



ΕΛΛΗΝΙΚΟ  
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ  
McKenzie

# ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ & ΘΕΡΑΠΕΙΑ

- ΚΛΙΝΙΚΗ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕ ΤΗΝ KARIN GRAVARE SILBERNAGEL PT, ATC, PhD
- ΠΟΝΟΚΕΦΑΛΟΙ: ΔΙΑΦΟΡΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΥΧΝΩΝ ΥΠΟ-ΤΥΠΩΝ
- Η ΦΥΣΙΟΠΑΘΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΝΔΟΤΕΝΟΝΤΙΑΣ ΑΣΒΕΣΤΟΠΟΙΟΥ ΕΝΑΠΟΘΕΣΗΣ
- Η ΕΠΙΠΤΩΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΜΑΤΗΣ ΑΠΟΡΡΟΦΗΣΗΣ ΚΗΛΗΣ ΟΣΦΥΪΚΟΥ ΔΙΣΚΟΥ – – ΜΕΤΑ-ΑΝΑΛΥΣΗ
- ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ: ΑΝΑΦΕΡΟΜΕΝΟΣ ΠΟΝΟΣ ΣΤΟ ΓΟΝΑΤΟ ΝΕΑΡΟΥ ΑΘΛΗΤΗ
- ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΥΧΟΙ – ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΙ
- ΕΤΗΣΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2025



ΕΛΛΗΝΙΚΟ  
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ  
**McKenzie**

## Μηχανική Διάγνωση & Θεραπεία

Τόμος 23 Τεύχος 4, Οκτώβριος – Δεκέμβριος 2024

**ΕΚΔΟΤΗΣ:** ΣΠΑΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

**ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:** Ελληνικό Ινστιτούτο McKenzie

**ΕΔΡΑ:** Λ. Ηρακλείου 35, Άνω Πατήσια

**Τηλ./Φαξ:** +30 210 2289654

**Web Site:** [www.mckenzieinstitute.org/gr](http://www.mckenzieinstitute.org/gr)

**E-mail:** [secr@mckenziehellas.gr](mailto:secr@mckenziehellas.gr)

**F/B:** McKenzie Institute Hellas

### ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Γεώργιος Π. Σπανός

Κατερίνα Δαμανάκη

### ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Μπατσασασβίλι Λέλα

Δαμανάκη Κατερίνα

Μητσόπουλος Αντώνης

### ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ & ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Κατερίνα Δαμανάκη

Τιμή Τεύχους: € 20

# Περιεχόμενα



<b>Σημείωμα του Εκδότη</b>	3
<b>Κλινική Συζήτηση</b> <i>Karin Grävare Silbernagel PT, ATC, PhD</i>	4
<b>Βιβλιογραφία</b> <i>Πονοκέφαλοι: Διαφορική Διάγνωση και Διαχείριση Συχνών Υπο-τύπων</i>	10
<i>Η Φυσιοπαθολογία της Ενδοτενόντιας Ασβεστοποίησης Εναπόθεσης</i>	15
<i>Η Επίπτωση της Αυτόματης Απορρόφησης Κήλης Οσφυϊκού Δίσκου – Μετα ανάλυση</i>	27
<b>Κλινικές Περιπτώσεις</b> <i>Αναφερόμενος Πόνος στο Γόνατο Νεαρού Αθλητή</i>	33
<b>Πτυχιούχοι – Διπλωματούχοι</b>	36
<b>Ετήσιο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα 2025</b>	39

## Οι Εξετάσεις Κλινικής Επάρκειας του E.I.M.

Παραδοσιακά, ο Νοέμβριος είναι ο μήνας που συνήθως πραγματοποιούνται οι εξετάσεις κλινικής επάρκειας, στο Ελληνικό Ινστιτούτο McKenzie.

Έτσι λοιπόν, και φέτος το Νοέμβριο, συνάδελφοι από διάφορα διαμερίσματα της Ελλάδας, συγκεντρώθηκαν στην Αθήνα, έδρα του Ελληνικού Ινστιτούτου, για να περάσουν από τις δοκιμασίες εκείνες που θα κρίνουν την κλινική τους επάρκεια. Το πέρασμα με επιτυχία μέσα από αυτές τις εξετάσεις τους παρέχει την πολυπόθητη αναγνώριση, από το Ινστιτούτο, της κλινικής τους επάρκειας στην εφαρμογή της μεθόδου ΜΔΘ-McKenzie.



