

Τόμος 2 ♦ Τεύχος 6 ♦ Απρίλιος-Ιούνιος 2003

**ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ & ΘΕΡΑΠΕΙΑ**

ΤΡΙΜΗΝΗ ΕΚΔΟΣΗ



**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: [secre@mckenziehellas.gr](mailto:secre@mckenziehellas.gr)



**ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

Γεώργιος Π. Σπανός

Κατερίνα Δαμανάκη



**ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΣΤΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ**

Γρυπάρης Γιάννης

Δρίβα Βίκυ

Ζησάκου Αναστασία

Καρσακούλιας Στάθης

Καφαμπέλης Αλέξανδρος

Μαρκοπούλου Άννα

Ρεντζιά Εύη

Τζιούμα Μάγδα

Χρυσανθόπουλος Δημήτρης



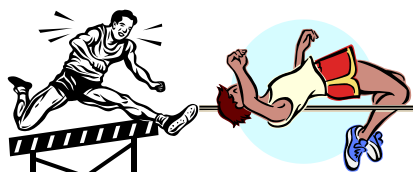
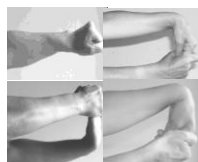
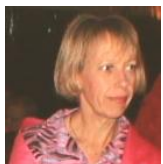
**ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ  
ΚΑΙ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ**

Κατερίνα Δαμανάκη

Τιμή Τεύχους: € 7.5

## Περιεχόμενα

Περιεχόμενα



**Σημείωμα του Εκδότη** 3

### **Συνεντεύξεις**

*Helen Clare* 5

*Senior & International Instructor  
International Director of Education  
of the Mckenzie Institute International*

### **Ανασκοπήσεις Έρευνες Άρθρα**

*Προοδευτικές Ασκήσεις Ενδυνάμωσης & Διάτασης  
και Υπέρηχοι για τη χρόνια έξω Επικονδυλίτιδα* 8

*Οι Κύκλοι του Πόνου και της Αποκατάστασης  
Βιοψυχοκοινωνική Προσέγγιση  
στο Μυοσκελετικό Πόνο* 16

*Φυσικοθεραπευτική Αντιμετώπιση  
μετά από Χειρουργείο Οσφύος* 25

*Yellow Flags –Κίτρινες Σημαιές* 28

*Σύνδρομο Υπέρχρησης στους Αθλητές* 29

**Κλινικά Περιστατικά** 32

**Ομάδες Εργασίας – Αναφορές** 36

**Μεγάλα και μικρά Νέα** 39

**Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα** 41

**Διπλωματούχοι – Πτυχιούχοι** 43

## Από τη Σύνταξη...

### Η Πανεπιστημιακή καταξίωση του Εκπαιδευτικού Προγράμματος του Ινστιτούτου Mckenzie.



Στο τεύχος αυτό θα ήθελα να σχολιάσω την αξία του εκπαιδευτικού προγράμματος του Ινστιτούτου Mckenzie.

Σε πολλές χώρες, οι Σχολές Φυσικοθεραπείας είναι πανεπιστημιακές, ισότιμες στη βαθμίδα εκπαίδευσης με τις Ιατρικές Σχολές. Έχουν, δηλαδή, πανεπιστημιακή δομή και οργάνωση, τόσο όσον αφορά στην ύλη των μαθημάτων, τα μεταπτυχιακά τμήματα, την κλινική εξάσκηση και τα συγγράμματα, όσο και στην εκπαιδευτική ιεραρχία και το προσωπικό. Πολλές Σχολές συσχετίζονται με δικές τους φυσικοθεραπευτικές κλινικές. Οι ασθενείς τις προτιμούν και πρωτίτως επιλέγουν αυτές τις φυσικοθεραπευτικές κλινικές όπως, παντού στον κόσμο, επιλέγουν τις πανεπιστημιακές ιατρικές κλινικές για να νοσηλευθούν. Η εκπαιδευτική ιεραρχία απαρτίζεται από Πρύτανη, Κοσμήτορα, Καθηγητές και Λέκτορες.

