

OBSAH

ÚVOD	6
1 ÚVOD DO PROBLEMATIKY	8
1.1 Základní pojmy	8
1.2 Rozdělení rehabilitace	9
2 ÚVOD DO KINEZIOLOGIE	13
2.1 Pohyb obecně	13
2.2 Řízení pohybu	16
3 DIAGNOSTIKA POHYBOVÉHO SYSTÉMU	18
3.1 Vyšetření anamnézy	19
3.2 Kineziologický rozbor	20
3.2.1 Vyšetření držení těla	21
3.2.2 Lokální vyšetření	24
3.2.3 Vyšetření jednotlivých úrovní motoriky	31
3.2.4 Vyšetření běžných denních, pracovních a volnočasových aktivit	32
3.3 Vyšetření pomocí přístrojové techniky	32
3.3.1 Vyšetření postury	32
3.3.2 Elektromyografické vyšetření	35
3.3.3 Ergometrická vyšetření	35
3.4 Stanovení plánu terapie	36
4 POHYBOVÁ TERAPIE	38
4.1 Základní pojmy	38
4.1.1 Reedukace, edukace	38
4.2 Výběr pohybových činností	40
4.3 Kondiční terapie	41
4.4 Metodické zásady a principy při sestavení kondičního programu	43
4.5 Pohybové schopnosti	43
4.5.1 Silové schopnosti	44
4.5.2 Rychlostní schopnosti	45
4.5.3 Vytrvalostní schopnosti	45
4.5.4 Koordinační schopnosti	46
4.5.5 Pohyblivost	47
4.6 Pohybové dovednosti	48
5 RESPIRAČNÍ FYZIOTERAPIE	50
5.1 Úvodní repetitorium	50
5.2 Principy respirační fyzioterapie	53
5.2.1 Metody respirační fyzioterapie	53
5.2.2 Metody a techniky hygieny dýchacích cest	53
5.2.3 Dechová cvičení (dechová gymnastika)	54
5.2.4 Kontrolní mechanismy respirační fyzioterapie	55
6 PASIVNÍ POSTUPY	57
6.1 Pasivní pohyby	57
6.2 Polohování	60
6.2.1 Přístroje a pomůcky k pasivním pohybům a polohování	64
6.3 Měkké a mobilizační techniky	65
7 AKTIVNÍ POSTUPY	67
7.1 Neurofyzilogické podklady aktivního pohybu	67
7.1.1 Klasifikace svalových kontrakcí	68
7.2 Cvičení analytická	71
7.3 Cvičení syntetická	71
8 RELAXACE	73
8.1 Principy relaxace	73
8.2 Lokální relaxace	75
8.2.1 Postfacilitační inhibice	76
8.3 Celková relaxace	77
8.3.1 Jógová relaxační cvičení	77
8.3.2 Schultzův autogenní trénink	78
8.3.3 Jacobsonova progresivní relaxace	79
8.3.4 Další relaxační metody	80

9	TERAPIE POSTURÁLNĚ-LOKOMOČNÍCH FUNKCÍ	83
9.1	Základní pojmy	83
9.2	Výcvik vertikalizace	84
9.2.1	První úroveň vertikalizace	86
9.2.2	Druhá úroveň vertikalizace	86
9.2.3	Třetí úroveň vertikalizace	87
9.3	Chůze	88
9.3.1	Lokomoční prostředky a pomůcky	92
9.3.2	Trenažéry balance a lokomoce	93
10	VESTIBULÁRNÍ REHABILITACE	98
11	NEUROREHABILITACE	102
11.1	Neurofyzilogické podklady terapie	102
11.2	Prostředky neurorehabilitace	108
12	DERMONEUROMUSKULÁRNÍ FACILITACE	110
13	PROPRIOCEPTIVNÍ NEUROMUSKULÁRNÍ FACILITACE	113
14	BOBATH KONCEPT	117
15	METODA ROSWITHY BRUNKOW	121
15.1	Princip metody	121
16	VOJTOVA REFLEXNÍ LOKOMOCE	123
16.1	Princip metody	123
16.2	Diagnostika	125
16.3	Terapie	131
16.3.1	Reflexní plazení	131
16.3.2	Reflexní otáčení	132
17	BRÜGGERŮV KONCEPT	135
17.1	Charakteristika konceptu	135
17.2	Charakteristika správného a nesprávného držení těla	137
17.3	Charakteristika diagnostických postupů konceptu	138
17.4	Principy terapie	140
18	VISCERÁLNÍ TERAPIE	143
18.1	Viscerální terapie	146
18.2	Metoda Ludmily Mojžíšové	147
19	ALTERNATIVNÍ POSTUPY V REHABILITACI	148
19.1	Hiporehabilitace	148
19.2	Animalterapie	150
19.3	Muzikoterapie	151
19.4	Jóga	153
19.5	Tai-chi	154
19.6	Arteterapie	155
20	ERGOTERAPIE	157
20.1	Ergoterapeutické vyšetření	157
20.2	Ergoterapeutické postupy	163
20.2.1	Rehabilitace ruky	163
20.2.2	Ergoterapie u amputací	165
20.2.3	Ergoterapie pacientů s poruchami vědomí	165
20.2.4	Ergoterapie u postižení CNS	166
20.2.5	Rehabilitační ergonomie	167
21	ÚVOD DO FYZIKÁLNÍ TERAPIE	170
22	TERMOTERAPIE A HYDROTHERAPIE	174
22.1	Termoregulace	174
22.2	Teplol léčba a její dělení	178
22.2.1	Lokální teplol léčba	179
22.2.2	Celková teplol léčba a vodol léčba	181
22.2.3	Kryoterapie	185
23	MECHANOTERAPIE	189
23.1	Masáže	189
23.1.1	Klasická masáž	190
23.1.2	Reflexní masáže	191
23.1.3	Přístrojové masáže	197
23.1.4	Lymfodrenáže	199

23.2	Vakuově-kompresivní terapie	201
23.3	Přístrojové polohování a trakce	202
23.4	Ultrasonoterapie	202
23.5	Rázová vlna	204
24	ELEKTROLÉČBA	207
24.1	Úvod k elektroléčbě	207
24.2	Galvanoterapie	209
24.2.1	Klidová galvanizace	212
24.2.2	Hydrogalvanizace	213
24.2.3	Iontoforéza, elektroforéza	214
24.2.4	Přerušovaná galvanizace	215
24.3	Nízkofrekvenční proudy	216
24.3.1	Diadynamické proudy	216
24.3.2	Träbertův proud	218
24.3.3	Transkutánní elektroneurostimulace	219
24.3.4	Méně časté typy analgetických proudů	222
24.3.5	Modulované impulzní proudy (MIP)	223
24.3.6	Impulzní proudy s pozvolným nástupem	225
24.3.7	„Sprážené“ impulzní proudy	229
24.4	Středofrekvenční proudy	230
24.4.1	Interferenční proudy	230
24.4.2	Amplitudově modulované středofrekvenční proudy	233
24.4.3	Kotzovy proudy	233
24.4.4	Přerušovaná galvanizace	234
24.4.5	Reboxové proudy	234
24.5	Vysokofrekvenční proudy	236
24.5.1	Krátkovlnná diatermie	236
24.5.2	Ultrakrátkovlnná diatermie	238
24.5.3	Mikrovlnná diatermie	238
24.6	Distanční elektroléčba	238
25	MAGNETOTERAPIE	241
25.1	Účinky magnetoterapie	241
25.2	Nízkofrekvenční pulzní magnetoterapie	243
25.3	Vysokofrekvenční magnetoterapie	244
26	SVĚTLOLÉČBA	246
26.1	Biofyzikální účinky světloléčby	246
26.2	Léčba infračerveným zářením	247
26.3	Léčba ultrafialovým zářením	250
26.4	Léčba viditelným světlem	252
26.5	Laseroterapie	253
26.6	Bioptronová lampa	256
26.7	Kombinovaná terapie	256
26.8	Fotokoloroterapie	258
27	INHALAČNÍ LÉČBA	261
27.1	Inhalace a jejich dělení	261
27.2	Inhalace mlhovin	261
27.3	Plynové inhalace	264
27.4	Elektroinhalace	265
28	BALNEOTERAPIE	267
28.1	Balneoterapie a její účinky	267
28.2	Terapie pomocí léčivých vod	269
28.3	Peloidoterapie	270
28.4	Léčba přírodními plyny	272
28.5	Klimatoterapie	272
29	PŘEDPIS FYZIKÁLNÍ TERAPIE	276
	LITERATURA	278