

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

---

ANTENΔΕΙΞΕΙΣ .....	15
<b>1 ΚΑΤΑΓΜΑΤΑ</b>	
Είδη καταγμάτων .....	31
Ταξινόμηση καταγμάτων .....	31
Κλινική εικόνα .....	35
Πώρωση .....	35
Θεραπεία .....	35
Ανάταξη .....	35
Ακινητοποίηση .....	35
Λειτουργική αποκατάσταση (φυσικοθεραπεία) .....	35
Επιπλοκές καταγμάτων .....	36
Άμεσες επιπλοκές καταγμάτων .....	36
Κακώσεις σπλάχνων, αγγείων, νεύρων .....	37
Σύνδρομο διαμερίσματος .....	37
Ισχαιμική συρρίκνωση ή σύνδρομο του Volkmann .....	37
Θρομβοεμβολή .....	44
Λιπώδης εμβολή .....	44
Απώτερες επιπλοκές καταγμάτων .....	44
Ετερότοπη οστεοποίηση .....	44
Αλγοδυστροφία .....	53
Καθυστερημένη πώρωση .....	59
Ψευδάρθρωση .....	60
Ισχαιμική νέκρωση .....	61
Πώρωση σε πλημμελή θέση .....	61
Κατακλίσεις .....	62
Βράχυνση του οστού .....	62
Διάστρεμμα – Εξάρθρημα – Υπερεξάρθρημα .....	63
Ταξινόμηση .....	63
Κλινική εικόνα .....	63
Θεραπεία .....	63

<b>2</b>	<b>ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΩΜΙΚΗΣ ΖΩΝΗΣ ΚΑΙ ΘΩΡΑΚΑ</b>	
	Κάταγμα κλείδας	65
	Κάταγμα ωμοπλάτης	65
	Κάταγμα πλευρών	66
<b>3</b>	<b>ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΤΟΥ ΩΜΟΥ</b>	
	Κατάγματα του άνω τριτημορίου και της διάφυσης του βραχιονίου οστού	67
	Κάταγμα της κεφαλής του βραχιονίου	67
	Κάταγμα μείζονος βραχιονίου ογκώματος	67
	Κάταγμα ελάσσονος βραχιονίου ογκώματος	68
	Κάταγμα του χειρουργικού αυχένα του βραχιονίου οστού	68
	Κάταγμα του ανατομικού αυχένα του βραχιονίου οστού	69
	Κάταγμα της διάφυσης του βραχιονίου οστού	69
	Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα της περιοχής του ώμου, άνω τριτημορίου και μεσότητας του βραχιονίου	70
	Στάδιο ακινητοποίησης	70
	Στάδιο κινητοποίησης	71
	Στάδιο ενδυνάμωσης	75
	Επιπλοκές	78
	Εξάρθρημα ώμου	78
	Ταξινόμηση	78
	Πρόσθιο εξάρθρημα	78
	Οπίσθιο εξάρθρημα	79
	Καθέξιν εξάρθρημα	80
	Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε εξάρθρημα του ώμου	80
	Στάδιο ακινητοποίησης	80
	Στάδιο κινητοποίησης	81
	Στάδιο ενδυνάμωσης	84
	Ρήξη μυοτενόντιου πετάλου του ώμου	89
	Ρήξη του τένοντα της μακράς κεφαλής του δικεφάλου βραχιονίου	90
	Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε ρήξεις των τενόντων των μυών του ώμου	91
	Πρώιμο μετεγχειρητικό στάδιο	91
	Όψιμο μετεγχειρητικό στάδιο	92
<b>4</b>	<b>ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΤΟΥ ΑΓΚΩΝΑ</b>	
	Κατάγματα του κάτω τριτημορίου του βραχιονίου	97
	Υπερκονδύλιο κάταγμα του βραχιονίου	97
	Δια-υπερκονδύλιο κάταγμα του βραχιονίου τύπου T ή Y	98
	Κάταγμα έσω-έξω επικονδύλου (παρατροχίλιας - παρακονδύλιας απόφυσης)	98
	Κάταγμα έσω – έξω κονδύλου	99
	Κατάγματα άνω τριτημορίου και διάφυσης του αντιβραχίου	99
	Κάταγμα ωλεκράνου	100
	Κάταγμα κεφαλής κερκίδας	100
	Κάταγμα – εξάρθρημα Monteggia	101
	Κάταγμα – εξάρθρημα Galeazzi	101
	Κάταγμα της μεσότητας της αντιβραχίου	102

