

Śmiech przyspiesza gojenie owrzodzenia podudzi

1 kwietnia 2011



Najlepszymi sposobami leczenia żylnego owrzodzenia podudzi wydają się odpowiednio dobrana opieka pielęgniarstwa i śmiech. Ten ostatni oznacza ruch przepony, który wspomaga krążenie krwi.

Pięcioletnie badania prowadzone na Uniwersytecie w Leeds pokazały, że wbrew oczekiwaniom, terapia ultradźwiękami wcale nie przyspiesza gojenia wrzodów goleni. Równie dobrze sprawdzają się dużo tańsze i łatwiej dostępne tradycyjne metody pielęgniarstwa, takie jak np. bandażowanie. „Lecznicza energia niskich dawek ultradźwięków może się sprawdzać przy innych schorzeniach, ale na pewno nie przy żylnym owrzodzeniu podudzi” – podkreśla prof. Andrea Nelson.

„Kluczowym działaniem w tej grupie pacjentów jest stymulowanie przepływu krwi w górę nóg w kierunku serca. Najlepiej korzystać w tym celu z opasek elastycznych czy pończoch uciskowych, łącząc je z odpowiednią dietą i ćwiczeniami. Wierzcie lub nie, ale serdeczny śmiech także może pomóc. Dzieje się tak z powodu ruchów przepony, które odgrywają ważną rolę w krążeniu krwi po organizmie.”

Mimo że większość wrzodów zniknie przy dobrej opiece

pielęgniarskiej, spora ich część zagoi się po roku, a nawet później. Im starszy i większy wrzód, tym trudniej go wyeliminować, stąd nieustanne próby przyspieszenia procesu gojenia. Wyniki mniejszych studiów sugerowały, że doskonałym rozwiązaniem powinna być terapia ultradźwiękami, jednak Nelson i współpracownicy wykazali, że to, niestety, nieprawda.

Naukowcy skupili się na zmianach, które nie oczyściły się w ciągu 6 miesięcy lub dłużej. Bazując na pacjentach z Wielkiej Brytanii oraz Irlandii stwierdzili, że uzupełnienie kompresjoterapii – pończoch, opasek i masażu pneumatycznego – ultradźwiękami nie przyspieszyło gojenia ani nie zmniejszyło ryzyka nawrotu owrzodzenia. Co więcej, ultradźwięki zwiększyły jednostkowy koszt leczenia żylnego owrzodzenia podudzi aż o 200 funtów.

Prof. Nelson podkreśla, że należy poszukiwać nowych sposobów przyspieszania leczenia, ponieważ wzrasta odsetek osób otyłych, co oznacza, że owrzodzenie również będzie występować coraz częściej.

Opracowanie: Anna Błońska

Zdjęcie: [premasagar](#)

Na podstawie: University of Leeds

Źródło: [Kopalnia Wiedzy](#)