



Περιεχόμενα



Σημείωμα του Εκδότη	3
Συνεντεύξεις	
<i>Στέλιος Ρόσμπογλου</i>	4
<i>Καθηγητής Σχολής Φυσικοθεραπείας</i> <i>T.E.I. Θεσσαλονίκης</i>	
Ανασκοπήσεις Έρευνες Άρθρα	
<i>Θέματα Έρευνας – Μία Σειρά Άρθρων (Μέρος Α')</i>	8
<i>Αντιμετώπιση ενός Προβλήματος της ΑΜΣΣ</i>	13
<i>Πόνος, Περιορισμοί Δραστηριοτήτων</i> <i>και Δυσλειτουργία. Πώς η Αποκατάσταση μπορεί</i> <i>να βοηθήσει;</i>	19
<i>Οδηγίες Εργονομίας για το σχεδιασμό</i> <i>θέσης εργασίας σε Η/Υ.</i> <i>10 Βήματα για χειριστές Η/Υ</i>	21
<i>Συντηρητική Αντιμετώπιση Αυχεναλγίας-Βραχιαλγίας</i> <i>με τη μέθοδο McKenzie</i>	25
Κλινικά Περιστατικά	29
Μεγάλα και μικρά Νέα	33
Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα	39
Διπλωματούχοι – Πτυχιούχοι	41
Μηχανικής Διάγνωσης και Θεραπείας του Ελληνικού Ινστιτούτου McKenzie	

Τόμος 3 ♦ Τεύχος 1 ♦ Ιανουάριος-Μάρτιος 2004

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
E-mail: secr@mckenziehellas.gr



ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Γεώργιος Π. Σπανός
Κατερίνα Δαμανάκη



ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΣΤΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Βασιλείου Κων/νος
Γρυπάρης Γιάννης
Δαμανάκη Κατερίνα
Δρίβα Βίκυ
Ζησάκου Αναστασία
Καρτσακούλιας Στάθης
Καψαμπέλης 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



Η Ημερίδα, που άλλαξε τα δεδομένα

Στο προηγούμενο τεύχος του περιοδικού μας, «ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ & ΘΕΡΑΠΕΙΑ», έγραφα ότι υπάρχουν σημαντικά και ξεχωριστά γεγονότα και δραστηριότητες που καταγράφονται στο ενεργητικό του Ελληνικού Ινστιτούτου του Mckenzie.

Τα γεγονότα αυτά και οι δραστηριότητες αποτελούν τους αδιάσπαστους κρίκους στη φιλοσοφία της διαρκούς εκπαίδευσης, που το Ινστιτούτο παρέχει σε όλους τους κλινικούς, πέραν του βασικού εκπαιδευτικού κύκλου της μεθόδου Mckenzie.

Μία λοιπόν από τις δραστηριότητες αυτές, είναι η διοργάνωση επιστημονικών Ημερίδων και Συνεδρίων.

Ας πάρουμε όμως τα γεγονότα από την αρχή.

Στις 28 Φεβρουαρίου 2004, πραγματοποιήθηκε στο Αμφιθέατρο του Νοσοκομείου «Ερρίκος Ντυνάν» επιστημονική Ημερίδα του Ινστιτούτου μας σε συνδιοργάνωση με τον αναπληρωτή καθηγητή Ιατρικής του Πανεπιστημίου Αθηνών, κύριο Γεώργιο Σάπκα, με τίτλο «Αυχεναλγία – Οσφυαλγία Μηχανικής Αιτιολογίας. Η κατά Mckenzie Θεραπευτική Προσέγγιση και Αντιμετώπιση».

Την Ημερίδα τίμησαν με την παρουσία τους καταξιωμένοι ιατροί ορθοπεδικοί και πανεπιστημιακοί καθηγητές ορθοπδικής και φυσικά το σύνολο σχεδόν των μελών, διπλωματούχων ή πτυχιούχων του Ινστιτούτου μας.

Η συμμετοχή των συνέδρων ξεπέρασε κάθε προσδοκία. Για πρώτη φορά από όσο θυμάμαι, πάνω από 150 άτομα βρήκαν «θέση» μόνο στο πάτωμα, αφού άλλους καθιστούς και ορθίους, δεν χωρούσε η αίθουσα.

Όμως εκείνο που «άλλαξε τα δεδομένα» είναι αφενός τα θέματα αυτά καθαυτά, που ανήκουν πλήρως τη θεματολογία του εκπαιδευτικού και κλινικού προγράμματος της μεθόδου και αφ' ετέρου η θέση των ειδικευμένων στη μέθοδο φυσικοθεραπευτών που έδωσαν σαφέστατα και με επιστημονικά κριτήρια τις δυνατότητες της μεθόδου.

