

## CZĘŚĆ OGÓLNA

<b>1. Zasady stosowania metod fizjoterapii w ortopedii i traumatologii narządu ruchu</b>	
<i>Dariusz Białoszewski, Magdalena Czajkowska, Anna Daniluk, Anna Hadamus, Monika Lewandowska, Izabela Korabiewska, Edyta Smolis-Bąk</i>	3
1.1. Fizykoterapia	3
1.2. Kinezyterapia	7
1.2.1. Zastosowanie kinezyterapii w leczeniu pacjentów ze schorzeniami narządu ruchu	7
1.2.2. Specyfika kinezyterapii po zabiegach chirurgicznych	9
1.3. Masaż	10
1.4. Terapia manualna	13
1.5. Metody specjalne	16
1.6. Metody relaksacyjne i arteterapia	17
1.7. Optymalizacja fizjoterapii – fizjoterapia skojarzona	19
<b>2. Podstawowe zasady celowanego postępowania fizjoterapeutycznego w wybranych zmianach patologicznych narządu ruchu</b>	
<i>Dariusz Białoszewski, Magdalena Czajkowska, Anna Hadamus, Izabela Korabiewska, Anna Daniluk</i>	25
2.1. Stłuczenia i krwiaki tkanek miękkich	25
2.2. Rany	27
2.3. Obrzęki pourazowe	28
2.4. Wysięki, przesięki i krwiaki śródstawowe	29
2.5. Skręcenia	30
2.6. Zwichnięcia	32
2.7. Złamania	33
2.8. Przykurcze stawów	34
2.9. Przykurcze mięśni (skrócenie mięśni lub przykurcz z nadmiernego napięcia)	36
2.10. Zaniki mięśni z nieczynności	37

2.11.	Dysfunkcje powięzi . . . . .	38
2.12.	Dysfunkcje kaletek maziowych . . . . .	39
2.13.	Dysfunkcje ścięgien . . . . .	39
2.14.	Wybrane powikłania poprzeciężeniowe, pourazowe i jatrogenne . . . . .	41
2.14.1.	Wtórne dysfunkcje nerwów obwodowych – usidlenia i zespoły cieśni . . . . .	41
2.14.2.	Zespoły algodystroficzne (zespół Sudecka) . . . . .	41
2.14.3.	Odleżyny . . . . .	42
2.14.4.	Stany septyczne tkanek miękkich / septyczne zapalenia stawów . . . . .	43
2.14.5.	Artrofibroza . . . . .	44
2.14.6.	Zakrzepica żylna . . . . .	44
2.14.7.	Obrzęki limfatyczne . . . . .	45
<b>3.</b>	<b>Wybrane aspekty fizjoterapii narządu ruchu u pacjentów z wywiadem onkologicznym</b> <i>Piotr Majcher, Rafał Sapuła</i> . . . . .	49
3.1.	Uwagi ogólne dotyczące fizjoterapii narządu ruchu u pacjentów z wywiadem onkologicznym . . . . .	49
3.2.	Fizjoterapia u pacjenta z wywiadem onkologicznym w okresie okołoperacyjnym . . . . .	52
3.3.	Leczenie ambulatoryjne . . . . .	54
3.4.	Leczenie uzdrowiskowe . . . . .	56
<b>4.</b>	<b>Zasady stosowania ortez w fizjoterapii</b> <i>Grzegorz Benke</i> . . . . .	59
4.1.	Terminologia i rodzaje ortez . . . . .	59
4.2.	Ortezy elastyczne . . . . .	60
4.3.	Ortezy kończyn dolnych . . . . .	61
4.3.1.	Stopa . . . . .	62
4.3.2.	Staw skokowo-goleniowy . . . . .	62
4.3.3.	Podudzie . . . . .	63
4.3.4.	Staw kolanowy . . . . .	63
4.3.5.	Staw biodrowy . . . . .	64
4.4.	Ortezy kończyn górnych . . . . .	64
4.4.1.	Staw łopatkowo-ramienny . . . . .	65
4.4.2.	Ramię . . . . .	65
4.4.3.	Staw łokciowy . . . . .	66
4.4.4.	Przedramię . . . . .	66
4.4.5.	Nadgarstek . . . . .	66
4.4.6.	Dłoń . . . . .	66
4.5.	Ortezy tułowia . . . . .	67
4.5.1.	Miednica . . . . .	68
4.5.2.	Odcinek lędźwiowy kręgosłupa . . . . .	68
4.5.3.	Odcinek piersiowy kręgosłupa . . . . .	68
4.5.4.	Odcinek szyjny kręgosłupa . . . . .	69
<b>5.</b>	<b>Zasady stosowania i przydatność dynamicznego plastrowania w leczeniu pacjentów z dysfunkcjami narządu ruchu</b> <i>Zbigniew Śliwiński</i> . . . . .	71
5.1.	Wybrane aspekty teoretyczne dynamicznego plastrowania – kinesiologii tapingu . . . . .	71

