

Spis treści

1. Budowa i funkcje elementów czynnych i biernych stawów	
– <i>Krystyna Książkowska-Orłowska</i>	1
1.1. Budowa i czynność stawów, tkanek okołostawowych i kości	1
1.2. Budowa i zaburzenia funkcji tkanki łącznej	5
1.3. Odmienności fizjoterapii w rehabilitacji chorych reumatycznych	7
1.4. Patomechanika stawów w chorobach reumatycznych	17
1.4.1. Staw biodrowy	18
1.4.2. Staw kolanowy	19
1.4.3. Staw skokowy i stopa	21
1.4.4. Bark	24
1.4.5. Staw łokciowy i przedramię	25
1.4.6. Ręka	26
1.4.7. Kręgosłup	29
2. Badanie fizjoterapeutyczne dla potrzeb rehabilitacji chorych reumatycznych	33
2.1. Badanie podmiotowe – <i>Krystyna Książkowska-Orłowska</i>	33
2.2. Badanie przedmiotowe – <i>Krystyna Książkowska-Orłowska</i>	35
2.3. Badanie funkcjonalne poszczególnych odcinków narządu ruchu – <i>Beata Żuk</i>	37
3. Najczęściej występujące choroby reumatyczne	61
3.1. Podział chorób reumatycznych – <i>Piotr Głuszko</i>	61
3.2. Układowe choroby tkanki łącznej	64
3.2.1. Reumatoidalne zapalenie stawów – <i>Piotr Głuszko</i>	64
3.2.2. Toczeń rumieniowaty układowy – <i>Marzena Olesińska</i>	68
3.2.3. Idiopatyczne miozycy zapalne – <i>Marzena Olesińska</i>	72
3.2.4. Twardzina układowa – <i>Otylia Kowal-Bielecka</i>	77
3.3. Spondyloartropatie – zapalenia stawów z zajęciem kręgosłupa – <i>Ewa Stanisławska-Biernat</i>	83
3.3.1. Zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa	85
3.3.2. Łuszczycowe zapalenie stawów	88
3.4. Choroby reumatyczne związane z procesem starzenia	89
3.4.1. Osteoporoza – <i>Krystyna Książkowska-Orłowska</i>	89

3.4.2.	Choroba zwyrodnieniowa stawów – <i>Piotr Glusko</i>	92
	Choroba zwyrodnieniowa stawu biodrowego	95
	Choroba zwyrodnieniowa stawu kolanowego	95
	Choroba zwyrodnieniowa stawów rąk	96
	Choroba zwyrodnieniowa kręgosłupa (spondyloartroza)	96
3.5.	Inne choroby reumatyczne – <i>Robert Rupiński</i>	99
3.5.1.	Zapalenia tkanek miękkich	99
	Regionalne zespoły bólowe	99
	Fibromialgia	100
3.5.2.	Dna moczanowa.....	103
3.6.	Choroby reumatyczne wieku rozwojowego – <i>Lidia Rutkowska-Sak</i>	105
3.6.1.	Niezapalne choroby reumatyczne u dzieci	105
	Łagodny zespół nadmiernej ruchomości stawów	105
	Bóle wzrostowe	105
3.6.2.	Zapalne choroby reumatyczne u dzieci	106
	Młodzieńcze idiopatyczne zapalenie stawów	106
	Młodzieńcze zapalenie skórno-mięśniowe	108
	Toczeń rumieniowaty układowy	109
	Twardzina	110
4.	Fizjoterapia w rehabilitacji chorych reumatycznych	115
4.1.	Zasady fizjoterapii w chorobach reumatycznych – <i>Krystyna Książkowska-Orłowska</i>	115
4.1.1.	Metody fizjoterapii	117
4.2.	Fizjoterapia w uogólnionych chorobach tkanki łącznej	118
4.2.1.	Reumatoidalne zapalenie stawów	118
	Stawy obwodowe i kręgosłup – <i>Edyta Kępska</i>	118
	Ręka reumatoidalna – <i>Teresa Sadura-Sieklucka</i>	127
4.2.2.	Toczeń rumieniowaty układowy – <i>Tomasz Cichocki</i>	141
4.2.3.	Zapalenie skórno-mięśniowe i wielomięśniowe – <i>Teresa Sadura-Sieklucka</i>	142
4.2.4.	Twardzina układowa – <i>Teresa Sadura-Sieklucka</i>	146
4.3.	Fizjoterapia w spondyloartropatiach – <i>Katarzyna Kowalik</i>	148
4.3.1.	Zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa	148
4.3.2.	Łuszczycowe zapalenie stawów	152
4.4.	Fizjoterapia w chorobach reumatycznych związanych z procesem starzenia – <i>Zbigniew Wroński</i>	154
4.4.1.	Osteoporoza	154
	Fizjoterapia pacjentów z osteoporozą bez złamań	154
	Złamania osteoporotyczne	160
4.4.2.	Choroba zwyrodnieniowa stawów	163
4.5.	Fizjoterapia w innych chorobach reumatycznych – <i>Tomasz Cichocki</i>	168
4.5.1.	Zapalenia tkanek miękkich: uogólnione (fibromialgia) i miejscowe	168
4.5.2.	Dna moczanowa	169
4.6.	Fizjoterapia w chorobach reumatycznych wieku rozwojowego – <i>Beata Żuk</i>	170