Τα δεδομένα, λοιπόν, άλλαξαν διότι, επιτέλους, περιγράφηκε και αναλύθηκε με σαφήνεια η μηχανική αιτιολογία της Αυχεναλγίας-Οσφυαλγίας. Με άλλα λόγια, περιγράφηκε η επικράτηση και η φυσική ιστορία της Αυχεναλγίας – Οσφυαλγίας, οι επιβαρυντικοί και προγνωστικοί παράγοντες, τα είδη και οι ιδιότητες του μηχανικού και χημικού πόνου, οι πιθανές ανατομικές πηγές του πόνου, η διαγνωστική του επώδυνου δίσκου, κ.τλ.

Τα δεδομένα άλλαξαν διότι αναλύθηκαν περιεκτικά και ουσιαστικά, αφ' ενός οι διαγνωστικές, προληπτικές, προγνωστικές και θεραπευτικές ικανότητες της μεθόδου Mckenzie και αφ' ετέρου η θέση της στη φαρμακολογία, στο χρόνιο σπονδυλικό πόνο, στους αυχενικούς τραυματισμούς τύπου «μαστιγίου», στην κεφαλαλγία και μετεγχειρητική αγωγή της οσφύς ή αυχενικής δισκεκτομής.

Τέλος, τα δεδομένα άλλαξαν διότι για πρώτη φορά, τόσο μαζικά, η φυσικοθεραπεία και συγκεκριμένα οι ειδικευμένοι, στη μέθοδο Mckenzie, συνάδελφοι ενημέρωσαν τους γιατρούς, επεμβατικούς ή μη κλινικούς, γιατί η θεραπευτική προσέγγιση των μηχανικών προβλημάτων, δεν μπορεί να επαφίεται σε ανυποστήρικτες και εσφαλμένες διαδικασίες φυσικών μέσων. Το σημαντικότερο, ίσως όμως, είναι ότι οι γιατροί όχι μόνο κατανόησαν αλλά διαπίστωσαν και το μέγεθος της γνώσης που έχουν οι φυσικοθεραπευτές, στα πάσης φύσης μυοσκελετικά προβλήματα. Η διαρκής εκπαίδευση, όμως, από το Ινστιτούτο μας συνεχίζεται και με τις υπόλοιπες δραστηριότητές του. Το επόμενο πολύ μεγάλο γεγονός είναι το παγκόσμιο συνέδριό μας που θα γίνει στις 3-5 Ιουνίου 2005, το οποίο έχουμε ήδη ανακοινώσει και θα επανέλθουμε, καθώς ο χρόνος πλησιάζει.

Πάντως, εκείνο που αβίαστα φαίνεται να προκύπτει, είναι το γεγονός ότι τόσο η φυσικοθεραπεία, όσο και η ιατρική, έχουν ανάγκη τέτοιων επιστημονικών εκδηλώσεων, Ημερίδων ή Συνεδρίων, σε σταθερή συχνότητα.

Εμείς, στο Ελληνικό Ινστιτούτο Mckenzie και πάντα μέσα στα πλαίσια του στόχου μας, που είναι η διαρκής εκπαίδευση των κλινικών, σκεφτόμαστε σοβαρά να πραγματοποιούμε σε τακτά διαστήματα Συνέδρια ή Ημερίδες, και μετά το πέρας του 9^{ου} Παγκοσμίου Συνεδρίου μας.

Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους τους ομιλητές της Ημερίδας για τις πολύ ενδιαφέρουσες παρουσιάσεις τους, τα προεδρεία που φρόντισαν για τη σωστή κατανομή του χρόνου και τις ζωηρές συζητήσεις, αλλά και όλους όσους συμμετείχαν ως σύνεδροι και μας τίμησαν με την παρουσία τους.

Το Ελληνικό Ινστιτούτο Mckenzie υπόσχεται ότι θα είναι πάντα στη πρώτη γραμμή της ενημέρωσης των Φυσικοθεραπευτών και γιατρών στα θέματα που το αφορούν και που δεν είναι άλλα από τα προβλήματα του μυοσκελετικού συστήματος του ανθρώπινου σώματος.

Το Ελληνικό Ινστιτούτο θα δημιουργεί πάντα ένα επιστημονικό βήμα από το οποίο θα ακούγονται όλες οι απόψεις...