Οι εξετάσεις αυτές, είναι μεγάλης σπουδαιότητας διότι μέσα από αυτές κρίνεται η σε βάθος η ικανότητα των συναδέλφων ως προς τη λήψη ιστορικού, την εξέταση, τη διάγνωση, τις θεραπευτικές διαδικασίες, την επανεξέταση, τις αρχές θεραπείας, την πρόγνωση και την πρόληψη των μυοσκελετικών παθήσεων της σπονδυλικής στήλης και των άκρων του ανθρώπινου σώματος.

Η αποστήθιση οποιουδήποτε κεφαλαίου των βιβλίων ή ακόμη και τα ανοιχτά βιβλία δεν βοηθούν καθόλου, παρά μόνο ο βαθύτατος κλινικός συλλογισμός και η ικανή διαφορική διάγνωση, θεμελιώδη στοιχεία και τα δύο της μεθόδου ΜΔΘ-McKenzie, που μαζί με τις επαρκείς γνώσεις των θεραπευτικών διαδικασιών, καθιστούν τις εξετάσεις αυτές ιδιαίτερα απαιτητικές. Πολύ δε περισσότερο που η βάση της βαθμολογίας για την επιτυχία είναι από το «πολύ καλά» και άνω και όχι η, ως συνήθως, μέση της βαθμολογίας.

Όλοι οι μαθητές μας, φυσικοθεραπευτές ή γιατροί, τονίζουν πάντα την ικανοποίησή τους, αφού αντιλαμβάνονται ότι τα κριτήρια αυτών των εξετάσεων δίνουν το μέτρο και την αξία της βαθιάς γνώσης της μεθόδου αλλά και της δικής τους επιτυχίας.

Βέβαια, οι εξετάσεις έχουν και άλλα μοναδικά χαρακτηριστικά. Είναι ίσως οι μόνες, που με την ιδιαιτερότητα τους, αποτελούν ταυτόχρονα φροντιστήριο και κλινικό μάθημα, την ώρα που οι μαθητές δεν διδάσκονται αλλά εξετάζονται! Δεν είναι λίγοι οι μαθητές μας που κατά την εξέταση στις θεραπευτικές διαδικασίες, μας δηλώνουν “δεν ξέρω, δάσκαλε, αν θα περάσω, αλλά ευχαρίστως θα ξανάδινα εξετάσεις, γιατί μου έδωσαν την ευκαιρία να μάθω πολλά ακόμα, να βάλω μία τάξη στο μυαλό μου, στην κλινική μου σκέψη και διάγνωση, ακόμα και σήμερα, με τον τρόπο που εξεταζόμαστε!!!

Είναι τεράστιο το κέρδος από τις εξετάσεις κλινικής επάρκειας, τόσο για την ειδικότητα αυτών καθαυτών των συναδέλφων, όσο και για την επιτυχή αντιμετώπιση των μυοσκελετικών παθολογιών. Ταυτόχρονα, όμως, είναι και ένα σημαντικό επίτευγμα στην εδραίωση της ΜΔΘ-McKenzie στη χώρα μας

Θέλω να συχαρώ θερμά όλους όσους συμμετείχαν στις φετινές εξετάσεις. Η συμμετοχή τους είναι από μόνη της μια μεγάλη επιτυχία. Για όσους πέτυχαν, εύχομαι να συνεχίσουν να κυνηγούν τα όνειρά τους και να γίνονται πάντα καλύτεροι. Σε όσους δεν τα κατάφεραν αυτή τη φορά, λέω, “θυμηθείτε ότι κάθε εμπόδιο είναι μια ευκαιρία να γίνετε πιο δυνατοί. Μην τα παρατάτε! Ξαναπροσπαθήστε, γιατί το αξίζετε!”

Εύχομαι σε όλους, Καλές Γιορτές!!!

Γιώργος Σπανός