5.2.	Testy przesiewowe stosowane w kinesiologii tapingu w celu określenia dysfunkcji i tzw. afektacji wybranych obszarów ciała . . . . .	75
5.2.1.	Testy przesiewowe dla górnej części ciała . . . . .	76
5.2.2.	Testy przesiewowe dla dolnej części ciała . . . . .	83
<b>6.</b>	<b>Wybrane aspekty rehabilitacji chodu</b> <i>Anna Hadamus</i> . . . . .	93
6.1.	Ocena chodu . . . . .	93
6.2.	Wybrane metody reedukacji chodu . . . . .	96
6.3.	Nauka chodu z wykorzystaniem pomocy ortopedycznych i przyrządów . . . . .	99
6.4.	Znaczenie doboru obuwia i wkładek w reedukacji chodu . . . . .	100
<b>7.</b>	<b>Zastosowanie wybranych form chodu w rehabilitacji pacjentów z dysfunkcjami narządu ruchu</b> <i>Anna Daniluk</i> . . . . .	103
7.1.	Wprowadzenie . . . . .	103
7.2.	Zastosowanie chodu do tyłu w procesie rehabilitacji . . . . .	104
<b>8.</b>	<b>Zasady stosowania w chorobach narządu ruchu leków dostępnych bez recepty</b> <i>Paweł Krząścik</i> . . . . .	109
8.1.	Wprowadzenie . . . . .	109
8.2.	Skuteczność (profil działania) . . . . .	110
8.2.1.	Leki przeciwbólowe . . . . .	110
8.2.2.	Niesteroidowe leki przeciwzapalne (NLPZ) . . . . .	110
8.2.3.	Inne leki stosowane w chorobach narządu ruchu . . . . .	112
8.3.	Bezpieczeństwo stosowania (działania niepożądane i toksyczne) . . . . .	113
<b>9.</b>	<b>Psychologiczny wymiar pracy fizjoterapeuty. Wybrane aspekty teoretyczne i praktyczne procesu usprawniania pacjentów z dysfunkcjami narządu ruchu</b> <i>Krzysztof Owczarek, Mirosława Adamus</i> . . . . .	117
9.1.	Wprowadzenie . . . . .	117
9.2.	Radzenie sobie z emocjami . . . . .	118
9.2.1.	Poznawcze przystosowanie się do niekorzystnych wydarzeń. . . . .	119
9.2.2.	Ekspresja emocji – bezpośrednie wyrażanie emocji . . . . .	119
9.2.3.	Wzbudzanie i wzmacnianie emocji pozytywnych . . . . .	119
9.3.	Pacjent po urazie – proces adaptacji do stanu utraty sprawności. Regulacja emocji i instrumentalne radzenie sobie . . . . .	120
9.3.1.	Uraz jako zadanie – podejście instrumentalne . . . . .	120
9.3.2.	Postawy pacjentów wobec utraty sprawności . . . . .	121
9.3.3.	Czynniki związane z sytuacją – pacjenci z chorobą przewlekłą i po urazie . . . . .	121
9.4.	Zasoby fizjoterapeuty w pracy z pacjentami po urazie – wybrane kompetencje psychospołeczne . . . . .	123
9.5.	Specyfika relacji fizjoterapeutycznej . . . . .	124
9.5.1.	Zagadnienia ogólne . . . . .	124
9.5.2.	Uwarunkowania relacji związane z wiekiem pacjenta . . . . .	125
9.6.	Podsumowanie . . . . .	129
<b>10.</b>	<b>Fizjoterapia a niepełnosprawność narządu ruchu</b> <i>Jakub Grzegorz Adamczyk</i> . . . . .	131
10.1.	Wprowadzenie . . . . .	131

