Người bệnh:** được giải thích về mục đích, phạm vi, mức độ.

**5.6. Hồ sơ bệnh án:**

Bệnh án và phiếu điều trị chuyên khoa ghi chép đầy đủ tình trạng người bệnh từ lúc bắt đầu đến phục hồi chức năng và theo dõi quá trình tiến triển.

**5.7. Thời gian thực hiện kỹ thuật:** từ 20 – 30 phút

**5.8. Địa điểm thực hiện kỹ thuật:** Phòng thủ thuật

**5.9. Kiểm tra hồ sơ**

a, Kiểm tra người bệnh

b, Thực hiện bảng kiểm an toàn phẫu thuật, thủ thuật

c, Đặt tư thế bệnh nhân

## 6. CÁC BƯỚC TIẾN HÀNH

- Tư thế người bệnh thoải mái phù hợp với khớp cần tập.
- Không dùng lực bắt khớp cần tập vận động.
- Người làm kỹ thuật thực hiện vận động theo mẫu, theo tầm vận động bình thường của khớp, đoạn chi hoặc phần cơ thể đó.
- Tần suất Thời gian một lần tập 15-20 phút cho một khớp, 1- 2 lần/ ngày, tùy theo bệnh cảnh lâm sàng và tình trạng thực tế của người bệnh.

## 7. THEO DÕI

### 7.1. Trong khi tập

- Phản ứng của người bệnh: khó chịu, đau.
- Các dấu hiệu chức năng sống: mạch, huyết áp, nhịp thở.
- Các thay đổi bất thường: nhiệt độ, màu sắc đoạn chi, tầm vận động, chất lượng vận động.

### 7.2. Sau khi tập

- Các dấu hiệu sống: mạch, huyết áp, nhịp thở, tình trạng toàn thân chung.
- Khó chịu, đau kéo dài quá 3 giờ coi như tập quá mức.
- Nhiệt độ, màu sắc da, tầm vận động, chất lượng vận động của đoạn chi cần tập.

## 8. TAI BIẾN VÀ XỬ TRÍ, ĐỀ PHÒNG

### 8.1. Trong khi tập

- Đau: không tập vận động vượt quá tầm vận động bình thường của khớp hoặc chi đó.
- Hạ huyết áp, ngừng tim, ngừng thở, gãy xương, trật khớp: ngừng tập và xử trí cấp cứu ngay.

### 8.2. Sau khi tập: xử trí phù hợp với tai biến xảy ra

**8.3. Đề phòng:** Trước khi tiến hành kỹ thuật cần kiểm tra lại để đảm bảo đúng chỉ định-chống chỉ định, đảm bảo sức khỏe của bệnh nhân, đảm bảo đúng các bước kỹ thuật

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Quyết định số 54/QĐ-BYT ngày 06/01/2014 của Bộ trưởng Bộ Y tế ban hành tài liệu Hướng dẫn Quy trình kỹ thuật chuyên ngành Phục hồi chức năng.

- Giáo trình Phục hồi chức năng, Đại học y Hà nội, Bộ môn Phục hồi chức năng, Nhà xuất bản y học năm 2020

- Giáo trình Vật lý trị liệu và phục hồi chức năng, Nhà xuất bản quân đội nhân dân năm 2006