

PATRONAT MERYTORYCZNY

Komitet Rehabilitacji, Kultury Fizycznej i Integracji Społecznej PAN

FIZJOTERAPIA W ORTOPEDII

Redakcja naukowa

DARIUSZ BIAŁOSZEWSKI



FIZJOTERAPIA W ORTOPEDII

Redakcja naukowa

dr hab. n. med. **DARIUSZ BIAŁOSZEWSKI**

PATRONAT MERYTORYCZNY

*Komitet Rehabilitacji, Kultury Fizycznej
i Integracji Społecznej PAN*



Spis treści

Wykaz skrótów	XIII
Wstęp – Dariusz Białoszewski	XV

CZEŚĆ OGÓLNA

1. Zasady stosowania metod fizjoterapii w ortopedii i traumatologii narządu ruchu – Dariusz Białoszewski, Magdalena Czajkowska, Izabela Korabiewska, Anna Mosiołek, Edyta Smolis-Bąk	1
1.1. Fizykoterapia	3
1.2. Kinezyterapia	6
1.2.1. Zastosowanie kinezyterapii w leczeniu pacjentów ze schorzeniami narządu ruchu	6
1.2.2. Specyfika kinezyterapii po zabiegach chirurgicznych	8
1.3. Masaż	9
1.4. Terapia manualna	11
1.5. Metody specjalne	14
1.6. Metody relaksacyjne i arteterapia	15
1.7. Optymalizacja fizjoterapii – fizjoterapia skojarzona (FS) (fusion physiotherapy, FP)	16
Pytania sprawdzające	17
Piśmiennictwo	18
2. Podstawowe zasady celowanego postępowania fizjoterapeutycznego w wybranych zmianach patologicznych narządu ruchu – Dariusz Białoszewski, Magdalena Czajkowska, Anna Słupik, Izabela Korabiewska, Anna Mosiołek	21
2.1. Stłuczenia i krwiaki tkanek miękkich	21
2.2. Rany	23
2.3. Obrzęki pourazowe	24
2.4. Wysięki, przesięki i krwiaki śródstawowe	25
2.5. Skręcenia	25
2.6. Zwichnięcia	27
2.7. Złamania	28
2.8. Przykurcze stawów	29
2.9. Przykurcze mięśni (skrócenie mięśni lub przykurcz z nadmiernego napięcia)	30
2.10. Zaniki mięśni z nieczynności	31
2.11. Dysfunkcje powięzi	32
2.12. Dysfunkcje kaletki maziowych	32
2.13. Dysfunkcje ścięgien	33
2.14. Wybrane powikłania przeciążeniowe, pourazowe i jatrogenne	34
2.14.1. Wtórne dysfunkcje nerwów obwodowych – usidlenia i zespoły cieśni	34
2.14.2. Zespoły algodystroficzne (zespół Sudecka)	35
2.14.3. Odleżyny	35
2.14.4. Stany septyczne tkanek miękkich/septyczne zapalenia stawów	36

2.14.5. Artrofibroza	37
2.14.6. Zakrzepica żylna	37
2.14.7. Obrzęki limfatyczne	38
Pytania sprawdzające	39
Piśmiennictwo	39
3. Wybrane aspekty fizjoterapii narządu ruchu u pacjentów z wywiadem onkologicznym – Piotr Majcher, Rafał Sapula	41
3.1. Uwagi ogólne dotyczące fizjoterapii narządu ruchu u pacjentów z wywiadem onkologicznym	41
3.2. Fizjoterapia pacjenta z wywiadem onkologicznym w okresie okołooperacyjnym	43
3.3. Leczenie ambulatoryjne	45
3.4. Leczenie uzdrowiskowe	47
Pytania sprawdzające	48
Piśmiennictwo	49
4. Zasady stosowania ortez w fizjoterapii – Grzegorz Benke	50
4.1. Ortezy elastyczne	51
4.2. Ortezy kończyn dolnych	52
4.3. Ortezy kończyn górnych	54
4.4. Ortezy tułowia	56
Pytania sprawdzające	57
Piśmiennictwo	57
5. Zasady stosowania i przydatność dynamicznego plastrowania w leczeniu pacjentów z dysfunkcjami narządu ruchu – Zbigniew Śliwiński	59
5.1. Wybrane aspekty teoretyczne dynamicznego plastrowania – kinesiologii tapingu	59
5.2. Testy przesiewowe stosowane w kinesio tapingu w celu określenia dysfunkcji i tzw. afektacji wybranych obszarów ciała	63
5.2.1. Testy przesiewowe dla górnej części ciała	63
5.2.2. Testy przesiewowe dla dolnej części ciała	69
Pytania sprawdzające	76
Piśmiennictwo	76
6. Wybrane aspekty rehabilitacji chodu – Anna Słupik	78
6.1. Ocena chodu	78
6.2. Wybrane metody reedukacji chodu	79
6.3. Nauka chodu z wykorzystaniem pomocy ortopedycznych i przyrządów	80
6.4. Znaczenie doboru obuwia i wkładek w reedukacji chodu	81
Pytania sprawdzające	82
Piśmiennictwo	82
7. Zasady stosowania leków dostępnych bez recepty w chorobach narządu ruchu – Paweł Krząćcik	83
7.1. Skuteczność (profil działania)	83
7.1.1. Leki przeciwbólowe	83
7.1.2. Leki przeciwzapalne (NLPZ)	84
7.1.3. Inne leki stosowane w chorobach narządu ruchu	86
7.2. Bezpieczeństwo stosowania (działania niepożądane i toksyczne)	86
Pytania sprawdzające	88
Piśmiennictwo	88

8. Wybrane psychologiczne aspekty praktyczne pracy fizjoterapeuty w leczeniu pacjentów z dysfunkcjami narządu ruchu – Krzysztof Owczarek.	89
8.1. Wprowadzenie	89
8.1.1. Postawa pacjentów wobec choroby	90
8.1.2. Temperament – typ układu nerwowego	91
8.1.3. Problematyka różnic indywidualnych	92
8.1.4. Podsumowanie	94
8.1.5. Wnioski	95
8.2. Asertywność	96
8.2.1. Zachowania agresywne	96
8.2.2. Zachowania bierne	97
8.2.3. Zachowania asertywne	99
8.2.4. Wybrane techniki asertywne	99
8.2.5. Asertywne krytykowanie i przyjmowanie ocen	100
8.2.6. Istota asertywnej komunikacji	102
8.3. Wybrane psychologiczne aspekty wzajemnej relacji fizjoterapeuta–pacjent	103
8.3.1. Dzieci	103
8.3.2. Osoby starsze	106
8.4. Pacjenci po urazie	110
8.5. Podsumowanie	111
Pytania sprawdzające	111
Piśmiennictwo	111
9. Fizjoterapia a niepełnosprawność narządu ruchu – Jakub Grzegorz Adamczyk	113
9.1. Amputacje	114
9.2. Urazy i uszkodzenia rdzenia kręgowego	115
9.3. Choroby i urazy ośrodkowego układu nerwowego	118
9.4. Inne schorzenia narządu ruchu	118
Pytania sprawdzające	119
Piśmiennictwo	119
10. Wybrane aspekty współpracy fizjoterapeuty z zespołem terapeutycznym i rola edukacyjna fizjoterapeuty – Monika Lewandowska	120
10.1. Współpraca w zespole terapeutycznym	120
10.2. Rola edukacyjna fizjoterapeuty	122
10.2.1. Rola edukacyjna fizjoterapeuty skierowana na osobę pacjenta	122
10.2.2. Rola edukacyjna fizjoterapeuty skierowana na samego siebie	123
Pytania sprawdzające	123
Piśmiennictwo	124

CZEŚĆ SZCZEGÓŁOWA

11. Rozwojowe wady kręgosłupa i klatki piersiowej – Janusz Nowotny	127
11.1. Wady kręgosłupa	127
11.1.1. Postawa ciała	127
11.1.2. Nieprawidłowa postawa ciała	131
11.1.3. Wady postawy w płaszczyźnie strzałkowej	133
11.1.4. Boczne skrzywienia kręgosłupa	133
11.1.5. Diagnostyka wad postawy	137
11.1.6. Postępowanie korekcyjne	139
11.2. Wady klatki piersiowej	142
11.2.1. Klatka piersiowa lejkowata	145
11.2.2. Inne wady klatki piersiowej	146

