

Spis treści

Rozdział 1

ROLA I ROZWÓJ REHABILITACJI WE WSPÓŁCZESNEJ MEDYCYNIE 15

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

1.1. Rys historyczny rozwoju fizjoterapii	15
1.2. Definicje	18
1.2.1. Definicja rehabilitacji	18
1.2.2. Rehabilitacja medyczna	19
1.2.3. Rehabilitacja społeczna	19
1.2.4. Rehabilitacja zawodowa	19
1.2.5. Rehabilitacja środowiskowa	19
1.3. Zespół rehabilitacyjny	20
1.4. Autonomia fizjoterapeuty	21
1.5. Rehabilitacja w Polsce	22
1.6. Etyka w pracy fizjoterapeuty	26
1.7. Definicje niepełnosprawności	29
1.7.1. Kryteria i instytucje orzekające o niepełnosprawności	31
1.7.2. Bariery w życiu osoby niepełnosprawnej	32

Rozdział 2

TWÓRCY REHABILITACJI W POLSCE I NA ŚWIECIE 35

IWONA KASIOR, WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

2.1. Życiorys Howarda Ruska	35
2.2. Życiorys profesora Wiktora Degi	38
2.3. Życiorys doc. dr hab. Janiny Tomaszewskiej	47
2.4. Rozwój współczesnej rehabilitacji w Polsce	50
2.5. Polski model współczesnej rehabilitacji według prof. dr. Wiktora Degi	52

Rozdział 3

ZASADY BADANIA PACJENTA W REHABILITACJI MEDYCZNEJ 58

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

Rozdział 4

SKALE OCENY PACJENTÓW 74

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

4.1. Skala Barthel	74
4.2. Skala FIM	76
4.3. Skala ADL	78
4.4. Skala ADL Katza	78
4.5. Skala IADL wg Lawtona Brody	79
4.6. Skala Orgogozo	79
4.7. Skala Repty	81
4.8. Skala Glasgow	83
4.9. Skala bólu VAS	84
4.10. Skala Asworth (spastyczności)	84
4.11. Skala Womac – ocena zmiany zwyrodnieniowej w stawie kolanowym i/lub biodrowym.	85

4.12. Skala Harrisa HHS – ocena stawu funkcjonalnego stawu biodrowego	87
4.13. Skala Oswestry	88
4.14. Skala SRS-22	90
4.15. Skala Lovetta	95
4.16. Skala ASIA	95
4.17. Skala Bobath	95

Rozdział 5

SYSTEMATYKA ĆWICZEŃ LECZNICZYCH I ZABIEGI FIZYKALNE STOSOWANE W LECZENIU USPRAWNIAJĄCYM	96
--	----

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

5.1. Kinezyterapia	96
5.2. Fizykoterapia w rehabilitacji medycznej	99
5.2.1. Elektroterapia	99
5.2.2. Ultradźwięki	110
5.2.3. Pole magnetyczne	112
5.2.4. Hydroterapia	116
5.2.5. Krioterapia	127
5.3. Ergoterapia	128
5.4. Terapia zajęciowa	130
5.5. Zwierzęta w usprawnianiu	130
5.6. Psychoterapia	132

Rozdział 6

ROLA AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ W PROCESIE USPRAWNIANIA	133
--	-----

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA, PIOTR ŻURAWSKI

6.1. Wpływ aktywności ruchowej na organizm człowieka	133
6.1.1. Narządy ruchu	134
6.1.2. Układ krążenia	135
6.1.3. Układ oddechowy	136
6.1.4. Układ nerwowy	136
6.1.5. Układ pokarmowy	136
6.1.6. Wydolność fizyczna	136
6.1.7. Wpływ aktywności ruchowej na stan psychiczny człowieka	136
6.1.8. Formy rekreacji ruchowej przeznaczone dla osób starszych	137
6.2. Metodyka ćwiczeń	137
6.3. Program ćwiczeń dla osób w wieku starszym	138

Rozdział 7

WADY POSTAWY U DZIECI	156
---------------------------------	-----

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

7.1. Plecy okrągłe (łac. <i>dorsum rotundum</i>)	156
7.2. Plecy wklęsłe (łac. <i>dorsum concavum</i>)	157
7.3. Plecy okrągło-wklęsłe (łac. <i>dorsum rotundo-concavum</i>)	158
7.4. Plecy płaskie (łac. <i>dorsum planum</i>)	159
7.5. Płaskostopie	160
7.6. Kolana koślawe	162
7.7. Kolana szpotawe	163

