

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ANTENΔΕΙΞΕΙΣ	15
1 ΚΑΤΑΓΜΑΤΑ	
Είδη καταγμάτων	31
Ταξινόμηση καταγμάτων	31
Κλινική εικόνα	35
Πώρωση	35
Θεραπεία	35
Ανάταξη	35
Ακινητοποίηση	35
Λειτουργική αποκατάσταση (φυσικοθεραπεία)	35
Επιπλοκές καταγμάτων	36
Άμεσες επιπλοκές καταγμάτων	36
Κακώσεις σπλάχνων, αγγείων, νεύρων	37
Σύνδρομο διαμερίσματος	37
Ισχαιμική συρρίκνωση ή σύνδρομο του Volkmann	37
Θρομβοεμβολή	44
Λιπώδης εμβολή	44
Απώτερες επιπλοκές καταγμάτων	44
Ετερότοπη οστεοποίηση	44
Αλγοδυστροφία	53
Καθυστερημένη πώρωση	59
Ψευδάρθρωση	60
Ισχαιμική νέκρωση	61
Πώρωση σε πλημμελή θέση	61
Κατακλίσεις	62
Βράχυνση του οστού	62
Διάστρεμμα – Εξάρθρωμα – Υπερεξάρθρωμα	63
Ταξινόμηση	63
Κλινική εικόνα	63
Θεραπεία	63

2	ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΩΜΙΚΗΣ ΖΩΝΗΣ ΚΑΙ ΘΩΡΑΚΑ	
	Κάταγμα κλείδας	65
	Κάταγμα ωμοπλάτης	65
	Κάταγμα πλευρών	66
3	ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΤΟΥ ΩΜΟΥ	
	Κατάγματα του άνω τριτημορίου και της διάφυσης του βραχιονίου οστού	67
	Κάταγμα της κεφαλής του βραχιονίου	67
	Κάταγμα μείζονος βραχιονίου ογκώματος	67
	Κάταγμα ελάσσονος βραχιονίου ογκώματος	68
	Κάταγμα του χειρουργικού αυχένα του βραχιονίου οστού	68
	Κάταγμα του ανατομικού αυχένα του βραχιονίου οστού	69
	Κάταγμα της διάφυσης του βραχιονίου οστού	69
	Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα της περιοχής του ώμου, άνω τριτημορίου και μεσότητας του βραχιονίου	70
	Στάδιο ακινητοποίησης	70
	Στάδιο κινητοποίησης	71
	Στάδιο ενδυνάμωσης	75
	Επιπλοκές	78
	Εξάρθρημα ώμου	78
	Ταξινόμηση	78
	Πρόσθιο εξάρθρημα	78
	Οπίσθιο εξάρθρημα	79
	Καθέξιν εξάρθρημα	80
	Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε εξάρθρημα του ώμου	80
	Στάδιο ακινητοποίησης	80
	Στάδιο κινητοποίησης	81
	Στάδιο ενδυνάμωσης	84
	Ρήξη μυοτενόντιου πετάλου του ώμου	89
	Ρήξη του τένοντα της μακράς κεφαλής του δικεφάλου βραχιονίου	90
	Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε ρήξεις των τενόντων των μυών του ώμου	91
	Πρώιμο μετεγχειρητικό στάδιο	91
	Όψιμο μετεγχειρητικό στάδιο	92
4	ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΤΟΥ ΑΓΚΩΝΑ	
	Κατάγματα του κάτω τριτημορίου του βραχιονίου	97
	Υπερκονδύλιο κάταγμα του βραχιονίου	97
	Δια-υπερκονδύλιο κάταγμα του βραχιονίου τύπου T ή Y	98
	Κάταγμα έσω-έξω επικονδύλου (παρατροχίλιας - παρακονδύλιας απόφυσης)	98
	Κάταγμα έσω – έξω κονδύλου	99
	Κατάγματα άνω τριτημορίου και διάφυσης του αντιβραχίου	99
	Κάταγμα ωλεκράνου	100
	Κάταγμα κεφαλής κερκίδας	100
	Κάταγμα – εξάρθρημα Monteggia	101
	Κάταγμα – εξάρθρημα Galeazzi	101
	Κάταγμα της μεσότητας της αντιβραχίου	102

