

# **Fizjoterapia**

**dla medycznych  
studiów  
zawodowych -  
wydział fizjoterapii**

**pod redakcją  
Mariana Weissa  
i Andrzeja Zembatego**

**Państwowy  
Zakład  
Wydawnictw  
Lekarskich**

Podręcznik dla słuchaczy wydziału fizjoterapii medycznych studiów zawodowych zatwierdzony przez Departament Szkolnictwa i Nauki MZiOS pismem NS-51P/9 (M)82 dn. 21.09.82.

© Copyright by Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich  
Warszawa 1983

Recenzent: prof. dr hab. med. *Andrzej Seyfried*

Redaktor: mgr *Joanna Gregorczyk*  
Redaktor techniczny: *Krzysztof Nalepa*  
Korektor: mgr *Bożena Helcbergier*

Projekt okładki: *Andrzej Pilich*

PAŃSTWOWY ZAKŁAD WYDAWNICTW LEKARSKICH  
WARSZAWA 1983

Wydanie I. Nakład 30 000+225 egz.  
Objętość ark. wyd. 36,5 = 26,0 ark. druk.  
Papier powlekany kl. V. 90 g, 70×100 cm.  
Oddano do składania w listopadzie 1982 r.  
Podpisano do druku i druk ukończono w listopadzie 1983 r.  
Zamówienie nr 455-K-82. Z-20.

CIESZYŃSKA DRUKARNIA WYDAWNICZA  
Cieszyn, ul. Pokoju 1

Cena zł 180.—

## SPIS TREŚCI

CZĘŚĆ I . . . . .	11
Szkic historyczny i zarys podstaw teoretycznych kinezyterapii — <i>Andrzej Zembaty</i> . . . . .	11
Badanie chorego dla potrzeb kinezyterapii — <i>Andrzej Zembaty</i> . . . . .	14
Systematyka kinezyterapii — <i>Andrzej Zembaty</i> . . . . .	52
Kinezyterapia miejscowa . . . . .	54
Ćwiczenia bierne . . . . .	54
Ćwiczenia czynno-bierne . . . . .	55
Ćwiczenia samowspomagane . . . . .	56
Ćwiczenia czynne w odciążeniu . . . . .	57
Ćwiczenia czynne wolne . . . . .	59
Ćwiczenia czynne oporowe . . . . .	60
Ćwiczenia prowadzone . . . . .	63
Inne formy ćwiczeń i oddziaływań . . . . .	63
Kinezyterapia ogólna . . . . .	74
Ćwiczenia ogólnokondycyjne . . . . .	74
Ćwiczenia gimnastyki porannej . . . . .	80
Ćwiczenia w wodzie . . . . .	81
Sport inwalidów . . . . .	84
Metody kinezyterapeutyczne . . . . .	87
CZĘŚĆ II . . . . .	93
<b>Kinezyterapia w schorzeniach typowych dla dzieci</b> . . . . .	93
Wybrane elementy z rozwoju psychoruchowego dzieci i młodzieży — <i>Wielisława Chromiec</i> . . . . .	93
Kinezyterapia w mózgowych porażeniach dziecięcych według metody Bobathów — <i>Zofia Lubicz-Rudnicka</i> . . . . .	96
Zasady kinezyterapii . . . . .	102
Łączenie kinezyterapii z umiejętnościami praktycznymi i nauką mowy . . . . .	123
Łączenie kinezyterapii z wychowaniem . . . . .	124
Kinezyterapia dzieci z przepukliną oponowo-rdzeniową — <i>Jadwiga Leśniewska</i> . . . . .	125
Określenie wady . . . . .	125
Rodzaje wady . . . . .	126
Zaburzenia czucia . . . . .	128
Następstwa urologiczne („pęcherz neurogenny”) . . . . .	128
Postępowanie kinezyterapeutyczne . . . . .	129
Kinezyterapia w leczeniu kręczu szyi u dzieci — <i>Maria Suwalska</i> . . . . .	140
Kinezyterapia wybranych wad wrodzonych — <i>Wielisława Chromiec</i> . . . . .	149
Kinezyterapia w przypadku zwinięcia stawu biodrowego . . . . .	149
Kliniczne objawy zwinięcia stawu biodrowego . . . . .	149
Leczenie zwinięcia stawu biodrowego . . . . .	151
Kinezyterapia w przypadkach wrodzonych zniekształceń stóp . . . . .	157
Kinezyterapia w bocznych skrzywieniach kręgosłupa — <i>Stanisław Majoch</i> . . . . .	162
Charakterystyka kliniczna bocznych skrzywień kręgosłupa . . . . .	162
Kinezyterapia w bocznych skrzywieniach kręgosłupa . . . . .	164
Ćwiczenia indywidualne . . . . .	167
Ćwiczenia oddechowe . . . . .	184
Ćwiczenia ogólnokondycyjne . . . . .	188
Ćwiczenia stacyjne (forma treningu sportowego adaptowana do potrzeb i warunków szpitalnych) . . . . .	193
Ćwiczenia w wodzie . . . . .	193
Wyciągi . . . . .	193
Kinezyterapia w chorobie Scheuermanna — <i>Stanisław Majoch</i> . . . . .	195
Kinezyterapia chorych ze schorzeniami przebiegającymi z postępującym zanikiem mięśni — <i>Andrzej Zembaty</i> . . . . .	202
Kinezyterapia ogólnousprawniająca . . . . .	205