Rozdział 8

PATOGENEZA I OBRAZ KLINICZNY SKOLIOZ IDIOPATYCZNYCH 166

PIOTR ROGALA, WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

8.1. Skolioza idiopatyczna – definicja	166
8.2. Patomechanizm	166
8.3. Epidemiologia młodzieńczej skoliozy idiopatycznej	167
8.4. Przyczyny skolioz idiopatycznych	168
Czynniki strukturalne	169
Czynniki funkcjonalne	170
Zaburzenia układów regulujących	170
Koncepcje etiologii wieloczynnikowej	170
Rola ośrodkowego układu nerwowego w powstawaniu skoliozy idiopatycznej	171
8.5. Klasyfikacja i podział skolioz idiopatycznych	171
Rodzaje klasyfikacji klinicznej	171
Podział lokalizacyjny skolioz idiopatycznych	172
8.6. Leczenie nieoperacyjne skolioz idiopatycznych	177
Metody leczenia nieoperacyjnego skolioz idiopatycznych	178
8.7. Leczenie gorsetowe skolioz idiopatycznych	182

Rozdział 9

LECZENIE USPRAWNIAJĄCE OSÓB ZE SKOLIOZĄ IDIOPATYCZNĄ 190

EDYTA KINEL, ANNA PODOLSKA, TOMASZ KOTWICKI

Rozdział 10

LECZENIE USPRAWNIAJĄCE W ROZWOJOWYCH BRAKACH

I UBYTKACH KOŃCZYN 197

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

Rozdział 11

BIOMECHANIKA CZĘŚCI SZYJNEJ I LĘDŹWIOWO-KRZYŻOWEJ KRĘGOSŁUPA . 204

AGNIESZKA PRZYSTAŃSKA, WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

11.1 Biomechanika części szyjnej kręgosłupa	204
Cechy charakterystyczne kręgów szyjnych	204
Stawy międzykręgowe	208
Kręgosłup szyjny	211
11.2 Biomechanika części lędźwiowo-krzyżowej kręgosłupa	213

Rozdział 12

PODSTAWY DIAGNOSTYKI ZESPOŁÓW BÓLOWYCH CZĘŚCI LĘDŹWIOWEJ

KRĘGOSŁUPA 220

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

Rozdział 13

ZASADY ERGONOMII KRĘGOSŁUPA 219

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA,

13.1. Zasady ergonomii podczas pracy biurowej	225
13.2. Profilaktyka dolegliwości kręgosłupa u osób pracujących na stanowisku biurowym	226
13.3. Program ćwiczeń dla pracowników biurowych	228

Rozdział 14	
OSTRE ZESPOŁY BÓLOWE CZĘŚCI LĘDŹWIOWO-KRZYŻOWEJ KRĘGOSŁUPA . . .	230
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA</i>	
14.1. Przyczyny bólu	231
14.2. Epidemiologia i przegląd metod terapeutycznych	233
14.3. Czynniki ryzyka	235
14.4. Ostre bóle krzyża	236
14.5. Algorytm leczenia LBP	236
 Rozdział 15	
NIESPECYFICZNE ZESPOŁY BÓLOWE CZĘŚCI LĘDŹWIOWEJ KRĘGOSŁUPA . . .	239
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA, PIOTR ŻURAWSKI</i>	
15.1. Przyczyny niespecyficznych bólów krzyża	241
15.2. Postępowanie terapeutyczne	243
 Rozdział 16	
TERAPIA MANUALNA W SCHORZENIACH KRĘGOSŁUPA	250
<i>MARIAN MAJCHRZYCKI</i>	
16.1. Rola i znaczenie tkanek miękkich w zespołach bólowych części lędźwiowej kręgosłupa	250
16.2. Dolegliwości bólowe odcinka szyjnego kręgosłupa. Leczenie manualne ze szczególnym spojrzeniem na układ mięśniowo-powięziowy jako jedną z przyczyn powstania dolegliwości	256
 Rozdział 17	
USZKODZENIA RDZENIA KRĘGOWEGO I ZASADY KOMPLEKSOWEJ REHABILITACJI	265
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA, DOROTA WARZECHA</i>	
17.1. Podział złamań kręgosłupa szyjnego	266
17.2. Przebieg kliniczny uszkodzeń rdzenia kręgowego	266
17.3. Rodzaje uszkodzeń rdzenia kręgowego	267
17.4. Klasyfikacja urazów rdzenia kręgowego zgodna z wytycznymi Amerykańskiego Towarzystwa Urazów Kręgosłupa (ASIA)	267
17.5. Podział kliniczny dotyczący stopnia uszkodzenia rdzenia kręgowego	269
17.6. Zespoły neurologiczne częściowego uszkodzenia rdzenia kręgowego	270
17.7. Zasady pielęgnacji pacjentów po urazach rdzenia kręgowego	271
17.8. Pęcherz neurogenny	271
17.8. Leczenie usprawniające po urazach rdzenia kręgowego	274
 Rozdział 18	
AMPUTACJA KOŃCZYN – USPRAWNIANIE I PROTEZOWANIE	277
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA, MAGDALENA TRZASKOWSKA</i>	
18.1. Amputacje kończyn dolnych	277
18.2. Amputacje kończyn górnych	293

