

Μηχανική Διόγνωση & Θεραπεία

- ◆ ΕΠΑΝΑΔΗΜΟΣΙΕΥΣΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗΣ ΤΟΥ R. McKENZIE
- ◆ ΑΡΘΡΟΣΚΟΠΗΣΗ ΓΟΝΑΤΟΣ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΕΝΑΝΤΙ ΜΟΝΟ ΑΣΚΗΣΕΩΝ ΣΤΟ ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΕΠΙΓΟΝΑΤΙΔΟΜΗΡΙΑΙΟΥ ΠΟΝΟΥ
- ◆ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΧΡΟΝΙΑ ΟΣΦΥΑΛΓΙΑ ΠΟΥ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΩΦΕΛΗΘΟΥΝ ΑΠΟ ΠΡΟΣΘΕΤΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ
- ◆ ΙΣΧΙΑΛΓΙΑ
- ◆ ΑΙΤΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΟΞΕΙΑΣ ΑΥΧΕΝΙΚΗΣ ΔΥΣΚΑΜΨΙΑΣ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ
- ◆ ΚΛΙΝΙΚΟ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΟ: ΠΙΕΣΗ ΤΟΥ ΝΩΤΙΑΙΟΥ ΜΥΕΛΟΥ ΤΗΣ ΑΜΣΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΜΕ ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ◆ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΙΓΜΙΟΤΥΠΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΤΗΣΙΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΥ ΕΛΛ. ΙΝΣΤ. McKENZIE
- ◆ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2013



Περιεχόμενα



Σημείωμα του Εκδότη 3

Συνεντεύξεις
Robin Anthony McKenzie 4

Ανασκοπήσεις Έρευνες Άρθρα
*Αρθροσκόπηση Γόνατος και Ασκήσεις,
Έναντι μόνο Ασκήσεων στο Σύνδρομο
Επιγονατιδομηριαίου Πόνου* 7

*Προσδιορισμός Ασθενών με Χρόνια Οσφυαλγία
που ενδέχεται να Ωφεληθούν
από Πρόσθετη Ψυχολογική Αξιολόγηση* 12

Ισχιαλγία 21

*Αιτιολογία της Οξείας Αυχενικής Δυσκαμψίας
στα Παιδιά* 30

Κλινικά Περιστατικά
*Πίεση του Νωτιαίου Μυελού της ΑΜΣΣ
Αντιμετώπιση με Μηχανική Διάγνωση και Θεραπεία* 33

**Ετήσια Επιστημονική Ημερίδα
του Ελληνικού Ινστιτούτου McKenzie**
Φωτογραφικά Στιγμιότυπα 37

Διπλωματούχοι – Πτυχιούχοι 39

Ετήσιο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα 42

ΕΚΔΟΤΗΣ:

ΣΠΑΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ MCKENZIE

ΕΔΡΑ:

ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ 35, ΑΝΩ ΠΑΤΗΣΙΑ

Τηλ/Φαξ: +30 210 2289654

Web Site: www.mckenziehellas.gr

E-mail: secr@mckenziehellas.gr



ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Γεώργιος Π. Σπανός
Κατερίνα Δαμανάκη



ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΣΤΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Δαμανάκη Κατερίνα
Ζούνης Μιχάλης

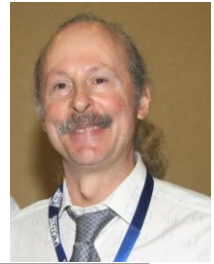


**ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ
ΚΑΙ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ**

Κατερίνα Δαμανάκη

Τιμή Τεύχους: € 7.5





ΑΠΟ ΤΗ ΣΥΝΤΑΞΗ

Το Πέρασμα Ενός Γίγαντα!

Στις 13 του Μάη 2013, έφυγε από τη ζωή, χτυπημένος από την επάρατο νόσο ο Robin Anthony McKenzie, σε ηλικία 82 ετών, στο Wellington της Νέας Ζηλανδίας.

Το θλιβερό αυτό γεγονός, ήχησε σαν βόμβα, αρχικώς στα ηλεκτρονικά ταχυδρομεία των Παραρτημάτων και των μελών της εκπαιδευτικής ομάδας του Διεθνούς Ινστιτούτου McKenzie, και μέσα σε ελάχιστες ώρες απλώθηκε σε όλον τον Πλανήτη, μέσω του ηλεκτρονικού τύπου και της κοινωνικής δικτύωσης.

Οι φίλοι του, οι μαθητές του, οι κλινικοί, οι πάσχοντες, οι θεραπευτικοί χώροι, οι ερευνητές, η παγκόσμια βιβλιογραφία, οι απλοί άνθρωποι και πάνω από όλους η οικογένειά του, χάσαμε έναν Μοναδικό Άνθρωπο.

Εξαιρετικά δύσκολο και μάλλον αδύνατο να περιγράψω τις αμέτρητες χάρες, τις μοναδικές ικανότητες, την ευφυΐα, την καρτερικότητα, το χιούμορ, τη μοναδική καλωσύνη και την αγάπη για τον άνθρωπο και τη ζωή, του Robin McKenzie... του δικού μας Robin... του δικού μου Robin!!!!...

