



CENTRUM
ZDROWIA
DZIECKA
POLECA



Anna Kostera-Pruszczyk
Anna Radwańska
Barbara Ryniewicz

DYSTROFIE MIĘŚNIOWE



WYDAWNICTWO LEKARSKIE PZWL

dr med. Anna Kostera-Pruszczyk
dr rehab. Anna Radwańska
dr med. Barbara Ryniewicz

DYSTROFIE MIĘŚNIOWE



WARSZAWA
WYDAWNICTWO LEKARSKIE PZWL

Spis treści

Wstęp	9
Choroby mięśni – co to jest?	11
Objawy i rozpoznanie choroby	13
Badania laboratoryjne	14
Charakterystyka najczęstszych dystrofii mięśniowych	18
Dystrofinopatie	18
Dystrofia Duchenne'a	20
Dystrofia Beckera	21
Postać pośrednia	22
Dystrofia Duchenne'a u kobiet	22
Nosicielstwo dystrofii Duchenne'a i Beckera	22
Dystrofie obręczowo-kończynowe	23
Dystrofia twarzowo-łopatkowo-ramieniowa	25
Dystrofia Emery'ego i Dreifussa	26
Dystrofie wrodzone	27
Leczenie dystrofii mięśniowych	29
Steroidoterapia (sterydoterapia)	29
Opieka kardiologiczna	33
Leczenie przykurczów stawowych	34
Terapia oddechowa	35
Postępowanie podczas infekcji układu oddechowego	36

Zapobieganie infekcjom	36
Respiratoroterapia	37
Hipertermia złośliwa	39
Fizjoterapia w dystrofiach mięśniowych	41
Zmiana postawy chorego wraz z postępem choroby	44
Przykurcze mięśni oraz sposoby ich wykrywania	47
Budowa klatki piersiowej i sprawność oddechowa	49
Podstawowe zasady rehabilitacji w dystrofii mięśniowej	53
Profilaktyka i leczenie przykurczów mięśniowych	54
Proponowane techniki rozciągania przykurczów mięśni	56
Mięśnie grupy tylnej łydki	56
Mięśnie grupy kulszowo-goleniowej	58
Mięsień napinacz powięzi szerokiej uda i pasmo biodrowo-piszczelowe	59
Mięśnie zginacze stawu biodrowego	59
Mięśnie zginacze palców ręki	62
Mięsień piersiowy wielki	63
Ćwiczenia rozciągające wykonywane samodzielnie przez chorego	64
Autoredresje mięśni zginaczy stawu biodrowego	65
Autoredresje mięśni grupy tylnej uda	66
Autoredresje mięśni grupy tylnej łydki	67
Autoredresje mięśni zginaczy palców ręki	68
Pozycje ułożeniowe	68
Utrzymanie siły mięśniowej i funkcji ruchowych	70
Ćwiczenia ruchowe	70
Ćwiczenia izometryczne	75
Trening ogólnokondycyjny	75
Ćwiczenia w wodzie	76
Zachowanie zdolności samodzielnego chodzenia i pionizacji	77
Używanie pionizatora	78
Skolioza	79
Fizjoterapia oddechowa	83
Nauka prawidłowego oddychania	84
Ćwiczenia oddechowe	85

Postępowanie podczas infekcji dróg oddechowych	91
Oklepywanie i drenaż ułożeniowy	91
Nauka i wspomaganie odkrztuszania	93
Udział rodziny w rehabilitacji chorych z dystrofią mięśniową	95
Metody oceny przykurczów	97
Przykurcz mięśni zginających staw biodrowy	97
Przykurcz pasma biodrowo-piszczelowego	100
Przykurcz mięśni grupy kulszowo-goleniowej	101
Przykurcz mięśni grupy tylnej goleni (łydki)	104
Przykurcz mięśni zginających stawy palców ręki i nadgarstek	108
Przykurcz mięśni piersiowych	109
Przykładowy zestaw ćwiczeń ruchowych do wykonywania w domu	111
Najczęściej zadawane pytania	135
Ważne adresy	139
Lektura uzupełniająca	141