Rozdział 19	
ZESPÓŁ BOLESNEGO BARKU	299
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA</i>	
19.1. Definicja i terminologia	299
19.2. Objawy kliniczne	300
19.3. Zasady badania	300
19.4. Program leczenia usprawniającego	302
19.4.1. Poziom 1 ćwiczeń	302
19.4.2 Poziom 2 ćwiczeń	315
19.4.3 Poziom 3 ćwiczeń	319
Rozdział 20	
ZMIANY ZWYRODNIENIOWE STAWU BIODROWEGO – USPRAWNIANIE PO ENDOPROTEZOPLASTYCE	329
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA, PIOTR ROGALA</i>	
Rozdział 21	
ZMIANY ZWYRODNIENIOWE STAWU KOLANOWEGO – USPRAWNIANIE PO ENDOPROTEZOPLASTYCE	344
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA, JACEK BUĆKO</i>	
21.1 Biomechanika stawu kolanowego	344
21.2 Badanie stawu kolanowego	344
21.3. Zmiany zwyrodnieniowe stawu kolanowego	345
21.4. Leczenie usprawniające w chorobie zwyrodnieniowej stawu kolanowego	347
21.4.1 Kinezyterapia	347
21.4.2 Fizykoterapia	348
21.4.3. Leczenie farmakologiczne	349
21.5. Leczenie operacyjne	349
21.6. Leczenie usprawniające po endoprotezoplastyce stawu kolanowego	350
21.7. Schemat postępowania usprawniającego po zabiegu endoprotezoplastyki stawu kolanowego	353
Rozdział 22	
TEST OCENY FUNKCJONALNEJ U OSÓB PO USZKODZENIACH OŚRODKOWEGO UKŁADU NERWOWEGO	357
<i>STANISŁAW FALISZEWSKI, WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA</i>	
22.1. Test funkcjonalny dla kończyny górnej w leżeniu tyłem	357
22.2. Test funkcjonalny dla kończyny dolnej w leżeniu tyłem	359
22.3. Test reakcji równoważnych w pozycji siedzącej	359
22.4. Test funkcjonalny dla kończyny dolnej w pozycji siedzącej	359
22.5. Test reakcji równoważnych w pozycji stojącej	360
22.6. Ocena napięcia mięśniowego dla kończyny górnej po stronie niedowładnej	360
22.7. Ocena napięcia mięśniowego dla kończyny dolnej po stronie niedowładnej	361
22.8. Aktywność odruchowa	361
22.8.1. Ocena występowania reakcji stowarzyszonych po stronie niedowładnej w kończynie górnej, wyrażającej się synergia zgięciową	361
22.8.2. Ocena występowania reakcji stowarzyszonych po stronie niedowładnej w kończynie dolnej wyrażającej się synergia wyprostną	362
22.8.3. Ocena występowania pozytywnej reakcji podparcia w kończynie dolnej	362

22.9. Badanie czucia	362
22.9.1. Czucie powierzchowne	362
22.9.2. Czucie głębokie	363
22.10 Przykłady zastosowania metody PNF w leczeniu	364