Κάταγμα της μεσότητας του αντιβραχίου σε παιδιά .....	102
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα της περιοχής του αγκώνα .....	102
Στάδιο ακινητοποίησης .....	103
Στάδιο κινητοποίησης .....	104
Στάδιο ενδυνάμωσης .....	108
Επιπλοκές .....	113
Εξάρθρημα του αγκώνα .....	113
Ταξινόμηση .....	113
Οπίσθιο εξάρθρημα .....	113
Πρόσθιο εξάρθρημα .....	114
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε εξάρθρημα του αγκώνα .....	114
Στάδιο ακινητοποίησης .....	114
Στάδιο κινητοποίησης .....	118
Στάδιο ενδυνάμωσης .....	120
Υπεξάρθρημα της κεφαλής της κερκίδας σε παιδιά .....	125
<b>5 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΤΟΥ ΚΑΡΠΟΥ – ΑΚΡΑΣ ΧΕΙΡΑΣ</b>	
Κατάγματα του κάτω τριτημορίου του αντιβραχίου, της περιοχής του καρπού και των δακτύλων .....	127
Κάταγμα Colles .....	127
Κάταγμα Smith .....	128
Κάταγμα Barton .....	128
Κάταγμα – εξάρθρημα Bennett .....	128
Κάταγμα – εξάρθρημα Rolando .....	129
Κάταγμα σκαφοειδούς .....	129
Κάταγμα μετακαρπίου .....	129
Κάταγμα φάλαγγας δακτύλου .....	130
Κάταγμα – εξάρθρημα άρθρωσης δακτύλου .....	130
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα του καρπού και των δακτύλων .....	130
Στάδιο ακινητοποίησης .....	130
Στάδιο κινητοποίησης .....	131
Στάδιο ενδυνάμωσης .....	133
Επιπλοκές .....	136
<b>6 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΥΕΛΙΚΗΣ ΖΩΝΗΣ</b>	
Κάταγμα κοτύλης .....	137
Εξάρθρημα του ισχίου .....	138
Ταξινόμηση .....	138
Οπίσθιο εξάρθρημα .....	138
Πρόσθιο εξάρθρημα .....	139
Κεντρικό κάταγμα – εξάρθρημα (ενδοκοτυλικό) .....	140
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας .....	140
Στάδιο ακινητοποίησης .....	140
Στάδιο κινητοποίησης .....	146
Στάδιο ενδυνάμωσης .....	150

<b>7</b>	<b>ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΤΟΥ ΙΣΧΙΟΥ</b>	
	Κατάγματα του άνω τριτημορίου και της διάφυσης του μηριαίου οστού	157
	Κάταγμα της κεφαλής του μηριαίου	157
	Κάταγμα του αυχένα του μηριαίου	157
	Διατροχαντήριο κάταγμα	158
	Υποτροχαντήριο κάταγμα	159
	Κάταγμα διάφυσης του μηριαίου	159
	Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα της λεκάνης και σε κατάγματα του άνω τριτημορίου και της διάφυσης του μηριαίου	160
	Στάδιο ακινητοποίησης	161
	Στάδιο κινητοποίησης	168
	Στάδιο ενδυνάμωσης	172
	Επιπλοκές	178
<b>8</b>	<b>ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΤΟΥ ΓΟΝΑΤΟΣ</b>	
	Κατάγματα του κάτω τριτημορίου του μηριαίου	179
	Υπερκονδύλιο κάταγμα του μηριαίου	179
	Κάταγμα των κονδύλων του μηριαίου (ενδαρθρικά υπερ – διακονδύλια)	179
	Κάταγμα επιγονατίδας	180
	Κατάγματα άνω τριτημορίου κνήμης και διάφυσης κνήμης – περόνης	180
	Κάταγμα κνημιαίου κονδύλου (έσω ή έξω)	181
	Κάταγμα κεφαλής περόνης	182
	Κάταγμα μεσότητας κνήμης – περόνης	182
	Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα του κάτω τριτημορίου του μηριαίου, της επιγονατίδας, του άνω τριτημορίου και της διάφυσης της κνήμης – περόνης	183
	Στάδιο ακινητοποίησης	183
	Στάδιο κινητοποίησης	188
	Στάδιο ενδυνάμωσης	192
	Επιπλοκές	198
	Συνδεσμικές κακώσεις της άρθρωσης του γόνατος	198
	Πλάγιος σύνδεσμοι του γόνατος	198
	Έσω πλάγιος σύνδεσμος του γόνατος	198
	Έξω πλάγιος σύνδεσμος του γόνατος	199
	Μηχανισμοί κάκωσης	199
	Κλινική εικόνα	199
	Φυσικοθεραπευτική αξιολόγηση	199
	Valgus test	200
	Varus test	201
	Αντιμετώπιση	201
	Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε μεμονωμένη ρήξη του έσω – έξω πλάγιου συνδέσμου (συντηρητική αντιμετώπιση)	201
	Οξύ στάδιο	201
	Υποξύ – χρόνιο στάδιο	202
	Χιαστοί σύνδεσμοι	207

Ρόλος των χιαστών συνδέσμων .....	207
Μηχανισμοί κάκωσης .....	207
Πρόσθιος χιαστός .....	207
Οπίσθιος χιαστός .....	207
Κλινική εικόνα .....	207
Φυσικοθεραπευτική αξιολόγηση .....	207
Αντιμετώπιση .....	208
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας μετά από αποκατάσταση του πρόσθιου χιαστού με αυτομόσχευμα επιγονατιδικού τένοντα .....	209
Προεγχειρητική φυσικοθεραπεία .....	209
Μετεγχειρητική φυσικοθεραπεία .....	210
Μηνίσκοι .....	221
Λειτουργίες των μηνίσκων .....	221
Μηχανισμοί κάκωσης .....	222
Ταξινόμηση .....	223
Κλινική εικόνα .....	223
Φυσικοθεραπευτική αξιολόγηση .....	223
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κάκωση μηνίσκων .....	225
Προεγχειρητική φάση .....	225
Μετεγχειρητική φάση .....	226
Φάση μέγιστης προστασίας (0 – 3 εβδομάδες) .....	226
Φάση μέτριας προστασίας (3 – 7) εβδομάδες) .....	227
Φάση δραστηριότητας και σταδιακής επιστροφής στην προ του τραυματισμού κατάσταση .....	229
Τραυματικό αίμαρθρο γόνατος .....	233
Τραυματικό ύδραρθρο γόνατος .....	233
<b>9 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΠΟΔΟΚΝΗΜΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΚΡΟΥ ΠΟΔΑ</b>	
Κατάγματα κάτω τριτημορίου κνήμης και ποδοκνημικής .....	235
Κάταγμα σφυρών .....	235
Ενδαρθρικό κάταγμα του κάτω τριτημορίου της κνήμης .....	236
Κάταγμα αστραγάλου .....	236
Κάταγμα πτέρνας .....	237
Κάταγμα σκαφοειδούς .....	238
Κάταγμα μεταταρσίων .....	238
Κάταγμα φαλαγγών των δακτύλων .....	238
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα του κάτω τριτημορίου της κνήμης και της ποδοκνημικής .....	239
Στάδιο ακινητοποίησης .....	239
Στάδιο κινητοποίησης .....	242
Στάδιο ενδυνάμωσης .....	246
Επιπλοκές .....	248
Ρήξη Αχίλλειου τένοντα .....	248
Μηχανισμός κάκωσης .....	248

Κλινική εικόνα	248
Κλινική εξέταση	249
Αντιμετώπιση	249
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε ρήξη του αχίλλειου τένοντα	249
Στάδιο ενδυνάμωσης	250
Διάστρεμμα ποδοκνημικής άρθρωσης	253
Μηχανισμός κάκωσης	254
Κλινική εικόνα	254
Φυσικοθεραπευτική αξιολόγηση	255
Αντιμετώπιση	255
<b>10 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΣΠΟΝΔΥΛΙΚΗΣ ΣΤΗΛΗΣ</b>	
Κακώσεις αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης	259
Μηχανισμός κάκωσης	259
Κακώσεις στο άνω τμήμα της αυχενικής μοίρας ( $A_1-A_2$ )	259
Κάταγμα του άτλαντα	259
Εξάρθρημα ατλαντοαξονικής άρθρωσης	260
Κάταγμα του οδόντος του $A_2$	260
Κακώσεις στο κάτω τμήμα της αυχενικής μοίρας ( $A_3-A_7$ )	260
Συνδεσμική κάκωση – υπεξάρθρημα $A_3 - A_7$	260
Εξάρθρημα $A_3 - A_7$	260
Κάταγμα – εξάρθρημα από υπερέκταση $A_3 - A_7$	261
Συμπιεστικό σφηνοειδές κάταγμα	261
Εκρηκτικό κάταγμα	261
Κάταγμα «εν είδει σταγόνας δακρύων»	261
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα – εξάρθρημα της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης	261
Στάδιο ακινητοποίησης	262
Στάδιο κινητοποίησης	266
Στάδιο ενδυνάμωσης	269
Συχνότητα κακώσεων αυχενικής μοίρας	273
Κακώσεις θωρακικής και οσφυϊκής μοίρας της σπονδυλικής στήλης	274
Συμπιεστικό – σφηνοειδές κάταγμα	274
Εκρηκτικό κάταγμα	274
Ενδεικτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας σε κατάγματα της θωρακικής και της οσφυϊκής μοίρας (χωρίς νευρολογική βλάβη)	274
Στάδιο ακινητοποίησης	275
Στάδιο κινητοποίησης	278
Στάδιο ενδυνάμωσης	281
<b>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΒΑΔΙΣΗ</b>	284