

PRZEWODNIK DLA TERAPEUTÓW

Marcin Rosiński

# TERAPIA MANUALNA

## wybranych dysfunkcji kończyny górnej



BIBLIOTEKA

Rehabilitacja w praktyce

 **ELAMED**  
WYDAWNICTWO

Marcin Rosiński

Przewodnik dla terapeutów

**Terapia manualna  
wybranych dysfunkcji  
kończyny górnej**

 **ELAMED®**  
WYDAWNICTWO

Katowice 2014

**Koordynator projektu**

Michał Delijewski

**Recenzja**

Jerzy Kiwerski

**Fotografie**

Katarzyna Kłosek

**Korekta**

Edyta Michalska, Małgorzata Chuchla

**Projekt okładki**

Maciej Wieczorek

**Skład, łamanie i przygotowanie do druku**

Maciej Wieczorek

ISBN 978-83-61190-54-7

Copyright© by Wydawnictwo Elamed, 2014

Elamed Sp. z o.o. Sp.k.

40-203 Katowice, al. Roździeńskiego 188

tel. 32 788 51 28

e-mail: dok@elamed.pl

www.dlaspecjalistow.pl

**Druk**

Omegapress, Sosnowiec

Przedruk, kopiowanie lub powielanie w jakiegokolwiek formie, w części lub całości, bez pisemnej zgody Wydawnictwa Elamed są zabronione.



Marcin Rosiński – ukończył Akademię Wychowania Fizycznego w Warszawie, uzyskując tytuł magistra fizjoterapii. Dyplomowany terapeuta manualny koncepcji Kaltenborna-Evjen-tha oraz PNF. Jest wykładowcą w Wyższej Szkole Rehabilitacji w Warszawie. Autor kilkunastu publikacji w czasopismach branżowych związanych z fizjoterapią, m.in. w „Rehabilitacji w Praktyce”, a także dwóch filmów szkoleniowych dla fizjoterapeutów na temat dysfunkcji stawu kolanowego oraz łokciowego. W ramach współpracy z Wydawnictwem Elamed prowadzi warsztaty pt. „Nauka czynności lokomocji”. Jego zainteresowania zawodowe dotyczą leczenia pacjentów z zaburzeniami narządu ruchu o podłożu ortopedycznym, zwłaszcza po uszkodzeniach stawów obwodowych, a także nauki czynności lokomocji u pacjentów pooperacyjnych. Prowadzi prywatną praktykę fizjoterapeutyczną w gabinecie rehabilitacji OSTEO w Pruszkowie.

# SPIS TREŚCI

<b>Od autora</b> .....	5
<b>Rozdział 1. Kończyna górna w ujęciu globalnym</b> .....	7
<b>Rozdział 2. Obręcz barkowa i staw ramienny</b> .....	17
2.1. Ograniczenia ruchomości stawu ramiennego.....	19
2.2. Manualne mobilizacje stawów obręczy barkowej .....	29
2.3. Zespół cieśni podbarkowej.....	41
<b>Rozdział 3. Staw łokciowy i przedramię</b> .....	53
3.1. Manualne mobilizacje ograniczeń ruchomości stawu łokciowego .....	55
3.2. Manualne mobilizacje ograniczeń ruchomości stawów promieniowo-łokciowych .....	63
3.3. Zespół bólowy boczno przedziału stawu łokciowego .....	73
3.4. Zespół bólowy przyśrodkowego przedziału stawu łokciowego.....	81
<b>Rozdział 4. Ręka</b> .....	89
4.1. Ograniczenia ruchomości stawu promieniowo-nadgarstkowego .....	91
4.2. Staw nadgarstkowo-śródręczny kciuka – ograniczenia ruchomości.....	99
4.3. Zespół cieśni nadgarstka.....	105
<b>Podsumowanie</b> .....	112

## Od autora

Ciągły rozwój i postęp w naukach medycznych nie omijają również dziedziny fizjoterapii i związanych z nią zagadnień leczenia dysfunkcji narządu ruchu. Dotychczasowe osiągnięcia umożliwiają nam dysponowanie szeregiem zróżnicowanych sposobów postępowania terapeutycznego, których skuteczność weryfikowana jest w codziennej pracy z pacjentem. Możemy poprzez odpowiednio dobrany ruch, siłę i ustawienie dłoni oddziaływać na różnorodne tkanki ludzkiego organizmu w specyficzny i leczniczy sposób. Techniki te wykonywane są wyłącznie rękami terapeuty, stąd najbardziej trafne do ich opisanía wydaje się pojęcie terapii manualnej. Posługiwanie się tym narzędziem w codziennej pracy z drugim człowiekiem wymaga od leczącego szczególnych cech osobowości, takich jak: empatia, zrozumienie i konsekwencja w działaniu. Przede wszystkim jednak niezbędna jest gruntowna wiedza medyczna, traktująca ludzkie ciało jako całość zarówno w aspekcie strukturalnym, jak i funkcjonalnym.

Niniejsza książka ukazuje przykładowe sposoby postępowania terapeutycznego w wybranych dysfunkcjach kończyny górnej. Oczywiście jest, że ze względu na ogromną złożoność i rozległość tematu nie sposób wyczerpać go w pełni. Niemniej dla Czytelnika – praktyka – może ona stanowić istotne uzupełnienie warsztatu technik terapeutycznych stosowanych w codziennej pracy z pacjentem w myśl łacińskiego przysłowia „Potęga ręki tkwi w sile rozumu”.

Moim Rodzicom – Elżbiecie i Lesławowi  
– w podziękowaniu za wszelką pomoc,  
wsparcie materialne i duchowe

Partner:



Ze względu na stały postęp w naukach medycznych lub odmienne nieraz opinie na temat leczenia, jak również możliwość wystąpienia błędu prosimy, aby w trakcie podejmowania decyzji terapeutycznej uważnie oceniać zamieszczone w książce informacje. Pomoże to zmniejszyć ryzyko wystąpienia błędu lekarskiego.