

PATRONAT MERYTORYCZNY

*Komitet Rehabilitacji, Kultury Fizycznej  
i Integracji Społecznej PAN*

Podręcznik spełnia wymogi programowe kształcenia  
na kierunku fizjoterapia.

## FIZJOTERAPIA W GERIATRII

Nowoczesny podręcznik – obejmuje zarówno wiedzę teoretyczną, jak i wskazówki praktyczne.

Autorzy – cenienci lekarze, fizjoterapeuci i jednocześnie wieloletni dydaktycy – dzielą się swoimi doświadczeniami zdobytymi w codziennej pracy z pacjentami w starszym wieku.

**Książka zawiera aktualną wiedzę, m.in. na temat:**

- wpływu aktywności fizycznej na proces starzenia się;
- analizy sprawności funkcjonalnej chorych w starszym wieku;
- zasad usprawniania osób starszych;
- metod fizjoterapeutycznych w leczeniu pacjentów w wieku podeszłym.

Adresowana jest do studentów fizjoterapii na uczelniach medycznych i akademiach wychowania fizycznego oraz w wyższych szkołach zawodowych. Będzie też pomocna dla lekarzy, pielęgniarek, terapeutów zajęciowych oraz opiekunów osób starszych.



[www.pzwl.pl](http://www.pzwl.pl)

ISBN 978-83-200-4076-0



9 788320 040760

PATRONAT MERYTORYCZNY

*Komitet Rehabilitacji, Kultury Fizycznej i Integracji Społecznej PAN*

# FIZJOTERAPIA W GERIATRII

Redakcja naukowa

**KATARZYNA WIECZOROWSKA-TOBIS**

**TOMASZ KOSTKA**

**ADRIANNA MARIA BOROWICZ**



WYDAWNICTWO  
LEKARSKIE PZWL



# FIZJOTERAPIA W GERIATRII

Redakcja naukowa

prof. dr hab. n. med. **KATARZYNA WIECZOROWSKA-TOBIS**

prof. dr hab. n. med. **TOMASZ KOSTKA**

dr n. med. **ADRIANNA MARIA BOROWICZ**

WARSZAWA

WYDAWNICTWO LEKARSKIE PZWL



# Spis treści

<b>I. GERIATRIA I GERONTOLOGIA</b> .....	1
1. Podstawowe pojęcia geriatry i gerontologii – <i>Katarzyna Wieczorowska-Tobis</i> ..	3
2. Zmiany narządowe towarzyszące procesowi starzenia się – <i>Katarzyna Wieczorowska-Tobis</i> .....	11
3. Specyfika pacjenta starszego – <i>Katarzyna Wieczorowska-Tobis</i> .....	18
<b>II. PODSTAWY FIZJOTERAPII W GERIATRII</b> .....	29
4. Trening zdrowotny osób starszych – <i>Tomasz Kostka, Joanna Kostka</i> .....	31
5. Testy służące do oceny sprawności funkcjonalnej osób starszych – <i>Adrianna Maria Borowicz</i> .....	45
6. Specyfika usprawniania starszych pacjentów – <i>Joanna Kostka, Tomasz Kostka</i>	61
7. Wykorzystanie metod fizjoterapeutycznych w postępowaniu u chorych z wybranymi wielkimi zespołami geriatrycznymi .....	82
7.1. Upadki i zaburzenia chodu – <i>Adrianna Maria Borowicz</i> .....	82
7.2. Ostepienie – <i>Ewa Zasadzka, Andrzej Józwiak</i> .....	94
7.3. Nietrzymanie moczu – <i>Adrianna Maria Borowicz</i> .....	104
8. Szczegółowe problemy fizjoterapii osób starszych .....	114
8.1. Sarkopenia – <i>Tomasz Kostka, Joanna Kostka</i> .....	114
8.2. Problem unieruchomienia – <i>Joanna Kostka, Tomasz Kostka</i> .....	117
8.3. Odleżyny – <i>Adrianna Maria Borowicz</i> .....	127
8.4. Osteoporoza – <i>Adrianna Maria Borowicz</i> .....	130
8.5. Choroba zwyrodnieniowa stawów – <i>Adrianna Maria Borowicz</i> .....	138
8.6. Choroba Parkinsona – <i>Ewa Zasadzka</i> .....	153
8.7. Usprawnianie po udarze mózgu – <i>Ewa Zasadzka,</i> <i>Adrianna Maria Borowicz</i> .....	168
Test sprawdzający zdobytą wiedzę .....	179
Piśmiennictwo .....	186
Skorowidz .....	