5. Leczenie operacyjne w reumatologii	195
5.1. Leczenie operacyjne chorych reumatycznych – wskazania i przeciwwskazania – <i>Paweł Małyk</i>	195
5.2. Fizjoterapia po operacjach synowektomii, endoprotezoplastyce i artroskopii – <i>Piotr Turski</i>	204
5.2.1. Usprawnianie pacjentów po totalnej plastyce stawu biodrowego	205
5.2.2. Usprawnianie pacjentów po totalnej plastyce stawu kolanowego	213
5.2.3. Usprawnianie pacjentów po endoprotezoplastyce stawu skokowo-goleniowego	215
5.2.4. Usprawnianie pacjentów po endoprotezoplastyce stawu ramiennie-łopatkowego	217
5.2.5. Usprawnianie pacjentów po endoprotezoplastyce stawu łokciowego	218
5.2.6. Usprawnianie pacjentów po synowektomiach stawów	219
5.2.7. Usprawnianie pacjentów po kapsulotomii tylnej stawu kolanowego ...	223
5.2.8. Usprawnianie pacjentów po plastyce troczków rzepki	224
5.2.9. Usprawnianie pacjentów po usunięciu torbieli podkolanowej	225
5.2.10. Usprawnianie pacjentów po zabiegach korekcyjnych w obrębie stóp	225
6. Uzupełniające metody profilaktyki i terapii chorób reumatycznych	229
6.1. Sprzęt ortopedyczny – <i>Krystyna Księżopolska-Orłowska, Beata Żuk</i>	229
6.2. Sprzęt pomocniczy – <i>Krystyna Księżopolska-Orłowska, Beata Żuk</i>	234
6.3. Właściwe zachowania w czynnościach dnia codziennego – <i>Krystyna Księżopolska-Orłowska, Beata Żuk</i>	238
6.4. Rola fizjoterapeuty w rozwiązywaniu problemów związanych z seksualnością – <i>Tomasz Cichocki</i>	242
6.5. Leczenie sanatoryjne – <i>Krystyna Księżopolska-Orłowska</i>	243
7. Aktywność fizyczna w chorobach reumatycznych	247
– <i>Teresa Sadura-Sieklucka, Marcin Kożuchowski</i>	247
7.1. Aktywność fizyczna jako element zdrowego stylu życia	247
7.2. Przeciwwzapalne działanie ćwiczeń	250
7.3. Przeciwbólowe działanie ćwiczeń	251
7.4. Planowanie aktywności fizycznej	251
8. Żywnienie w chorobach reumatycznych – <i>Ewa Kądzalska</i>	255
8.1. Rola specjalisty w żywieniu pacjentów z przewlekłą chorobą reumatyczną	255
8.2. Ocena stanu odżywienia	256
8.3. Obliczanie wartości energetycznej i odżywczej diety	260
8.4. Postępowanie dietetyczne w chorobach reumatycznych	262
8.4.1. Stosowanie diety śródziemnomorskiej	264
8.4.2. Znaczenie wybranych składników diety	265
8.4.3. Rola mikrobioty w odpowiedzi immunologicznej. Probiotyki	269
8.4.4. Wybrane produkty spożywane w ograniczonej ilości	270
8.4.5. Wsparcie żywieniowe chorych reumatycznie	271
Skorowidz	275