



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

Γρυπάρης Γιάννης
Δαμανάκη Κατερίνα
Δρίβα Βίκυ
Ζησάκου Αναστασία
Καρτσακούλιας Στάθης
Καφαμπέλης Αλέξανδρος
Μαρκοπούλου Άννα
Πούλιου Αλεξάνδρα
Σιφναίος Δημήτρης
Σταφυλάκης Παναγιώτης
Τρούλη Μαριάννα
Τσακίρη Γεωργία
Χρυσανθόπουλος Δημήτρης



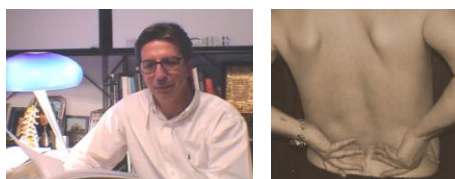
**ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ
ΚΑΙ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ**

Κατερίνα Δαμανάκη

Τιμή Τεύχους: € 7.5

Περιεχόμενα

Περιεχόμενα



Σημείωμα του Εκδότη 3

Συνεντεύξεις

Γεώργιος Σάπκας 5
Αναπλ. Καθηγητής Ορθοπαιδικής
της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών

Ανασκοπήσεις Έρευνες Άρθρα

Η αξιοπιστία μεταξύ των εξεταστών, στην
αξιολόγηση της οσφυαλγίας, χρησιμοποιώντας
τη μέθοδο Mckenzie 11

Ένα Μαχαίρι στην Πλάτη 20
Είναι το χειρουργείο η καλύτερη προσέγγιση
στο χρόνια πόνο;

Σπονδυλικός Πόνος: Μπροστά στην Πρόκληση 26
Θεραπεία Ασθενών με κινητοποίηση Νευρικού Ιστού
και τη μέθοδο Mckenzie - Μελέτη Περιστατικού 31

Σωστή Στάση – Ένα σημαντικό αλλά ακόμη
υποτιμημένο εργαλείο 34

Ζώνες σήματος υψηλής έντασης 25
σε μαγνητικές τομογραφίες του οσφυϊκού δίσκου

Κλινικά Περιστατικά 39

Ομάδες Εργασίας – Αναφορές 42

Μεγάλα και μικρά Νέα 43

Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα 44

Από τη Σύνταξη...



Με το 8^ο τεύχος που κρατάτε στα χέρια σας, συμπληρώνεται και ο δεύτερος χρόνος έκδοσης του περιοδικού μας «ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ».

Ένα χρόνο πριν έγραφα ότι εφ' όσον θα κατορθώναμε να κλείσουμε τον πρώτο χρόνο έκδοσης, δηλαδή τα 4 πρώτα τεύχη, τότε θα τα καταφέραμε και για όλα τα επόμενα. Αυτό έγινε. Το γεγονός αυτό από μόνο του αποτελεί σημαντικό «επίτευγμα» για τα ελληνικά δεδομένα. Όλοι μας γνωρίζουμε ότι προσπάθειες άλλων επιστημονικών χώρων Φυσικοθεραπείας κατέληξαν, το καλύτερο, στην έκδοση ενός ή δύο τευχών ανά έτος ή διετία. Και αυτό είναι κατανοητό. Οι απαιτήσεις έκδοσης ενός περιοδικού είναι τεράστιες και μία σταθερή συχνότητα έκδοσης απαιτεί υποδομές, χρόνο και πάρα πολλή δουλειά που, τουλάχιστον ανάμεσα στους εξειδικευμένους φυσικοθεραπευτικούς χώρους, το Ελληνικό Ινστιτούτο Mckenzie διαθέτει και μάλιστα με πολύ... «μεράκι και αγάπη». Και δεν είναι μόνο η συχνότητα έκδοσης που έφερε έναν άνεμο αλλαγής στις εκδόσεις επιστημονικών περιοδικών. Είναι και η πλούσια ύλη από τη σύγχρονη ελληνική και διεθνή βιβλιογραφία, όπως επίσης και οι συνεντεύξεις που φιλοξενεί το περιοδικό μας. Συνεντεύξεις με τα πλέον εκλεκτά μέλη των σχολών Φυσικοθεραπείας καθώς και με καθηγητές των ορθοπαιδικών εδρών της χώρας μας. Δεν ξεχνούμε βέβαια και τα καταξιωμένα μέλη της δικής «Οικογένειας», όπως τον R. Mckenzie, τον G. Watson, την H. Clare.

Το περιοδικό, όμως, είναι ένα από τα σημαντικά και ξεχωριστά γεγονότα που καταγράφονται στο ενεργητικό του Ελληνικού Ινστιτούτου Mckenzie. Υπάρχουν και άλλα, που επίσης είναι μοναδικά και αποτελούν αδιάσπαστους κρίκους, στην έννοια της συνεχούς εκπαίδευσης που παρέχει σε όλους τους κλινικούς, πέραν τους βασικού εκπαιδευτικού κύκλου. Είναι οι επιστημονικές μας Ημερίδες, τα Συνεδριά μας, οι ομάδες Εργασίας, το πάντα ενημερωμένο Site μας. Θα αναφέρω λίγα πράγματα μόνο για την κάθε μία από αυτές τις δραστηριότητες και σε κάποιο προσεχές περιοδικό θα μιλήσω εκτενέστερα.