Pytania sprawdzające	147
Piśmiennictwo	147
12. Kręgosłup – Jerzy Edward Kiwerski, Katarzyna Czerniewska	149
12.1. Charakterystyka czynnościowa	149
12.2. Wybrane sposoby funkcjonalnej oceny kręgosłupa	150
12.3. Zespoły przeciążeniowe	153
12.4. Najczęstsze choroby kręgosłupa	156
12.4.1. Zmiany przeciążeniowo-zwyrodnieniowe kręgosłupa szyjnego	157
12.4.2. Zmiany przeciążeniowo-zwyrodnieniowe kręgosłupa łędźwiowo-krzyżowego	161
12.4.3. Kręgozmyk	163
12.4.4. Choroba Scheuermanna	164
12.5. Urazowe uszkodzenia kręgosłupa	166
12.5.1. Rehabilitacja pacjentów po urazie rdzenia szyjnego	170
12.5.2. Rehabilitacja pacjentów po urazach niższego segmentu rdzenia kręgowego	171
12.6. Specyfika leczenia fizjoterapeutycznego pacjentów w wieku podeszłym z osteoporozą	173
Pytania sprawdzające	178
Piśmiennictwo	178
13. Obręcz barkowa i staw ramienny – Leszek Romanowski, Ewa Lisiewicz-Bręborowicz	180
13.1. Zespół ciasnoty podbarkowej, uszkodzenie pierścienia rotatorów	180
13.1.1. Anatomia, patofizjologia, rozpoznanie	180
13.1.2. Leczenie zachowawcze	182
13.1.3. Leczenie operacyjne	186
13.2. Bark zamrożony	190
13.2.1. Patofizjologia, rozpoznanie	190
13.2.2. Leczenie zachowawcze	191
13.2.3. Leczenie operacyjne	191
13.2.4. Postępowanie pooperacyjne	191
13.3. Zwichnięcie i niestabilność stawu ramiennego	192
13.3.1. Anatomia, patofizjologia, rozpoznanie	192
13.3.2. Leczenie zachowawcze	193
13.3.3. Leczenie operacyjne	194
13.3.4. Postępowanie pooperacyjne	195
13.4. Endoprotezoplastyka stawu ramiennego	196
13.4.1. Anatomia, wskazania, rodzaje endoprotez, powikłania	196
Pytania sprawdzające	197
Piśmiennictwo	198
14. Ramię i staw łokciowy – Stanisław Pomianowski, Szymon Pietruszka	199
14.1. Wstęp	199
14.2. Zespoły przeciążeniowe	201
14.2.1. Łokieć tenisisty a zespół bólowy przedziału boczego stawu łokciowego	201
14.2.2. Łokieć golfisty	203
14.3. Choroby okolicy stawu łokciowego	205
14.3.1. Zespół Kiloha–Nevina	205
14.3.2. Zespół mięśnia nawrotnego obłego	206
14.3.3. Górny zespół cieśni nerwu łokciowego	207
14.4. Obrażenia ramienia i okolicy stawu łokciowego	208
14.4.1. Złamanie trzonu kości ramiennej + zespół cieśni nerwu promieniowego	208