Rozdział 23

MÓZGOWE PORAZENIE DZIECIĘCE – KOMPLEKSOWA REHABILITACJA	373
--	------------

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA, STANISŁAW FALISZEWSKI

23.1. Definicja	373
23.2. Podział mózgowego porażenia dziecięcego	374
23.3. Zaburzenia towarzyszące MPD	376
23.4. Odruchy w MPD	377
23.5. Metody rehabilitacji	378
23.5.1. Metoda Bobath	378
23.5.2. Metoda Wojty	380
23.5.3. Metoda filadelfijska	383
23.5.4. Metoda węgierska nauczania kierowanego wg Peto	383
23.6. Zaopatrzenie ortopedyczne	386

Rozdział 24

UDARY MÓZGU	388
------------------------------	------------

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

24.1. Definicja udaru mózgu i epidemiologia	388
24.2. Czynniki ryzyka	388
24.3. Patogeneza udaru mózgu	390
24.4. Mechanizm prawidłowych odruchów postawy	392
24.5. Rehabilitacja medyczna po udarze mózgu	394

Rozdział 25

LECZENIE USPRAWNIAJĄCE W STWARDNIENIU ROZSIANYM	402
--	------------

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

25.1. Definicja stwardnienia rozsianego	402
25.2. Epidemiologia	402
25.3. Charakterystyczne objawy	403
25.4. Leczenie	404
25.4.1. Leczenie objawowe	404
25.4.2. Leczenie usprawniające chorych na SM	405
25.5. Leczenie usprawniające podczas ostrego rzutu choroby	406
25.6. Leczenie usprawniające w okresach remisji	406
25.7. Oddziaływanie terapeutyczne poprzez metodę PNF	407
25.7.1. Koncepcja PNF	407
25.7.2. Neurofizjologiczne mechanizmy torowania funkcji	408
25.7.3. Wzorce ruchowe według koncepcji PNF	409
25.7.4. Techniki PNF	411
25.7.5. Nauka chodu z wykorzystaniem PNF	413
25.8. Fizykoterapia	414
25.9. Zaopatrzenie ortopedyczne	414

Rozdział 26	
CHOROBA PARKINSONA – ZASADY USPRAWNIANIA	416
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA</i>	
26.1. Definicja	416
26.2. Objawy choroby Parkinsona	416
26.3. Rozpoznanie różnicowe	417
26.4. Częstość występowania	417
26.5. Przyczyny	417
26.6. Leczenie	418
26.7. Leczenie usprawniające	418
 Rozdział 27	
USPRAWNIANIE W SCHORZENIACH NERWÓW OBWODOWYCH	431
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA</i>	
27.1. Neuropatie	431
27.2. Uszkodzenia nerwów obwodowych	434
27.2.1. Kończyna górna	434
27.2.2. Kończyna dolna	436
27.3. Uszkodzenie splotu lędźwiowo-krzyżowego	437
 Rozdział 28	
USPRAWNIANIE W USZKODZENIACH SPLOTU RAMIENNEGO	439
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA</i>	
28.1. Anatomia splotu ramiennego	439
28.2. Badanie kliniczne	439
28.3. Rodzaje uszkodzenia nerwów	439
28.4. Podział lokalizacyjny uszkodzeń splotu ramiennego	441
28.5. Usprawnianie w uszkodzeniach splotu ramiennego	443
28.5.1 Faza I	444
28.5.2 Faza II	445
28.5.3 Faza III	446
28.5.4. Faza IV	448
28.5.5. Faza V	449
28.6. Schematy urazów splotu ramiennego	450
 Rozdział 29	
OSTEOPOROZA – ZASADY PROFILAKTYKI I LECZENIA.	460
<i>WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA</i>	
29.1. Definicja	460
29.2. Objawy	460
29.3. Profilaktyka i leczenie	461
29.4. Osteoporoza a dieta	462
29.5. Zasady leczenia	462
29.6. Program ćwiczeń w osteoporozie	465
29.7. Wpływ procesu starzenia na organizm i funkcje umysłowe	467

Rozdział 30

NORDIC WALKING JAKO FORMA AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ	471
---	-----

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA, PIOTR ROGALA

Rozdział 31

SPORTY DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH	481
---	-----

WANDA STRYŁA, ADAM M. POGORZAŁA

Skorowidz	492
---------------------	-----

Skorowidz nazwisk	509
-----------------------------	-----