10.2. Amputacje . . . . .	135
10.3. Urazy i uszkodzenia rdzenia kręgowego . . . . .	135
10.4. Choroby i urazy ośrodkowego układu nerwowego . . . . .	136
10.5. Inne schorzenia narządu ruchu . . . . .	137
<b>11. Wybrane aspekty współpracy fizjoterapeuty z zespołem terapeutycznym, rola edukacyjna fizjoterapeuty i organizacja kompleksowej rehabilitacji</b> <i>Monika Lewandowska</i> . . . . .	139
11.1. Współpraca w zespole terapeutycznym . . . . .	139
11.2. Rola edukacyjna fizjoterapeuty . . . . .	141
11.2.1. Rola edukacyjna fizjoterapeuty skierowana na osobę pacjenta	142
11.2.2. Rola edukacyjna fizjoterapeuty skierowana na samego siebie .	142
11.3. Organizacja kompleksowej rehabilitacji . . . . .	143

## CZĘŚĆ SZCZEGÓŁOWA

<b>12. Rozwojowe wady kręgosłupa i klatki piersiowej</b> <i>Janusz Nowotny</i> . . . . .	149
12.1. Wady kręgosłupa . . . . .	149
12.1.1. Postawa ciała . . . . .	149
12.1.2. Nieprawidłowa postawa ciała . . . . .	153
12.1.3. Wady postawy w płaszczyźnie strzałkowej . . . . .	155
12.1.4. Boczne skrzywienia kręgosłupa . . . . .	156
12.1.5. Diagnostyka wad postawy . . . . .	159
12.1.6. Postępowanie korekcyjne . . . . .	161
12.2. Wady klatki piersiowej . . . . .	167
12.2.1. Klatka piersiowa lejkowata . . . . .	167
12.2.2. Inne wady klatki piersiowej . . . . .	168
<b>13. Współczesne postępowanie fizjoterapeutyczne w zaburzeniach posturalnych w płaszczyźnie strzałkowej i skoliozach</b> <i>Olga Nowotny-Czupryna, Krzysztof Czupryna</i> . . . . .	173
13.1. Specyfika zaburzeń posturalnych w płaszczyźnie strzałkowej w różnych grupach wiekowych . . . . .	173
13.2. Zaburzenia posturalne w płaszczyźnie strzałkowej o podłożu funkcjonalnym . . . . .	174
13.2.1. Cele postępowania fizjoterapeutycznego . . . . .	175
13.2.2. Etapy i składowe leczenie zachowawczego funkcjonalnych zaburzeń posturalnych w płaszczyźnie strzałkowej . . . . .	178
13.2.3. Edukacja pacjenta . . . . .	185
13.3. Skoliozy . . . . .	189
13.3.1. Rodzaje skolioz, objawy i diagnostyka . . . . .	189
13.3.2. Cele postępowania fizjoterapeutycznego . . . . .	190
13.3.3. Postępowanie profilaktyczno-lecznicze w skoliozach niskostopniowych oraz tzw. postawie skoliotycznej . . . . .	191
13.3.4. Leczenie zachowawcze skolioz idiopatycznych – rekomendacje Society on Scoliosis Orthopedic and Rehabilitation Treatment (SOSORT) . . . . .	193

