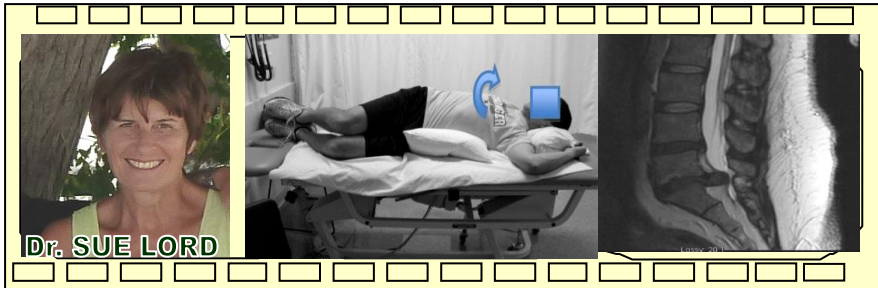


# Περιεχόμενα



## Σημείωμα του Εκδότη 3

### Συνεντεύξεις

Συνέντευξη με Ερευνήτρια Φυσικοθεραπεύτρια  
Dr. Sue Lord 4

### Ανασκοπήσεις Έρευνες Άρθρα

Δοκιμασίες Φυσικής Εξέτασης του Ώμου:  
Συστηματική Ανασκόπηση με Μετα-ανάλυση  
των Μεμονωμένων Δοκιμασιών 7

Μελέτη Προοπτικής της Μηχανικής Φυσικοθεραπείας  
Για Πρόπτωση Οσφυϊκού Δίσκου: 5ετης Επαναξιολόγηση 16

Ιατρικός Έλεγχος για Κόκκινες Σημαίες στη Διάγνωση και  
την Αντιμετώπιση του Μυοσκελετικού Πόνου 19

### Κλινικά Περιστατικά

Προσέγγιση Μηχανικής Διάγνωσης και Θεραπείας (ΜΔΘ)  
Σε ασθενή με Δισκογενή Οσφυαλγία  
και Σχετικό Πλάγιο Στοιχείο 32

Μηχανική Διάγνωση και Θεραπεία και Ιστική Προσέγγιση  
Σε Θυλακοσυνδεσμική Κάκωση Γόνατος 36

Διπλωματούχοι – Πτυχιούχοι 38

Ετήσιο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα 41

Τόμος 10 ♦ Τεύχος 4 ♦ Οκτώβριος–Δεκέμβριος 2011

**ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ & ΘΕΡΑΠΕΙΑ**  
ΤΡΙΜΗΝΗ ΕΚΔΟΣΗ  
ΚΩΔΙΚΟΣ: 6443

### ΕΚΔΟΤΗΣ:

ΣΠΑΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

### ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ MCKENZIE

### ΕΔΡΑ:

ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ 35, ΑΝΩ ΠΑΤΗΣΙΑ

Τηλ/Φαξ: +30 210 2289654

Web Site: [www.mckenziehellas.gr](http://www.mckenziehellas.gr)

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



### ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Γεώργιος Π. Σπανός  
Κατερίνα Δαμανάκη



### ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΣΤΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Δαμανάκη Κατερίνα  
Ζούνης Μιχάλης  
Τρούλη Μαριάννα

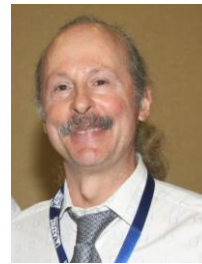


### ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Κατερίνα Δαμανάκη



Τιμή Τεύχους: € 7.5



## Οικονομική Κρίση και Πρόληψη των Μυοσκελετικών Παθήσεων

Προσφάτως, στο προηγούμενο τεύχος έγραφα για τη 10ετία της πρόληψης των μυοσκελετικών παθήσεων, που έχει ορίσει το Ινστιτούτο McKenzie. Είναι μία περίοδος κατά την οποία το Ινστιτούτο ενημερώνει τον γενικό πληθυσμό, μέσω συγκεκριμένων προγραμμάτων, για την αξία, την ανάγκη και τον τρόπο εφαρμογής απλών κανόνων πρόληψης των μυοσκελετικών παθήσεων.

Στη χώρα μας, κυρίως, αλλά και σε χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, σε κάποιο βαθμό, οι οικονομικές συνθήκες επιδεινώνονται ραγδαίως και το ίδιο ραγδαίως μειώνονται οι παροχές στον τομέα της Υγείας καθώς και τα προγράμματα αντιμετώπισης των μυοσκελετικών παθήσεων. Ο κόσμος πλέον, όλο και δυσκολότερα αναζητά φροντίδα, λόγω οικονομικής δυσχέρειας... Οι γνώστες της επιδημιολογίας των μυοσκελετικών παθήσεων γνωρίζουν ότι η μείωση της αναζήτησης θεραπευτικής φροντίδας σε περιόδους εκτός οικονομικής κρίσης, αύξησε αφενός τη χρονιότητα των μυοσκελετικών παθήσεων αλλά αυξήσε και την απατηλή, δυστυχώς, εντύπωση για την αποτελεσματικότητα των συνήθων θεραπευτικών παρεμβάσεων.

Στην τρέχουσα οικονομική κρίση, η μειωμένη αναζήτηση της θεραπευτικής φροντίδας, μοιραίως, θα αυξήσει περαιτέρω τη χρονιότητα, άρα και την αντίσταση στη θεραπεία, μαζί με τη συμπτωματολογία, τη λειτουργική ανεπάρκεια, τη μείωση της παραγωγικότητας και βέβαια τη σοβαρή οικονομική επιβάρυνση των ασφαλιστικών φορέων.

Έγραφα, λοιπόν, στο προηγούμενο περιοδικό μας, «Η πρόληψη είναι το απαραίτητο στοιχείο αλλά και το σημαντικό μυστικό στο καλό και διαρκές αποτέλεσμα...». Εάν λοιπόν, πριν από λίγους μήνες, η πρόληψη ήταν για τη χώρα μας, όπως και για τις άλλες χώρες της Ευρώπης, σημαντικός παράγοντας για το ατομικό και το κοινωνικό “Ευ Ζειν”, σήμερα, με τις δραματικά επιδεινούμενες οικονομικές συνθήκες η πρόληψη αναδεικνύεται σε μοναδικό και ικανότατο αντίδοτο στις συνέπειες της χρονιότητας αλλά και των συνεπειών της οικονομικής δυσπραγίας, σε σχέση με την Υγεία.

Ως γνωστόν, το Ελληνικό Ινστιτούτο έχει κυρήξει τη 10ετία 2011-2021 ως 10ετία πρόληψης και θεραπείας των μυοσκελετικών παθήσεων. Για το λόγο αυτό έχουμε ξεκινήσει την υλοποίηση συγκεκριμένου προγράμματος εκπαίδευσης του γενικού πληθυσμού στην πρόληψη. Θεωρούμε ότι τώρα, στη δύσκολη περίοδο που διανύουμε, η πρόληψη γίνεται στη χώρα μας, τόσο επίκαιρη και τόσο αναγκαία, όσο ποτέ!... Ας την παρέχουμε όλοι όσοι μπορούμε!

Η Πρόληψη δεν κοστίζει αλλά ευεργετικά απευθύνεται και συνεισφέρει στο γενικό καλό!

Σας εύχομαι, Δύναμη  
και Καλές Γιορτές

Γιώργος Π. Σπανός