14.4.2. Zwichnięcia stawu łokciowego	210
14.5. Złamanie dalszego końca kości ramiennej	211
14.6. Złamanie bliższego końca kości łokciowej	211
14.7. Złamanie bliższego końca kości promieniowej	212
14.8. Specyfika leczenia przykurczów pourazowych stawu łokciowego	213
Pytania sprawdzające	217
Piśmiennictwo	217
15. Przedramię i ręka – Leszek Romanowski, Ewa Lisiewicz-Bręborowicz	218
15.1. Neuropatie uciskowe nerwu łokciowego	218
15.2. Neuropatie uciskowe nerwu pośrodkowego	219
15.3. Neuropatie uciskowe nerwu promieniowego	220
15.4. Rola fizjoterapii w leczeniu neuropatii w obrębie przedramienia i ręki	220
15.5. Uszkodzenia ścięgien w obrębie przedramienia i ręki	223
15.5.1. Uszkodzenie ścięgien prostowników palców	223
15.5.2. Uszkodzenie ścięgien zginaczy nadgarstka i palców	224
15.5.3. Fizjoterapia w uszkodzeniach ścięgien w obrębie przedramienia i ręki	225
15.5.4. Tenoliza ścięgna	227
15.6. Złamania w obrębie przedramienia i ręki	228
15.6.1. Złamania dalszego końca kości promieniowej	228
15.6.2. Fizjoterapia w leczeniu złamań w obrębie przedramienia i ręki	229
Pytania sprawdzające	231
Piśmiennictwo	232
16. Obręcz biodrowa, staw biodrowy i udo – Jarosław Czubak, Agnieszka Stępień	233
16.1. Charakterystyka czynnościowa stawu biodrowego	233
16.2. Wybrane aspekty oceny funkcjonalnej	235
16.3. Wady rozwojowe stawu biodrowego	236
16.3.1. Rozwojowe przykurcze mięśni okolicy stawu biodrowego	236
16.4. Biodro koślawe, szpotawe i dysplastyczne	242
16.4.1. Biodro koślawe	242
16.4.2. Biodro szpotawe	243
16.4.3. Biodro dysplastyczne	244
16.5. Zespoły przeciążeniowe miednicy i okolicy stawu biodrowego	248
16.5.1. Entezopatie obręczy miednicznej i stawu biodrowego	248
16.5.2. Zapalenia przeciążeniowe kaletek maziowych okolicy stawu biodrowego	249
16.6. Choroby stawu biodrowego	251
16.6.1. Choroba Legga–Calvégo–Perthesa	251
16.6.2. Konflikt udowo-panewkowy	254
16.6.3. Choroba zwyrodnieniowa stawów z umiejscowieniem w stawie biodrowym – koksartroza	257
16.7. Obrażenia miednicy i stawu biodrowego	262
16.7.1. Uszkodzenia obrąbka stawu biodrowego	262
16.7.2. Złamania kości krzyżowej i miednicy	262
16.7.3. Złamanie bliższego końca kości udowej	264
16.7.4. Złamania trzonu kości udowej	266
Pytania sprawdzające	268
Piśmiennictwo	268
17. Staw kolanowy – Artur Stolarczyk, Magda Kamińska	270
17.1. Diagnostyka dysfunkcji stawu kolanowego	270
17.1.1. Badanie podmiotowe	270
17.1.2. Badanie przedmiotowe	270

17.1.3. Diagnostyka obrazowa – wskazania	271
17.1.4. Ocena funkcjonalna aktywności codziennej i sportowej	272
17.2. Wady rozwojowe i choroby wieku dziecięcego	273
17.2.1. Kolano koślawe i szpotawe	273
17.2.2. Kolano tyłowygięte	274
17.2.3. Choroba Osgooda–Schlattera	275
17.3. Obrażenia stawu kolanowego	276
17.3.1. Złamania	276
17.3.2. Uszkodzenia więzadłowe	277
17.3.3. Uszkodzenia łąkotek	288
17.3.4. Uszkodzenia chrząstki	290
17.3.5. Choroba zwyrodnieniowa stawu kolanowego	290
Pytania sprawdzające	292
Piśmiennictwo	292
18. Podudzie i stopa – Jarosław Czubak, Agnieszka Stepien	294
18.1. Charakterystyka czynnościowa	294
18.2. Wybrane sposoby oceny funkcjonalnej	295
18.3. Dziecięce wady rozwojowe	297
18.3.1. Stopa dziecięca płaska i płasko-koślawą	297
18.4. Stopa płaska statyczna u dorosłych	300
18.4.1. Badanie przedmiotowe	300
18.4.2. Leczenie	301
18.5. Stopa poprzecznie płaska	301
18.5.1. Leczenie	302
18.6. Paluch koślawy	302
18.6.1. Badania obrazowe	303
18.6.2. Leczenie	305
18.7. Zespoły przeciążeniowe	306
18.7.1. Przewlekłe zespoły przeciążeniowe ścięgna piętowego – achillodynia	306
18.7.2. Zespół kanału śtępu	307
18.7.3. Zespół przeciążeniowy rozciągna podeszwowego – tzw. ostroga piętowa	309
18.8. Choroby stopy	311
18.8.1. Choroba Haglunda–Severa	311
18.8.2. Paluch sztywny	312
18.9. Obrażenia podudzia i stopy	313
18.9.1. Skręcenia stawu skokowo-goleniowego	313
Pytania sprawdzające	316
Piśmiennictwo	316
Skorowidz	319