Σχολές Φυσικοθεραπείας υπάρχουν στην Αυστραλία, την Ευρώπη, Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής, Νέα Ζηλανδία κ.λπ. Σε πολλές από αυτές τις χώρες ο ρόλος των φυσικοθεραπευτών έχει αναβαθμιστεί και είναι πλέον κλινικοί «πρώτης επαφής». Λέχονται, δηλαδή, τους ασθενείς χωρίς τη μεσολάβηση παραπεμπτικού από το γιατρό. Επιπλέον, η αυτονομία τους εδραιώνεται συνεχώς, τόσο στη διαγνωστική και θεραπευτική τους αναγνώριση από το κοινωνικό σύνολο, όσο και στους φορείς ασφάλισης, ιδιωτικούς ή κρατικούς.

Στη Νέα Ζηλανδία, για παράδειγμα, ο φυσικοθεραπευτής κατόρθωσε, τελευταία, μέσω της επιστημονικής του αναγνώρισης να συντάσσει παραπεμπτικά για ακτινογραφίες ή άλλου είδους εξετάσεις ή να εντάσσει ο ίδιος τους ασθενείς στον κρατικό φορέα ασφάλισης, αντί του γιατρού. (Η συνέντευξη του G. Watson στο προηγούμενο περιοδικό μας, είναι άκρως διαφωτιστική πάνω σ' αυτό το θέμα).

Όμως κάποια χρόνια πριν, ακόμα και στη Ν. Ζηλανδία, αυτή η εξέλιξη των φυσικοθεραπευτών ήταν αδιανόητη. Όλες αυτές οι κατακτήσεις του φυσικοθεραπευτικού κλάδου δεν πραγματοποιήθηκαν μέσα σε μία μέρα. Μεσολάβησαν μακροχρόνιες προσπάθειες και κυρίως κατάλληλη Παιδεία, επιστημονική εξέλιξη και αναγνώριση.

Στην Ελλάδα, δυστυχώς, οι φυσικοθεραπευτές δεν έχουν καταφέρει ακόμη αυτές τις επιστημονικές και επαγγελματικές κατακτήσεις. Τα πάντα, ως γνωστόν, είναι συνέπεια της Παιδείας και του επιπέδου της.

Ατυχώς, οι σχολές φυσικοθεραπείας δεν είναι πανεπιστημιακές ούτε και έχουν, τουλάχιστον, τις αντίστοιχες δομές και οργάνωση.

Το ίδιο σοβαρά πάσχουν, στην ελληνική πραγματικότητα, οι περισσότερες προσπάθειες επιμόρφωσης που προσφέρονται υπό μορφή σεμιναρίων κ.λπ.. Τα περισσότερα εξ αυτών των σεμιναρίων είναι ευκαιρικά, απίστευτα υποβαθμισμένα, χωρίς πρόγραμμα, χωρίς επαρκές εκπαιδευτικό υλικό στην ελληνική γλώσσα, χωρίς αναφορές σε πρόσφατη ή αποδεκτή βιβλιογραφία, χωρίς εξέταση και follow-up ασθενών, χωρίς υποστήριξη των συμμετεχόντων μετά το πέρας του σεμιναρίου και τις περισσότερες φορές ακόμα και η παράδοση των σεμιναρίων γίνεται σε ξένη γλώσσα και όχι στην ελληνική, με αποτέλεσμα να χάνεται ο μισός χρόνος του μαθήματος στη μετάφραση.

Σε αυτή την κατάσταση και κάτω από συγκεκριμένες συνθήκες και υψηλά στάνταρτς εκπαίδευσης, επιμόρφωσης ή μετεκπαίδευσης, το πρόγραμμα της Διπλωματικής του Ινστιτούτου Mckenzie προβάλλει ως «ο από μηχανής Θεός» για όσους επιθυμούν τη μέγιστη κλινική εξειδίκευση και πανεπιστημιακή αναγνώριση ή εξέλιξη.

Το πρόγραμμα Διπλώματος της Μεθόδου Mckenzie γίνεται πλέον με τη συνεργασία του Πανεπιστημίου του Otago, στην οργάνωση και την εποπτεία. Η ύλη της Διπλωματικής αποτελεί μεταπτυχιακό πρόγραμμα του Πανεπιστημίου και περιλαμβάνει θεωρητικά μαθήματα και κλινική πρακτική.

Τα θεωρητικά μαθήματα γίνονται με το σύστημα «Εκμάθηση από Απόσταση» (Distance Learning), μέσω υπολογιστών, με πρόσβαση στη Ηλεκτρονική Βιβλιοθήκη του Πανεπιστημίου. Με αυτόν τον τρόπο, είναι σημαντικό ότι γίνονται τα θεωρητικά μαθήματα χωρίς να φύγει ο υποψήφιος από τη χώρα του και το σπίτι του!