13.3.5.	Skoliozy u osób dorosłych – specyfika postępowania fizjoterapeutycznego . . . . .	196
<b>14.</b>	<b>Kręgosłup</b> <i>Jerzy Edward Kiwerski, Katarzyna Czerniewska</i> . . . . .	201
14.1.	Charakterystyka czynnościowa . . . . .	201
14.2.	Wybrane sposoby funkcjonalnej oceny kręgosłupa . . . . .	203
14.2.1.	Testy szyjnego odcinka kręgosłupa. . . . .	203
14.2.2.	Testy piersiowego odcinka kręgosłupa . . . . .	204
14.2.3.	Testy lędźwiowego odcinka kręgosłupa . . . . .	204
14.2.4.	Testy stawów krzyżowo-biodrowych . . . . .	205
14.2.5.	Testy ogólne dotyczące całego kręgosłupa. . . . .	206
14.3.	Zespoły przeciążeniowe . . . . .	206
14.4.	Najczęstsze choroby kręgosłupa . . . . .	209
14.4.1.	Zmiany przeciążeniowo-zwyrodnieniowe kręgosłupa szyjnego . . . . .	209
14.4.2.	Zmiany przeciążeniowo-zwyrodnieniowe kręgosłupa lędźwiowo-krzyżowego . . . . .	213
14.4.3.	Kręgozmyk . . . . .	215
14.4.4.	Choroba Scheuermanna . . . . .	217
14.4.5.	Podsumowanie . . . . .	219
14.5.	Urazowe uszkodzenia kręgosłupa . . . . .	220
14.5.1.	Przyczyny i rodzaje . . . . .	220
14.5.2.	Rehabilitacja pacjentów po urazie rdzenia szyjnego . . . . .	224
14.5.3.	Rehabilitacja pacjentów po urazach niższego segmentu rdzenia kręgowego . . . . .	226
14.5.4.	Podsumowanie . . . . .	227
14.6.	Specyfika leczenia fizjoterapeutycznego pacjentów w wieku podeszłym z osteoporozą . . . . .	228
14.6.1.	Osteoporoza i problemy z nią powiązane . . . . .	228
14.6.2.	Fizjoterapia pacjentów z osteoporozą . . . . .	229
14.6.3.	Podsumowanie . . . . .	232
<b>15.</b>	<b>Obręcz barkowa i staw ramienny</b> <i>Leszek Romanowski, Ewa Bręborowicz</i> . . . . .	235
15.1.	Zespół ciasnoty podbarkowej, uszkodzenie pierścienia rotatorów . . . . .	235
15.1.1.	Anatomia, patofizjologia i rozpoznanie . . . . .	235
15.1.2.	Leczenie zachowawcze . . . . .	236
15.1.3.	Leczenie operacyjne . . . . .	242
15.2.	Bark zamrożony. . . . .	247
15.2.1.	Patofizjologia i rozpoznanie . . . . .	247
15.2.2.	Leczenie zachowawcze . . . . .	247
15.2.3.	Leczenie operacyjne . . . . .	249
15.2.4.	Postępowanie pooperacyjne . . . . .	249
15.3.	Zwichnięcie i niestabilność stawu ramiennego . . . . .	249
15.3.1.	Anatomia, patofizjologia i rozpoznanie . . . . .	249
15.3.2.	Leczenie zachowawcze . . . . .	251
15.3.3.	Leczenie operacyjne . . . . .	252
15.3.4.	Postępowanie pooperacyjne . . . . .	252
15.4.	Endoprotezoplastyka stawu ramiennego . . . . .	253