Ξεκινώντας από το Site μας, δικαίως θα έλεγα θεωρείται το πλέον ενημερωμένο στο χώρο της Φυσικοθεραπείας και όχι μόνο. Εάν το επισκεφθείτε, θα βρείτε σημαντικά μεγάλη ύλη τόσο από τη σκοπιά του ασθενούς, όσο και από τη σκοπιά του κλινικού. Θα βρείτε βεβαίως, λεπτομέρειες όλες τις δραστηριότητές μας, όπως το εκπαιδευτικό πρόγραμμα, τα βιβλία μας, το περιοδικό μας, τις ημερίδες και τα συνεδριά μας και από φέτος, πολλή μεγάλη βιβλιογραφία.

Οι Ομάδες Εργασίας, είναι μία ξεχωριστή δραστηριότητα του Ελληνικού Ινστιτούτου McKenzie. Συμμετέχουν σε αυτές οι πτυχιούχοι Ελάχιστης Κλινικής Επάρκειας της μεθόδου Mckenzie. Συναντώνται σε προκαθορισμένες ημερομηνίες του έτους. Το πρόγραμμα των συναντήσεων τους περιλαμβάνει θεραπεία ή follow-up ασθενών, ανάλυση κλινικών περιστατικών, εφαρμογή θεραπευτικών ή διαγνωστικών διαδικασιών, συζήτηση και ενημέρωση επί σημαντικών άρθρων της βιβλιογραφίας και παρουσίαση εργασιών στη Μηχανική Διάγνωση και Θεραπεία διαφόρων μυοσκελετικών παθήσεων. Οι Ομάδες εργασίας προσφέρουν σημαντικότερη βοήθεια και συνεχή επιμόρφωση σε όλους όσους συμμετέχουν, παρέχοντας υψηλού επιπέδου κλινική εξέλιξη στους κατόχους της Ελάχιστης Κλινικής Επάρκειας. Δικαίωμα απλής συμμετοχής στις ομάδες εργασίας έχουν και όσοι έχουν παρακολουθήσει την Α και Β εκπαιδευτική σειρά του εκπαιδευτικού κύκλου της μεθόδου Mckenzie.

Φυσική συνέχεια των δραστηριοτήτων των ομάδων εργασίας, είναι η οργάνωση Ημερίδων και Συνεδρίων.

Μέσω των Ημερίδων, ανακοινώνουμε στον κλινικό κόσμο τα επιτεύγματα της μεθόδου Mckenzie, στη Διάγνωση, Θεραπεία Πρόληψη και Πρόγνωση των μηχανικών παθήσεων του Μυοσκελετικού Συστήματος. Μία τέτοια ημερίδα, την τέταρτη κατά σειρά, οργανώνει το Ινστιτούτο μας με τη συνεργασία του Αναπληρωτή καθηγητή της ορθοπαιδικής κ. Γ. Σάπκα, με θέμα: «Η κατά Mckenzie αντιμετώπιση της Οσφυαλγίας /Αυχεναλγίας μηχανικής προέλευσης». Σας προσκαλούμε, λοιπόν, όλους ανεξαίρετως, να παρακολουθήσετε τις εργασίες αυτής της Ημερίδας. Θα συμμετέχει το Επιστημονικό δυναμικό του Ελληνικού Ινστιτούτου και καθηγητές της Ορθοπαιδικής μαζί με μία ομάδα καταξιωμένων ιατρών, με σκοπό την εμπάθυνση στις δυνατότητες της μεθόδου. Η Ημερίδα θα πραγματοποιηθεί στις 28 Φεβρουαρίου, στο Αμφιθέατρο του Νοσοκομείου «ΕΡΡΙΚΟΣ ΝΤΥΝΑΝ» και οι εισοδος θα είναι ελεύθερη για όλους.

Φυσικά Ακολουθεί το μεγαλύτερο παγκόσμιο γεγονός στον τομέα της Μηχανικής Διάγνωση και Θεραπείας των Μυοσκελετικών Παθήσεων. Είναι το 9^ο ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ του Διεθνούς Ινστιτούτου Mckenzie, που θα πραγματοποιηθεί στις 3-5 Ιουνίου 2005, στη Χερσόνησο Ηρακλείου Κρήτης, στο συνεδριακό Κέντρο CRETA MARIS. Αλλά, για το γεγονός αυτό, ορόσημο στα ελληνικά δρώμενα του χώρου της φυσικοθεραπείας, θα επανέλθω αρκετές φορές, στα επόμενα τεύχη.

Το Ελληνικό Ινστιτούτο Mckenzie, έχει ένα όραμα. Να δώσει στη Φυσικοθεραπεία τη θέση που της αξίζει, μέσα στην κλινική κοινότητα. Να αποκτήσουν πραγματικά, επιτέλους, οι Φυσικοθεραπευτές την ισότιμη θέση που τους ανήκει, μεταξύ όλων των φορέων στο χώρο της Υγείας. Και θα το πετύχουμε, γιατί το θέλουμε και γιατί εργαζόμαστε σκληρά σε αυτήν την κατεύθυνση.

Πλησιάζουν όμως γιορτές, Χριστούγεννα και Νέο Έτος...

Εύχομαι ολόψυχα, σε όλους σας, Χρόνια Πολλά,

Ειρήνη, Υγεία και Προκοπή για το 2004!