Η επιτυχής ολοκλήρωση των θεωρητικών μαθημάτων ανοίγει το δρόμο για την κλινική εξάσκηση η οποία γίνεται σε μία, ανά τον κόσμο, κλινική Mckenzie ή στις ίδιες τις κλινικές του Πανεπιστημίου του Otago.

Το δεύτερο αυτό μέρος του διπλωματικού προγράμματος, του Ινστιτούτου Mckenzie, οδηγεί σε διάφορους πανεπιστημιακούς μεταπτυχιακούς τίτλους στη μηχανική διάγνωση και θεραπεία και καταλήγει σε Masters of Science ή PhD.

Το Διπλωματικό πρόγραμμα του Ινστιτούτου Mckenzie, δεν έχει υιοθετηθεί μόνο από το Πανεπιστήμιο του Otago. Το Πανεπιστήμιο του Cheltenham στη Σκωτία, αναγνωρίζει, ανάλογα με το μεταπτυχιακό πρόγραμμα που παρέχει, μέρος ή το σύνολο της εκπαίδευσης του Ινστιτούτου Mckenzie. Έτσι, όσο περισσότερες εκπαιδευτικές σειρές έχει παρακολουθήσει ο υποψήφιος από το πρόγραμμα του Ινστιτούτου, π.χ. Α, Β, Γ, Δ, Ε, Εξετάσεις Ελάχιστης Κλινικής Επάρκειας, Δίπλωμα, τόσο πιο λίγα μαθήματα θα χρειαστεί για να ολοκληρώσει το μεταπτυχιακό του Πανεπιστημίου. Ανάλογα είναι τα πράγματα και στις Σκανδιναβικές χώρες, την Αμερική και την Αυστραλία.

Το εκπαιδευτικό λοιπόν πρόγραμμα του Ινστιτούτου Mckenzie, είναι ο καταλληλότερος βαθύρας εκκίνησης, για όλους τους Έλληνες συναδέλφους που θέλουν να έχουν Πανεπιστημιακή αναγνώριση ή Μεταπτυχιακούς Πανεπιστημιακούς τίτλους και παράλληλα να γίνουν πολύ καλοί, έμπειροι και αξιόπιστοι κλινικοί στις μυοσκελετικές παθήσεις του ανθρώπινου σώματος.

Η πορεία είναι δύσκολη, τόσο στα θεωρητικά όσο και στα κλινικά-πρακτικά μαθήματα, η δε επάρκεια της αγ-

γλικής γλώσσας πρέπει να είναι υψηλού επιπέδου (TOEFL, Proficiency). Κανένας όμως πανεπιστημιακός τίτλος δεν είναι εύκολος, πόσο μάλλον όταν γίνεται στα Αγγλικά!

Από την άλλη πλευρά, με μία τέτοιου επιπέδου κατάρτιση, μπορούμε να ελπίζουμε στην επιστημονική και κοινωνική μας αναγνώριση αλλά και στις επαγγελματικές κατακτήσεις τις οποίες απολαμβάνουν οι συνάδελφοί μας φυσικοθεραπευτές σε άλλες χώρες.

ΟΡΑΜΑ ΚΑΙ ΤΟΛΜΗ χρειαζόμαστε και με αυτά ΠΙΕΤΥΧΑΙΝΟΥΜΕ!



## 8th McKenzie Institute International Conference

In conjunction with the Mckenzie Institute International

**McKenzie:**  
**A system for all Mechanical Musculoskeletal Disorders**

**12-14 September 2003,**

**Conference  
Chairman:**

Prof. Franco Postacchini M.D

**Conference  
Coordinator:**

Antoine Gemayel PT, Dip.

**Scientific  
Committee:**

Alessandro Aina (Chairman) PT. Dip.MDT  
Eva Buiati M.D  
Helen Clare PT., Dip. MDT, MappSC  
Nico De Bruine PT., Dip. MDT, Dip MT  
Antonio Lenzini PT., Dip. MDT  
Sara Luetchford PT., Dip. MDT  
Stephen May PT., Dip. MDT  
Tomasz Stengert MD., Dip. MD

Περισσότερες πληροφορίες : [www.zeroseicongressi.it](http://www.zeroseicongressi.it)