

## Spis treści

### **1. Rehabilitacja w schorzeniach odcinka lędźwiowo-krzyżowego kręgosłupa**

- 1.1. Bóle przeciążeniowe odcinka lędźwiowo-krzyżowego kręgosłupa. Lumbago
  - 1.2. Zmiany zwyrodnieniowe kręgosłupa lędźwiowego
  - 1.3. Bóle korzeniowe w odcinku lędźwiowym. Rwa kulszowa
  - 1.4. Niestabilność odcinka lędźwiowego kręgosłupa. Kręgozmyk
  - 1.5. Dysfunkcje stawów krzyżowo-biodrowych
  - 1.6. Rehabilitacja w przepuklinie krążka międzykręgowego
- Gotowe zestawy ćwiczeń

### **2. Rehabilitacja w schorzeniach odcinka szyjnego i piersiowego kręgosłupa**

- 2.1. Ból karku spowodowany przeciążeniem mięśni oraz stawów
  - 2.2. Zmiany zwyrodnieniowe kręgosłupa szyjnego
  - 2.3. Bóle korzeniowe w odcinku szyjnym. Rwa barkowa
  - 2.4. Migreny kręgowo pochodne
  - 2.5. Niestabilność odcinka szyjnego kręgosłupa
  - 2.6. Kręcz szyi pochodzenia mięśniowego
  - 2.7. Urazy komunikacyjne szyi typu „smagnięcia biczem”
  - 2.8. Rehabilitacja w dysfunkcjach stawów skroniowo-żuchwowych
- Gotowe zestawy ćwiczeń

### **3. Rehabilitacja w skoliozach oraz wadach postawy ciała**

- 3.1. Rehabilitacja w skoliozach
  - 3.2. Pogłębiona lordoza lędźwiowa oraz szyjna
  - 3.3. Pogłębiona kifoza piersiowa
  - 3.4. Spłaszczenie fizjologicznych krzywizn kręgosłupa
  - 3.5. Rehabilitacja korekcyjna wad kolan
  - 3.6. Rehabilitacja korekcyjna wad stóp
- Gotowe zestawy ćwiczeń

### **4. Rehabilitacja ruchowa w dysfunkcjach kończyn górnych**

- 4.1. Zmiany zwyrodnieniowe stawu ramiennego oraz obręczy barkowej
- 4.2. Przeciążenia mięśni stawu barkowego. Zespół stożka rotatorów
- 4.3. Przeciążenia mięśni stawu łokciowego. Zespół łokcia tenisisty i golfisty
- 4.4. Osłabienie siły mięśni kończyn górnych
- 4.5. Niedowład i porażenia mięśni kończyn górnych

- 4.6. Zespół cieśni nadgarstka
  - 4.7. Niestabilność stawu barkowego
  - 4.8. Rehabilitacja w zespole górnego otworu klatki piersiowej
- Gotowe zestawy ćwiczeń

## **5. Rehabilitacja ruchowa w dysfunkcjach kończyn dolnych**

- 5.1. Zmiany zwyrodnieniowe stawów biodrowych
  - 5.2. Przykurcz mięśni kończyny dolnej
  - 5.3. Osłabienie siły mięśni kończyn dolnych
  - 5.4. Niedowłady i porażenia mięśni kończyn dolnych
  - 5.5. Rehabilitacja w zespole rzepkowo-udowym
- Gotowe zestawy ćwiczeń

## **6. Rehabilitacja w schorzeniach reumatycznych narządu ruchu**

- 6.1. Zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa
  - 6.2. Reumatoidalne zapalenie stawów
  - 6.3. Rehabilitacja w młodzieńczym idiopatycznym zapaleniu stawów
  - 6.4. Rehabilitacja w osteoporozie
  - 6.5. Rehabilitacja w przebiegu dny moczanowej
- Gotowe zestawy ćwiczeń

## **7. Rehabilitacja po urazach kończyn**

- 7.1. Wskazania rehabilitacyjne dla pacjentów przy leczeniu skręcenia i zwichnięcia stawów
  - 7.2. Wskazania rehabilitacyjne dla pacjentów przy leczeniu złamań kończyn górnych i dolnych
  - 7.3. Wskazania rehabilitacyjne dla pacjentów przy leczeniu zaniku mięśni po zdjęciu gipsu
  - 7.4. Rehabilitacja w uszkodzeniach splotu ramiennego
- Gotowe zestawy ćwiczeń

## **8. Rehabilitacja poszpitalna – kluczowy element powrotu pacjentów do zdrowia i sprawności ruchowej**

- 8.1. Rehabilitacja po wszczępieniu endoprotezy stawu biodrowego
- 8.2. Rehabilitacja po operacjach stawu kolanowego
  - 8.2.1 Rehabilitacja po operacyjnym leczeniu łąkotki stawu kolanowego
  - 8.2.2 Rehabilitacja po operacjach więzadeł stawu kolanowego
- 8.3. Wskazania rehabilitacyjne dla pacjentów po udarze mózgu
- 8.4. Wskazania rehabilitacyjne dla pacjentów po wycięciu węzłów chłonnych
- 8.5. Wskazania rehabilitacyjne dla pacjentów po zabiegach kardiologicznych
- 8.6. Rehabilitacja po chirurgicznym leczeniu dyskopatii

- 8.7. Rehabilitacja po urazach rdzenia kręgowego
  - 8.8. Rehabilitacja w stwardnieniu rozsianym (SM)
  - 8.9. Rehabilitacja w chorobie Parkinsona
  - 8.10. Rehabilitacja w urazach czaszkowo-mózgowych
  - 8.11. Rehabilitacja w porażeniu nerwu twarzowego
  - 8.12. Rehabilitacja w chorobach płuc
  - 8.13. Rehabilitacja w chorobach naczyń
  - 8.14. Rehabilitacja po operacyjnym leczeniu zespołu  
rzepkowo-udowego
- Gotowe zestawy ćwiczeń