15.4.1. Anatomia, wskazania, rodzaje endoprotez, powikłania . . . .	253
15.4.2. Postępowanie pooperacyjne . . . . .	255
<b>16. Ramię i staw łokciowy</b> <i>Stanisław Pomianowski, Szymon Pietruszka</i> . . .	257
16.1. Wprowadzenie . . . . .	257
16.2. Zespoły przeciążeniowe . . . . .	259
16.2.1. Łokieć tenisisty a zespół bólowy przedziału bocznego stawu łokciowego . . . . .	259
16.2.2. Łokieć golfisty . . . . .	262
16.3. Choroby okolicy stawu łokciowego . . . . .	263
16.3.1. Zespół Kiloła–Nevina . . . . .	263
16.3.2. Zespół mięśnia nawrotnego obłego . . . . .	265
16.3.3. Górny zespół cieśni nerwu łokciowego . . . . .	265
16.4. Obrażenia ramienia i okolicy stawu łokciowego . . . . .	267
16.4.1. Złamanie trzonu kości ramiennej i zespół cieśni nerwu promieniowego . . . . .	267
16.4.2. Zwichnięcia stawu łokciowego . . . . .	268
16.5. Złamanie dalszego końca kości ramiennej . . . . .	270
16.6. Złamanie bliższego końca kości łokciowej . . . . .	270
16.7. Złamanie bliższego końca kości promieniowej . . . . .	271
16.8. Specyfika leczenia przykurczów pourazowych stawu łokciowego . . . . .	273
16.8.1. Przyczyny powstawania przykurczów . . . . .	273
16.8.2. Rodzaje przykurczów . . . . .	273
16.8.3. Zakresy ruchu stawu łokciowego . . . . .	273
16.8.4. Diagnostyka . . . . .	274
16.8.5. Leczenie . . . . .	274
16.8.6. Postępowanie pooperacyjne . . . . .	275
<b>17. Przedramię i ręka</b> <i>Leszek Romanowski, Ewa Bręborowicz</i> . . . . .	279
17.1. Neuropatie uciskowe nerwu łokciowego . . . . .	279
17.2. Neuropatie uciskowe nerwu pośrodkowego . . . . .	280
17.3. Neuropatie uciskowe nerwu promieniowego . . . . .	281
17.4. Rola fizjoterapii w leczeniu neuropatii w obrębie przedramienia i ręki . . . . .	281
17.5. Uszkodzenia ścięgien w obrębie przedramienia i ręki . . . . .	284
17.5.1. Uszkodzenie ścięgien prostowników palców . . . . .	284
17.5.2. Uszkodzenie ścięgien zginaczy nadgarstka i palców . . . . .	284
17.5.3. Fizjoterapia w uszkodzeniach ścięgien w obrębie przedramienia i ręki . . . . .	286
17.5.4. Tenoliza ścięgna . . . . .	289
17.6. Złamania w obrębie przedramienia i ręki . . . . .	289
17.6.1. Złamania dalszego końca kości promieniowej . . . . .	289
17.6.2. Fizjoterapia w leczeniu złamań w obrębie przedramienia i ręki . . . . .	290
<b>18. Obręcz biodrowa, staw biodrowy i udo</b> <i>Jarosław Czubak, Agnieszka Stępień</i> . . . . .	297
18.1. Charakterystyka czynnościowa stawu biodrowego . . . . .	297
18.2. Wybrane aspekty oceny funkcjonalnej . . . . .	300

18.3.	Wady rozwojowe stawu biodrowego – przykurcze mięśni okolicy stawu biodrowego . . . . .	301
18.4.	Biodro koślawe, szpotawe i dysplastyczne . . . . .	308
18.4.1.	Biodro koślawe . . . . .	308
18.4.2.	Biodro szpotawe . . . . .	309
18.4.3.	Biodro dysplastyczne . . . . .	311
18.5.	Zespoły przeciążeniowe miednicy i okolicy stawu biodrowego . . . .	314
18.5.1.	Entezopatie obręczy miednicznej i stawu biodrowego . . . .	314
18.5.2.	Zapalenia przeciążeniowe kaletek maziowych okolicy stawu biodrowego . . . . .	316
18.6.	Choroby stawu biodrowego . . . . .	318
18.6.1.	Choroba Legga–Calvégo–Perthesa . . . . .	318
18.6.2.	Konflikt udowo-panewkowy . . . . .	321
18.6.3.	Choroba zwyrodnieniowa stawów z umiejscowieniem w stawie biodrowym – koksartroza . . . . .	325
18.7.	Obrażenia miednicy i stawu biodrowego . . . . .	331
18.7.1.	Uszkodzenia obrąbka stawu biodrowego . . . . .	331
18.7.2.	Złamania kości krzyżowej i miednicy . . . . .	331
18.7.3.	Złamanie bliższego końca kości udowej . . . . .	333
18.7.4.	Złamania trzonu kości udowej . . . . .	335
<b>19.</b>	<b>Staw kolanowy</b> <i>Artur Stolarczyk, Magda Stolarczyk, Bartosz Maciąg</i> . .	339
19.1.	Diagnostyka dysfunkcji stawu kolanowego . . . . .	339
19.1.1.	Badanie podmiotowe . . . . .	339
19.1.2.	Badanie przedmiotowe . . . . .	339
19.1.3.	Diagnostyka obrazowa – wskazania . . . . .	340
19.1.4.	Ocena funkcjonalna aktywności codziennej i sportowej . . . .	341
19.2.	Wady rozwojowe i choroby wieku dziecięcego . . . . .	343
19.2.1.	Kolano koślawe i szpotawe . . . . .	343
19.2.2.	Kolano tyłowygięte . . . . .	345
19.2.3.	Choroba Osgooda–Schlattera . . . . .	345
19.3.	Obrażenia stawu kolanowego . . . . .	346
19.3.1.	Złamania . . . . .	346
19.3.2.	Uszkodzenia więzadłowe . . . . .	347
19.3.3.	Uszkodzenia łąkotek . . . . .	359
19.3.4.	Uszkodzenia chrząstki . . . . .	362
19.3.5.	Choroba zwyrodnieniowa stawu kolanowego . . . . .	364
19.4.	Zespoły przeciążeniowe stawu kolanowego . . . . .	366
19.4.1.	Entezopatia więzadła rzepki – tzw. kolano skoczka . . . . .	366
19.4.2.	Boczne przyparcie rzepki . . . . .	367
19.4.3.	Zapalenie ścięgna mięśni gęsiej stopki . . . . .	368
19.4.4.	Przerost ciała Hoffy . . . . .	369
<b>20.</b>	<b>Podudzie i stopa</b> <i>Jarosław Czubak, Agnieszka Stępień</i> . . . . .	373
20.1.	Charakterystyka czynnościowa . . . . .	373
20.2.	Wybrane sposoby oceny funkcjonalnej . . . . .	375
20.3.	Dziecięce wady rozwojowe – stopa płaska i płasko-koślawą . . . . .	376
20.3.1.	Badanie przedmiotowe . . . . .	376
20.3.2.	Badania obrazowe . . . . .	378

20.3.3. Leczenie . . . . .	378
20.4. Stopa płaska statyczna u dorosłych . . . . .	379
20.4.1. Badanie przedmiotowe . . . . .	379
20.4.2. Leczenie . . . . .	380
20.5. Stopa poprzecznie płaska . . . . .	381
20.5.1. Badanie przedmiotowe . . . . .	381
20.5.2. Leczenie . . . . .	381
20.6. Paluch koślawy . . . . .	382
20.6.1. Badanie przedmiotowe . . . . .	383
20.6.2. Badania obrazowe . . . . .	384
20.6.3. Leczenie . . . . .	384
20.7. Zespoły przeciążeniowe . . . . .	385
20.7.1. Przewlekłe zespoły przeciążeniowe ścięgna piętowego – achillodynia . . . . .	385
20.7.2. Zespół kanału stępu . . . . .	387
20.7.3. Zespół przeciążeniowy rozciągna podszwowego – tzw. ostroga piętowa . . . . .	389
20.8. Choroby stopy . . . . .	391
20.8.1. Choroba Haglunda–Severa . . . . .	391
20.8.2. Paluch sztywny . . . . .	392
20.9. Obrażenia podudzia i stopy . . . . .	393
20.9.1. Skręcenia stawu skokowo-goleniowego . . . . .	393
<b>Skorowidz . . . . .</b>	<b>399</b>