

Praktyka profilowana wybieralna

(przed 7 semestrem, przed 9 semestrem)

Minimum 8-10 pacjentów

Inicjały pacjenta:

Wiek:

Kod ICD:

Objawy:

Choroby współistniejące:

Skala bólu: VAS 0/10

Testy funkcjonalne (przynajmniej 3):

SFTR ... (zawsze pomiary wykonujemy dla kończyny P/L),

Test Lovetta (0-5): zawsze pomiary dla obu kończyn P/L,

Zastosowane procedury z fizykoterapii: prądy, pole magnetyczne, diatermia, ultradźwięki, laser, krioterapia, ciepłolecznictwo itp.

- opisać zastosowane zabiegi z fizykoterapii i techniki masażu, ćwiczenia z kinezyterapii
- wymienić zastosowane pomoce (piłka, laska, ciężarek, taśma TheraBand, roller),
- wymienić zastosowane metody neurofizjologiczne (Mc Kenzie, Bobath, PNF, terapia manualna, osteopatia, itp.),
- inne: taping, suche igłowanie, ćwiczenia itd.

Zalecenia dla pacjenta do domu:

- edukacja ergonomii pracy, spacer, basen....itp.
- konsultacja z lekarzem (specjalność),
- zalecana diagnostyka (MRI, KT, USG, RTG...itp.)

PRZYKŁAD:

Pacjent: K.J

Wiek: 46 lat

Rozpoznanie kod ICD: M47 (zwyrodnienia kręgosłupa),

Objawy: ból odcinka L/S, promieniujący do pośladka P, problem ze schylaniem się, kucaniem, chodzeniem po schodach, wsiadaniem i wysiadaniem z samochodu,

Choroby współistniejące : cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, astma oskrzelowa,

Skala bólu VAS: 4/10,

Testy funkcjonalne: Test palce podłoga (+), Test przeprostu (-), Test Lasecka (+), Test równowagi (-),

SFTR: 8-4-6 odcinek L/S,

Test Lovetta (0-5): m. prostownik grzbietu 3, m. czworoboczny lędźwi 3, m. prosty brzucha 3,

Zastosowane procedury:

- Metoda Mc Kenzie, wzorzec przeprostny 10 powtórzeń co 2 godziny przez 3 dni,
- Ćw. wzmacniające mm posturalne+ wzorzec przeprostny, (jw.),
- ćw. oddechowe,
- nauka prawidłowej postawy,
- masaż rozluźniający całego kręgosłupa (2 pierwsze dni) 20 min,
- w 10 dniu ćwiczenia rozciągające, rolowanie m. prostownika grzbietu

Czas terapii 10 – 15 zabiegów , stopniowana trudność, intensywność i obciążenia,

Zalecenia do domu:

Kontynuacja wyuczonych ćwiczeń. Basen- styl – grzbiet 3x w tygodniu 30 min. Konsultacja neurologiczna w celu wykonania MRI odc. L/S kręgosłupa.