Στην ειδική σελίδα που αναρτήθηκε στο διαδίκτυο, γράφτηκαν περισσότερες από εξήντα ολόκληρες σελίδες με απίστευτα λόγια-αφιερώσεις γι' αυτόν τον Γίγαντα, από κάθε γωνιά του πλανήτη. Σε λίγα μόνο 24ωρα. Από τους πλέον γνωστούς καθηγητές πανεπιστημίων, ερευνητές, φορείς και κορυφαίους κλινικούς έως και απλούς άγνωστους ανθρώπους που ευεργετήθηκαν από τη μέθοδό του, εκδήλωσαν την ευγνωμοσύνη τους για την υγεία και την πρόληψη που τους χάρισε..

Όποιος ρίξει μία ματιά, στην ειδική σελίδα του Διεθνούς Ινστιτούτου (Tribute Page) δεν μπορεί παρά να νιώσει δέος για το Απίστευτο Μέγεθος του Ανθρώπου!

Ο Robin έφυγε, αλλά η παγκόσμια κληρονομιά του μένει...

...όχι για να "ολοκληρωθεί μία μοναδική πορεία, αλλά για να αρχίσει μία Νέα Πορεία, για να παγιωθεί ο ρόλος της ΜΔΘ ως η πρώτη επιλογή όλων των φορέων, στην αντιμετώπιση και πρόληψη των μηχανικών μυοσκελετικών παθήσεων", όπως εύστοχα ελέχθη στο πρόσφατο Euromeeting, στο Helsinki. Άλλωστε και για μένα, αυτός ήταν, από την ίδρυση του Ελληνικού Ινστιτούτου, συνεχίζει να είναι και θα παραμείνει για την Ελλάδα κι ο δικός μου προσωπικός και διαρκής στόχος, καταγεγραμμένος και στα αρχεία του Διεθνούς Ινστιτούτου από το 1991.

Τελειώνοντας αυτό το πολύ μικρό αφιέρωμα στον Robin, θα ήθελα να αναφέρω τρία από τα άπειρα κείμενα που γράφτηκαν γι' αυτόν και το έργο του, καθώς και ένα από τα πολλά που ο ίδιος έχει πεί.

Cochrane Collaboration:

"It seems unlikely that the search for a better diagnosis through better identification of pain generators or pain identification of pathology will lead in the right direction. Alternative approaches include dropping the specific back pain model, which includes a rather heterogeneous group of patients, in favor of better classification of patients through identification of pain through movement, such as directional preference or mechanical diagnosis and therapy (that is the McKenzie Approach)". -

"Δεν φαίνεται πιθανό ότι η αναζήτηση καλύτερης διάγνωσης, μέσω του καλύτερου προσδιορισμού των πηγών του πόνου ή την αναγνώριση της παθολογίας του πόνου, θα οδηγήσει στη σωστή κατεύθυνση. Εναλλακτικές προσεγγίσεις απορρίπτουν την ύπαρξη του μοντέλου της ειδικής οσφυαλγίας, το οποίο περιλαμβάνει μία μάλλον ετερογενή ομάδα ασθενών, υπέρ της καλύτερης ταξινόμησης των ασθενών με τον προσδιορισμό του πόνου μέσω της κίνησης, όπως η προτίμηση κατεύθυνσης ή μηχανική διάγνωση και θεραπεία (που είναι η Προσέγγιση McKenzie)". Rubinstein, *Spinal Manipulative Therapy for Chronic Low-Back Pain, SPINE, volume 16, number 13.*

"Robin made a prediction to us in 1986, that in the next century, the back care treatment that would survive all of the others would be "MOVEMENT". The current spinal research has proven Robin to have been correct." - *The Board of directors, Council of Advisors, Officers, Fellows, and Members of the American Back Society.* - **Aubrey Swartz, MD, Pharm.D (USA)**

"Ο Robin, μας έκανε μία πρόβλεψη το 1986, ότι τον επόμενο αιώνα η θεραπεία για την οσφυ που θα επικρατήσει όλων των άλλων θα είναι η «ΚΙΝΗΣΗ». Στον τρέχοντα αιώνα, η έρευνα της Σπονδυλικής Στήλης απέδειξε ότι ο Robin είχε δίκιο. - *The Board of directors, Council of Advisors, Officers, Fellows, and Members of the American Back Society.* - **Aubrey Swartz, MD, Pharm.D (USA)**

"As long as the human anatomy does not change, MDT and the Institute will work for the next 1,000 years". - **R. A. McKenzie**

"Όσο η ανθρώπινη ανατομία δεν αλλάζει, η Μηχανική Διάγνωση και Θεραπεία και το Ινστιτούτο θα συνεχίσουν (να προσφέρουν στους ασθενείς και τους κλινικούς) για τα επόμενα 1000 χρόνια" - **R. A. McKenzie**

Να είστε καλά

Γιώργος Π. Σπανός