Κάταγμα της μεσότητας του αντιβραχίου σε παιδιά	102
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα της περιοχής του αγκώνα	102
Στάδιο ακινητοποίησης	103
Στάδιο κινητοποίησης	104
Στάδιο ενδυνάμωσης	108
Επιπλοκές	113
Εξάρθρημα του αγκώνα	113
Ταξινόμηση	113
Οπίσθιο εξάρθρημα	113
Πρόσθιο εξάρθρημα	114
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε εξάρθρημα του αγκώνα	114
Στάδιο ακινητοποίησης	114
Στάδιο κινητοποίησης	118
Στάδιο ενδυνάμωσης	120
Υπεξάρθρημα της κεφαλής της κερκίδας σε παιδιά	125
5 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΤΟΥ ΚΑΡΠΙΟΥ – ΑΚΡΑΣ ΧΕΙΡΑΣ	
Κατάγματα του κάτω τριτημορίου του αντιβραχίου, της περιοχής του καρπού και των δακτύλων	127
Κάταγμα Colles	127
Κάταγμα Smith	128
Κάταγμα Barton	128
Κάταγμα – εξάρθρημα Bennett	128
Κάταγμα – εξάρθρημα Rolando	129
Κάταγμα σκαφοειδούς	129
Κάταγμα μετακαρπίου	129
Κάταγμα φάλαγγας δακτύλου	130
Κάταγμα – εξάρθρημα άρθρωσης δακτύλου	130
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα του καρπού και των δακτύλων	130
Στάδιο ακινητοποίησης	130
Στάδιο κινητοποίησης	131
Στάδιο ενδυνάμωσης	133
Επιπλοκές	136
6 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΥΕΛΙΚΗΣ ΖΩΝΗΣ	
Κάταγμα κοτύλης	137
Εξάρθρημα του ισχίου	138
Ταξινόμηση	138
Οπίσθιο εξάρθρημα	138
Πρόσθιο εξάρθρημα	139
Κεντρικό κάταγμα – εξάρθρημα (ενδοκοτυλικό)	140
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας	140
Στάδιο ακινητοποίησης	140
Στάδιο κινητοποίησης	146
Στάδιο ενδυνάμωσης	150

7 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΤΟΥ ΙΣΧΙΟΥ

Κατάγματα του άνω τριτημορίου και της διάφυσης του μηριαίου οστού	157
Κάταγμα της κεφαλής του μηριαίου	157
Κάταγμα του αυχένα του μηριαίου	157
Διατροχαντήριο κάταγμα	158
Υποτροχαντήριο κάταγμα	159
Κάταγμα διάφυσης του μηριαίου	159
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα της λεκάνης και σε κατάγματα του άνω τριτημορίου και της διάφυσης του μηριαίου	160
Στάδιο ακινητοποίησης	161
Στάδιο κινητοποίησης	168
Στάδιο ενδυνάμωσης	172
Επιπλοκές	178

8 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΤΟΥ ΓΟΝΑΤΟΣ

Κατάγματα του κάτω τριτημορίου του μηριαίου	179
Υπερκονδύλιο κάταγμα του μηριαίου	179
Κάταγμα των κονδύλων του μηριαίου (ενδαρθρικά υπερ – διακονδύλια)	179
Κάταγμα επιγονατίδας	180
Κατάγματα άνω τριτημορίου κνήμης και διάφυσης κνήμης – περόνης	180
Κάταγμα κνημιαίου κονδύλου (έσω ή έξω)	181
Κάταγμα κεφαλής περόνης	182
Κάταγμα μεσότητας κνήμης – περόνης	182
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα του κάτω τριτημορίου του μηριαίου, της επιγονατίδας, του άνω τριτημορίου και της διάφυσης της κνήμης – περόνης	183
Στάδιο ακινητοποίησης	183
Στάδιο κινητοποίησης	188
Στάδιο ενδυνάμωσης	192
Επιπλοκές	198
Συνδεσμικές κακώσεις της άρθρωσης του γόνατος	198
Πλάγιος σύνδεσμοι του γόνατος	198
Έσω πλάγιος σύνδεσμος του γόνατος	198
Έξω πλάγιος σύνδεσμος του γόνατος	199
Μηχανισμοί κάκωσης	199
Κλινική εικόνα	199
Φυσικοθεραπευτική αξιολόγηση	199
Valgus test	200
Varus test	201
Αντιμετώπιση	201
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε μεμονωμένη ρήξη του έσω – έξω πλάγιου συνδέσμου (συντηρητική αντιμετώπιση)	201
Οξύ στάδιο	201
Υποξύ – χρόνια στάδιο	202
Χιαστοί σύνδεσμοι	207

Ρόλος των χιαστών συνδέσμων	207
Μηχανισμοί κάκωσης	207
Πρόσθιος χιαστός	207
Οπίσθιος χιαστός	207
Κλινική εικόνα	207
Φυσικοθεραπευτική αξιολόγηση	207
Αντιμετώπιση	208
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας μετά από αποκατάσταση του πρόσθιου χιαστού με αυτομόσχευμα επιγονατιδικού τένοντα	209
Προεγχειρητική φυσικοθεραπεία	209
Μετεγχειρητική φυσικοθεραπεία	210
Μηνίσκοι	221
Λειτουργίες των μηνίσκων	221
Μηχανισμοί κάκωσης	222
Ταξινόμηση	223
Κλινική εικόνα	223
Φυσικοθεραπευτική αξιολόγηση	223
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κάκωση μηνίσκων	225
Προεγχειρητική φάση	225
Μετεγχειρητική φάση	226
Φάση μέγιστης προστασίας (0 – 3 εβδομάδες)	226
Φάση μέτριας προστασίας (3 – 7) εβδομάδες)	227
Φάση δραστηριότητας και σταδιακής επιστροφής στην προ του τραυματισμού κατάσταση	229
Τραυματικό αίμαρθρο γόνατος	233
Τραυματικό ύδραρθρο γόνατος	233
Θλάσεις	233
9 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΠΟΔΟΚΝΗΜΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΚΡΟΥ ΠΟΔΑ	
Κατάγματα κάτω τριτημορίου κνήμης και ποδοκνημικής	235
Κάταγμα σφυρών	235
Ενδαρθρικό κάταγμα του κάτω τριτημορίου της κνήμης	236
Κάταγμα αστραγάλου	236
Κάταγμα πτέρνας	237
Κάταγμα σκαφοειδούς	238
Κάταγμα μεταταρσίων	238
Κάταγμα φαλαγγών των δακτύλων	238
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα του κάτω τριτημορίου της κνήμης και της ποδοκνημικής	239
Στάδιο ακινητοποίησης	239
Στάδιο κινητοποίησης	242
Στάδιο ενδυνάμωσης	246
Επιπλοκές	248
Ρήξη Αχίλλειου τένοντα	248

Μηχανισμός κάκωσης	248
Κλινική εικόνα	248
Κλινική εξέταση	249
Αντιμετώπιση	249
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε ρήξη του αχίλλειου τένοντα	249
Στάδιο ενδυνάμωσης	250
Διάστρεμμα ποδοκνημικής άρθρωσης	253
Μηχανισμός κάκωσης	254
Κλινική εικόνα	254
Φυσικοθεραπευτική αξιολόγηση	255
Αντιμετώπιση	255

10 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΣΠΟΝΔΥΛΙΚΗΣ ΣΤΗΛΗΣ

Κακώσεις αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης	259
Μηχανισμός κάκωσης	259
Κακώσεις στο άνω τμήμα της αυχενικής μοίρας (A_1 - A_2)	259
Κάταγμα του άτλαντα	259
Εξάρθρημα ατλαντοαξονικής άρθρωσης	260
Κάταγμα του οδόντος του A_2	260
Κακώσεις στο κάτω τμήμα της αυχενικής μοίρας (A_3 - A_7)	260
Συνδεσμική κάκωση – υπεξάρθρημα $A_3 - A_7$	260
Εξάρθρημα $A_3 - A_7$	260
Κάταγμα – εξάρθρημα από υπερέκταση $A_3 - A_7$	261
Συμπιεστικό σφηνοειδές κάταγμα	261
Εκρηκτικό κάταγμα	261
Κάταγμα «εν είδει σταγόνος δακρύων»	261
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα – εξάρθρημα της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης	261
Στάδιο ακινητοποίησης	262
Στάδιο κινητοποίησης	266
Στάδιο ενδυνάμωσης	269
Συχνότητα κακώσεων αυχενικής μοίρας	273
Κακώσεις θωρακικής και οσφυϊκής μοίρας της σπονδυλικής στήλης	274
Συμπιεστικό – σφηνοειδές κάταγμα	274
Εκρηκτικό κάταγμα	274
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα της θωρακικής και της οσφυϊκής μοίρας (χωρίς νευρολογική βλάβη)	274
Στάδιο ακινητοποίησης	275
Στάδιο κινητοποίησης	278
Στάδιο ενδυνάμωσης	281
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΒΑΔΙΣΗ	284