



# UNIVERSITY OF NICOSIA ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

University of Nicosia, Cyprus

<b>Κωδικός Μαθήματος</b> PTHE-511	<b>Τίτλος μαθήματος</b> Αποκατάσταση Μυοσκελετικού Συστήματος I	<b>Credits (ECTS)</b> 4 (10 ECTS)
<b>Τμήμα</b> Επιστημών Ζωής και Υγείας	<b>Εξάμηνο</b>	<b>Προαπαιτούμενα μαθήματα</b> Κανένα
<b>Τύπος Μαθήματος</b> Υποχρεωτικό (Κατεύθυνση Manual Therapy)	<b>Πεδίο</b> Μάστερ στην Ορθοπαιδική Επιστήμη και Αποκατάσταση	<b>Γλώσσα Διδασκαλίας</b> Ελληνικά
<b>Επίπεδο Μαθήματος</b> Μεταπτυχιακό	<b>Έτος Διδασκαλίας</b> 1 <sup>ο</sup>	<b>Διδάσκων</b> Δρ. Μάνος Στεφανάκης
<b>Τρόπος Παράδοσης</b> Πρόσωπο με πρόσωπο, και Εξ αποστάσεως μάθηση	<b>Πρακτική Άσκηση</b> Ναι	<b>Συν-απαιτούμενα Μαθήματα</b> Κανένα

### Στόχοι του μαθήματος:

Σκοπός του μαθήματος είναι να παρέχει στους φοιτητές την ικανότητα να αξιολογούν και να θεραπεύουν δυσλειτουργίες του άνω τεταρτημόριου σε προχωρημένο επίπεδο. Οι φοιτητές θα αποκτήσουν γνώση της σχετικής παθολογίας και της κλινικής εικόνας των κυριότερων παθήσεων του άνω τεταρτημόριου, θα μπορούν να ξεχωρίσουν την περιοχή καταγωγής των συμπτωμάτων, να ξεχωρίσουν τον ιστό που ευθύνεται για τη δυσλειτουργία και να χρησιμοποιούν τις αρχές του Manual Therapy (Δια των Χειρών Θεραπεία) για την μηχανική αντιμετώπιση. Επιπλέον θα γίνουν ικανοί να αναγνωρίζουν και να κατατάσσουν τα προβλήματα σε κατηγορίες με βάση τη μηχανική τους εικόνα καθώς και να προσαρμόζουν την θεραπεία τους με στόχο την λειτουργική αποκατάσταση του ασθενή και την εξάλειψη των επιμέρους συμπτωμάτων.

### Μαθησιακά αποτελέσματα:

Στο τέλος του θεωρητικού μέρους του μαθήματος ο φοιτητής θα είναι ικανός να:

1. Γνωρίζει τους μηχανισμούς των μυοσκελετικών παθήσεων του άνω τεταρτημόριου και τα στάδια επούλωσης τους
2. Αναγνωρίζει την περιοχή (αχένας, ώμος, κτλ) καταγωγής των συμπτωμάτων και να κατευθύνει την κλινική του εξέταση σε αυτήν
3. Συλλέγει τις υποκειμενικές πληροφορίες από τον ασθενή και να τις καταγράφει με επιστημονικό τρόπο
4. Πραγματοποιεί λεπτομερή κλινική εξέταση σε όλες τις περιοχές του άνω τεταρτημόριου σύμφωνα με τις αρχές του Manual Therapy (Δια των Χειρών Θεραπεία)
5. Αναγνωρίζει και να κατανοεί την επίδραση των προδιαθετικών και επιβαρυντικών παραγόντων στις μυοσκελετικές παθήσεις του άνω τεταρτημόριου και να εφαρμόζει

λύσεις για την αντιμετώπιση τους, συμπεριλαμβανομένης της εκπαίδευσης του ασθενή

6. Αναγνωρίζει την αξία της διάγνωσης (ιατρικής) και την ανάγκη για (μηχανική και όχι μόνο) κατάταξη των ασθενών με την ίδια διάγνωση
7. Παρέχει συμβουλές εργονομικής και άλλης φύσεως για την αντιμετώπιση των προδιαθεσικών και επιβαρυντικών παραγόντων
8. Σχεδιάζει ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα παρέμβασης για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων και την λειτουργική αποκατάσταση του ασθενούς με βάση την κατάταξη του ασθενούς και σεβόμενος τους περιορισμούς ή τις αντενδείξεις που πηγάζουν από την ιατρική διάγνωση
9. Εφαρμόζει τις κατάλληλες τεχνικές κινητοποίησης ή χειρισμού των αρθρώσεων για την αποκατάσταση της δυσλειτουργίας
10. Αναγνωρίζει πρόωρα τους παράγοντες κινδύνου για χρονιότητα και να προσαρμόζει την παρέμβαση του ανάλογα
11. Αναπτύξει την ικανότητα του να αξιολογεί ερευνητικά δεδομένα αναφορικά με την μυοσκελετική αποκατάσταση με σκοπό να εμβαθύνει και να ανανεώνει τις γνώσεις του στον τομέα αυτό.

Στο τέλος του πρακτικού μέρους του μαθήματος ο φοιτητής θα είναι ικανός να:

1. Πραγματοποιεί μια δομημένη κλινική εξέταση των μυοσκελετικών προβλημάτων του άνω τεταρτημόριου
2. Αναγνωρίζει περιπτώσεις σοβαρής παθολογίας που χρειάζονται την παραπομπή σε ιατρική φροντίδα
3. Κατάτασσει τα προβλήματα σε κατηγορίες ανάλογα με την μηχανική τους εικόνα και να συνυπολογίζει σε αυτήν τις κίτρινες σημαίες
4. Εντοπίζει έγκαιρα τις αντενδείξεις για την εφαρμογή ειδικών τεχνικών κινητοποίησης και τις προφυλάξεις που είναι απαραίτητες για την εφαρμογή τους
5. Επιλέγει τεκμηριωμένα μέσα παρέμβασης για την προοδευτική αποκατάσταση της φυσιολογικής ικανότητας φόρτισης των ιστών του άνω τεταρτημορίου
6. Εφαρμόζει τις κατάλληλες τεχνικές κινητοποίησης σε όλες τις αρθρώσεις του άνω τεταρτημορίου από διάφορες θέσεις και με σωστή εργονομία
7. Διδάσκει στον ασθενή τεχνικές αυτοθεραπείας από διάφορες θέσεις καθώς και ασκήσεις για την συντήρηση και αύξηση του θεραπευτικού αποτελέσματος
8. Επαναξιολογεί την επίδραση της θεραπευτικής του παρέμβασης με τεκμηριωμένα μέσα αξιολόγησης του αποτελέσματος και να τροποποιεί την παρέμβαση του ανάλογα
9. Προτείνει πρακτικές συμβουλές για την αντιμετώπιση των προδιαθεσικών και επιβαρυντικών παραγόντων

### **Περιεχόμενα μαθήματος:**

1. Εξέταση και θεραπεία αυχενική μοίρας, ωμικής ζώνης, αγκώνα και άκρας χείρας
2. Τεστ αναγνώρισης περιοχής στο άνω τεταρτημόριο
3. Τεστ επιλεκτικής πρόκλησης ιστών και δομών στο άνω τεταρτημόριο
4. Εξέταση και θεραπεία του νευρικού ιστού στο άνω τεταρτημόριο
5. Ειδικές τεχνικές κινητοποίησης και χειρισμοί σε αυχενική μοίρα, ωμική ζώνη, αγκώνα και άκρα χείρα
6. Ενδείξεις αντενδείξεις προφυλάξεις στη μηχανική θεραπεία του άνω τεταρτημορίου
7. Κατάταξη προβλημάτων άνω τεταρτημορίου και θεραπευτικοί αλγόριθμοι
8. Μηχανική εικόνα και κατάταξη των κυριότερων παθολογικών προβλημάτων του άνω τεταρτημορίου (δισκογενή προβλήματα, τενοντοπάθειες, ορογονοθηλακίτιδες, σύνδρομο πρόσκρουσης, εξάρθρηματα, αστάθειες, σύνδρομο θωρακικής εξόδου,

περιφερικές νευροπάθειες, κ.α)

**Μαθησιακές Δραστηριότητες και Μέθοδοι Διδασκαλίας:**

Διαλέξεις (βιντεοσκοπημένες), Συζήτηση, Πρακτική εξάσκηση στο εργαστήριο, Κλινικά σενάρια

**Μέθοδος Αξιολόγησης:**

Ενδιαφέρον-συμμετοχή-παρακολουθήσεις, εργασίες-τεστ, ενδιάμεση εξέταση, τελική εξέταση

**Απαιτούμενα Βιβλία/Βιβλιογραφία:**

Authors	Title	Publisher	Year	ISBN
Elly Hengeveld & Kevin Banks	Maitland's Vertebral Manipulation Vol I & II, 8 <sup>th</sup> Ed	Churchill Livingstone	2013	
Freddy Kaltenborn	Manual Mobilization of the Joints Vol I (Extremities) & II (Spine), 7 <sup>th</sup> Ed.	Orthopedic Physical Therapy Products	2011	
Ludwig Ombregt, Pierre Bisschop, Herman J. ter Veer	A System of Orthopaedic Medicine	Churchill Livingstone	2003	

**Προτεινόμενα Βιβλία/Βιβλιογραφία:**

Authors	Title	Publisher	Year	ISBN
Magee, D.J. et al.	Scientific foundations and principles of practice in musculoskeletal rehabilitation	Saunders	2007	
Magee, D.J.	Orthopedic Physical Assessment 4 <sup>TH</sup> Edition	Saunders	2002	
Kostopoulos, D. et al.	The manual of trigger point and myofascial therapy	Slack Inc	2001	