<b>Kinezyterapia w schorzeniach typowych dla wieku dojrzałego . . . . .</b>	<b>208</b>
Wybrane elementy możliwości psychoruchowych wieku dojrzałego — <i>Andrzej Zembaty</i> . . . . .	208
<b>Kinezyterapia w leczeniu złamań i urazów kończyn — <i>Wojciech Chydziański</i> . . . . .</b>	<b>209</b>
Gojenie się złamań . . . . .	209
Leczenie złamań . . . . .	210
Kinezyterapia chorych leczonych zachowawczo . . . . .	211
Kinezyterapia po urazach kończyn górnych . . . . .	212
Kinezyterapia po urazach kończyn dolnych . . . . .	214
Kinezyterapia po operacyjnym leczeniu złamań . . . . .	215
Złamania u dzieci . . . . .	216
Złamania u ludzi starszych . . . . .	216
Powikłania po złamaniach . . . . .	216
Przykurcz ischemiczny Volkmana . . . . .	216
Zespół Sudecka . . . . .	217
Uszkodzenia nerwów obwodowych . . . . .	218
<b>Kinezyterapia w następstwie urazowych uszkodzeń rdzenia kręgowego — <i>Edward Chromiec</i> . . . . .</b>	<b>219</b>
Rola kinezyterapii w kompleksowej rehabilitacji uszkodzeń rdzenia . . . . .	219
Wprowadzenie w patologię uszkodzeń rdzenia . . . . .	220
Uwarunkowanie możliwości kinezyterapii rodzajem i poziomem uszkodzenia rdzenia . . . . .	221
Metodyka kinezyterapii . . . . .	222
<b>Kinezyterapia bólów kręgosłupa — <i>Jerzy Kostewicz</i> . . . . .</b>	<b>240</b>
Metodyka kinezyterapii zespołów bólowych dolnego odcinka kręgosłupa . . . . .	242
Ćwiczenia w wodzie . . . . .	259
Metodyka kinezyterapii zespołów bólowych kręgosłupa w odcinku szyjnym . . . . .	262
<b>Kinezyterapia po amputacjach kończyn dolnych i górnych — <i>Andrzej Zembaty</i> . . . . .</b>	<b>265</b>
Kinezyterapia po amputacjach kończyn dolnych . . . . .	265
Kinezyterapia po amputacji konwencjonalnej . . . . .	273
Kinezyterapia ogólna po amputacjach konwencjonalnych . . . . .	276
Kinezyterapia po amputacji fizjologicznej . . . . .	279
Kinezyterapia po amputacjach kończyn górnych . . . . .	280
Amputacje w obrębie ręki i jej palców . . . . .	283
Amputacje na poziomie przedramienia . . . . .	284
Amputacje na poziomie ramienia . . . . .	285
Kinezyterapia ogólna . . . . .	287
<b>Kinezyterapia w schorzeniach typowych dla trzeciego okresu życia . . . . .</b>	<b>289</b>
<b>Kinezyterapia chorych w podeszłym wieku — <i>Wojciech Chydziański</i> . . . . .</b>	<b>289</b>
Planowanie kinezyterapii . . . . .	291
Wskazówki metodyczne do prowadzenia ćwiczeń zespołowych z chorymi w podeszłym wieku . . . . .	292
Kinezyterapia chorych w podeszłym wieku po złamaniach szyjkowo-krętarzowych . . . . .	294
Kinezyterapia po amputacjach, tzw. naczyniowych . . . . .	296
Kinezyterapia w chorobie zwyrodnieniowej stawów . . . . .	298
<b>Kinezyterapia niedowładów i porażen połowicznych — <i>Andrzej Zembaty</i> . . . . .</b>	<b>299</b>
<b>Metoda proprioceptywnego torowania (P. N. F.) — <i>Józef Dolot</i> . . . . .</b>	<b>308</b>
Ogólne cechy i główne założenia metody . . . . .	308
Uwagi metodyczne . . . . .	310
Schematy ćwiczeń i wzorce ruchów . . . . .	313
Schematy ćwiczeń i wzorce ruchów dla kończyn górnych . . . . .	313
Schematy ćwiczeń i wzorce ruchów dla kończyn dolnych . . . . .	318
Schemat ćwiczeń i wzorce ruchów dla głowy i szyi . . . . .	324
Schemat ćwiczeń i wzorce ruchów dla górnej części tułowia . . . . .	325
Schemat ćwiczeń i wzorce ruchów dla dolnej części tułowia . . . . .	326
Techniki ułatwiające torowanie proprioceptywne . . . . .	330
<b>Kinezyterapia w chorobach reumatoidalnych — <i>Maria Musur, Maria Suwalska</i> . . . . .</b>	<b>331</b>
Nomenklatura i klasyfikacja chorób reumatycznych . . . . .	331
Charakterystyka podstawowych chorób reumatycznych . . . . .	332
Ogólne zasady rehabilitacji chorych z reumatoidalnym zapaleniem stawów i zeszywniającym zapaleniem stawów kręgosłupa . . . . .	337
Zasady stosowania kinezyterapii u chorych z reumatoidalnym zapaleniem stawów . . . . .	338

Kinezyterapia rąk u chorych z reumatoidalnym zapaleniem stawów . . .	344
Kinezyterapia chorych z zeszywniającym zapaleniem stawów kręgosłupa . .	350
Wykorzystanie możliwości kompensacji . . . . .	350
Kinezyterapia w postępowaniu przed- i pooperacyjnym u chorych z reumatoidalnym zapaleniem stawów i zeszywniającym zapaleniem stawów kręgosłupa . . . . .	355
Kinezyterapia po operacyjnym usunięciu błony maziowej stawu kolanowego . . . . .	355
Kinezyterapia po operacjach rąk u chorych z reumatoidalnym zapaleniem stawów . . . . .	358
<b>Kinezyterapia w schorzeniach internistycznych i innych . . . . .</b>	<b>364</b>
Kinezyterapia chorych po zawale mięśnia sercowego — <i>Stanisław Kosacki</i> . . .	364
Okres szpitalny . . . . .	365
Okres sanatoryjny . . . . .	374
Testy wysiłkowe . . . . .	375
Usprawnianie ambulatoryjne . . . . .	376
Kinezyterapia w niektórych chorobach układu oddechowego — <i>Józef Dolot</i> . .	377
Wysiękowe zapalenie opłucnej . . . . .	378
Rozedma płuc . . . . .	379
Dychawica oskrzelowa . . . . .	380
Stany zapalne i rozstrzenie oskrzeli . . . . .	381
Zapalenie płuc . . . . .	382
Zabiegi chirurgiczne na klatce piersiowej . . . . .	382
Kinezyterapia po zabiegach operacyjnych w jamie brzusznej — <i>Jadwiga Szaniawska-Chydziańska</i> . . . . .	383
Rehabilitacja psychiatryczna — <i>Teresa Stańczak, Zofia Pakuła</i> . . . . .	385
Najczęściej występujące zespoły zaburzeń psychicznych i choroby psychiczne . . . . .	386
Zespoły schizofreniczne . . . . .	387
Schizofrenia . . . . .	388
Zaburzenia życia uczuciowego . . . . .	390
Zaburzenia psychiczne związane z uszkodzeniem ośrodkowego układu nerwowego . . . . .	392
Zespoły nerwicowe . . . . .	397
Nerwice . . . . .	398
Zaburzenia osobowości . . . . .	398
Alkoholizm i inne uzależnienia od środków chemicznych . . . . .	399
Zasady rehabilitacji psychiatrycznej istotne dla kinezyterapii . . . . .	399
Ćwiczenia fizyczne przygotowujące do czynnego udziału w porodzie — <i>Jadwiga Szaniawska-Chydziańska</i> . . . . .	400
Ćwiczenia w ginekologii . . . . .	414