

CUPRINS

CUVÂNT ÎNAINTE	9
----------------------	---

Capitolul I.

TELERECUPERAREA – BENEFICII, LIMITE, APLICAȚII – ELENA TAINA AVRAMESCU, MARJAN MIHAJLOV, ALIN BURILEANU	15
---	----

1.1. Introducere	17
1.2. Arii de intervenție.....	18
1.3. Beneficii	23
1.4. Limitări.....	24
1.5. Privire de ansamblu asupra abordărilor digitale actuale în telerecuperare.....	26
1.5.1. Telerecuperarea bazată pe imagine	27
1.5.2. Medii virtuale și realitatea virtuală în telerecuperare.....	28
1.5.3. Neuro-recuperare asistată robotic.....	31
1.5.4. Telerecuperarea bazată pe senzori și aplicații mobile.....	31
1.6. Cum să selectăm cea mai bună tehnologie?	37
1.7. Arhitectura unei soluții de telemedicină pentru kinetoterapie	44
1.8. Considerații legislative.....	46

Capitolul II.

STUDII DE CAZ ȘI PROTOCOALE DE TELERECUPERARE ÎN PATOLOGIA COLOANEI VERTEBRALE - IRINA GEORGIA GHIAȚĂ, ELENA TAINA AVRAMESCU	57
--	----

2.1. Spondiloza cervicală - studiu de caz.....	59
2.2. Lordoza lombară - studiu de caz.....	69
2.3. Nevralgie sciatică - studiu de caz.....	76
2.4. Spondilita anchilozantă - studiu de caz.....	86
2.5. Sindrom de piriform - studiu de caz	96
2.6. Protocol de recuperare în sindromul Barre Lieou.....	104
2.7. Protocol de recuperare în paralizia Bell.....	106
2.8. Protocol de recuperare în discopatia cervicală – stadiul I.....	107
2.9. Protocol de recuperare în discopatia cervicală – stadiul II (protruzie discală).....	109
2.10. Protocol de recuperare în discopatia cervicală – stadiul III (nevralgie cervico-brahială).....	111
2.11. Protocol de recuperare în distonia cervicală	112
2.12. Protocol de recuperare în stenoza de canal vertebral cervical	114
2.13. Protocol de recuperare în dorsalgie.....	116
2.14. Protocol de recuperare în atitudine cifotică	118
2.15. Protocol de recuperare în discopatie lombară stadiul I (cronic)	120
2.16. Protocol de recuperare în discopatie lombară stadiul II (protruzie discală).....	122

2.17. Protocol de recuperare în stenoza de canal vertebral lombar.....	123
2.18. Protocol de recuperare în spondiloza lombară (spondiloartroză)	125
2.19. Protocol de recuperare în osteoporoză.....	127
2.20. Protocol de recuperare în cifoza Scheuermann	129
2.21. Protocol de recuperare în atitudine scoliotică.....	131
2.22. Protocol de recuperare în sechele după hernia de disc lombară operată; sindrom postlaminectomie.	133
2.23. Protocol de recuperare în spondilolisteză	135

Capitolul III.

STUDII DE CAZ ȘI PROTOCOALE DE TELERECUPERARE ÎN PATOLOGIA MEMBRULUI SUPERIOR - NURGÜL ARINCI INCEL, ORHAN GÜVENER, FIGEN DAĞ... 137

3.1. Sindrom de tunel carpian – studiu de caz.....	139
3.2. Epicondilita laterala – studiu de caz.....	145
3.3. Fractura epifizei distale a radiusului Colles – studiu de caz (postoperator).....	151
3.4. Umăr ”înghețat” – studiu de caz.....	157
3.5. Leziuni ale coifului rotatorilor – studiu de caz (postoperator).....	160
3.6. Protocol de recuperare în sindrom de tunel cubital	163
3.7. Protocol de recuperare în sindromul dureros regional complex	165
3.8. Protocol de recuperare în fractura distală de radius (tratament conservator).....	168
3.9. Protocol de recuperare în contractura Dupuytren fasciita palmară.....	170
3.10. Protocol de recuperare post chirurgia tendoanelor flexorilor mâinii	172
3.11. Protocol de recuperare post chirurgia tendoanelor extensorilor mâinii	175
3.12. Protocol de recuperare în instabilitate gleno-humerală – nonoperator.....	177
3.13. Protocol de recuperare în instabilitate gleno-humerală – postoperator.....	180
3.14. Protocol de recuperare în epicondilita medială.....	183
3.15. Protocol de recuperare în leziuni de nerv median	186
3.16. Protocol de recuperare în leziuni de nerv radial	188
3.17. Protocol de recuperare în leziuni ale coifului rotatorilor – nonoperator	190
3.18. Protocol de recuperare în fracturi de scafoid	194
3.19. Protocol de recuperare în tenosinovita de Quervain	197
3.20. Protocol de recuperare în patologia complexului fibrocartilagos triunghiular al mâinii ..	202
3.21. Protocol de recuperare în sindrom de apertură toracică.....	205
3.22. Protocol de recuperare pentru degetul în resort	208
3.23. Protocol de recuperare în leziuni de nerv ulnar.....	211

Capitolul IV.

STUDII DE CAZ ȘI PROTOCOALE DE TELERECUPERARE ÎN PATOLOGIA MEMBRULUI INFERIOR – DRAGOȘ VIVI ALEXANDRESCU, AURELIAN ALEXANDRU ȘTEFĂNESCU, DARIA CRISTINA VASILE 215

4.1. Proteza totala de sold cimentata – studiu de caz	217
---	-----

4.2. Leziuni de menisc- managementul postchirurgical – studiu de caz.....	221
4.3. Proteza de genunchi – managementul postchirurgical – studiu de caz.....	228
4.4. Leziuni LIA- managementul postchirurgical – studiu de caz.....	235
4.5. Ruptura de tendon Achilian – managementul postchirurgical – studiu de caz.....	240
4.6. Protocol de recuperare în entorsa de gleznă.....	248
4.7. Protocol de recuperare în luxația de gleznă.....	251
4.8. Protocol de recuperare în leziuni LIA – managementul preoperator.....	253
4.9. Protocol de recuperare în coxartroză.....	255
4.10. Protocol de recuperare în necroză de cap femural.....	257
4.11. Protocol de recuperare în fractura de col femural – tratament conservator.....	259
4.12. Protocol de recuperare în fractura de col femural – postoperator.....	261
4.13. Protocol de recuperare în genu varum.....	263
4.14. Protocol de recuperare în genu valgum.....	265
4.15. Protocol de recuperare în gonartroză.....	266
4.16. Protocol de recuperare în proteza de șold – managementul preoperator.....	269
4.17. Protocol de recuperare în proteza de genunchi – managementul preoperator.....	271
4.18. Protocol de recuperare în leziuni LCL – managementul preoperator.....	273
4.19. Protocol de recuperare în leziuni LCL – managementul postoperator.....	275
4.20. Protocol de recuperare în leziuni de menisc – managementul preoperator.....	277
4.21. Protocol de recuperare în condromalacia patelară.....	278
4.22. Protocol de recuperare în fasciita plantară.....	280
4.23. Protocol de recuperare în fractura de platou tibial – tratament conservator.....	281
4.24. Protocol de recuperare în artroplastie totală de șold necimentată.....	284

Capitolul V.

STUDII DE CAZ ȘI PROTOCOALE DE TELERECUPERARE ÎN PEDIATRIE - SONYA NENCHEVA..... 287

5.1. Sindrom Down – studiu de caz.....	289
5.2. Cifoza dorsală – studiu de caz.....	292
5.3. Pes planus – studiu de caz.....	301
5.4. Obezitate – studiu de caz.....	308
5.5. Scolioza – studiu de caz.....	314
5.6. Protocol de recuperare în diabet.....	322
5.7. Protocol de recuperare în cifoscolioză.....	323
5.8. Protocol de recuperare în luxație congenitală de șold.....	326
5.9. Protocol de recuperare în pneumonie acută.....	328
5.10. Protocol de recuperare în pneumonie cronică.....	329
5.11. Protocol de recuperare în nevroză.....	331

Capitolul VI.

TELERECUPERAREA ȘI PROFILAXIA - SONYA NENCHEVA, GHIAȚĂ IRINA GEORGIA, DRAGOȘ ALEXANDRESCU, NURGÜL ARINCI INCEL, ORHAN GÜVENER, FIGEN DAĞ 337

6.1. Exerciții pentru spate (copii).....	339
6.2. Exerciții pentru abdomen (copii).....	340
6.3. Exerciții pentru membrul superior (copii).....	342
6.4. Exerciții pentru membrul inferior (copii).....	343
6.5. Exerciții pentru combaterea posturilor incorecte (bancă, calculator) – copii	345
6.6. Gimnastica de înviorare pentru copii în vârstă de 3-5 ani (grădiniță)	346
6.7. Gimnastica de înviorare pentru copii în vârstă de 5-7 ani	348
6.8. Gimnastica de înviorare pentru copii în ciclul primar.....	350
6.9. Obezitatea – prevenție la copii în vârstă de 3-5 ani	351
6.10. Obezitatea – prevenție la copii în vârstă de 5-7 ani	353
6.11. Obezitatea – prevenție la copii în vârstă de 7-10 ani	355
6.12. Obezitatea – prevenție la copii în vârstă de 11-15 ani	356
6.13. Osteoporoza – prevenire.....	359
6.14. Posturi incorecte la birou, condus, somn. Corecție posturală și prevenție.....	360
6.15. Prevenirea rahitismului la vârsta de 4-6 luni.....	362
6.16. Profilaxia genunchiului – Corecție posturală și prevenire.....	363
6.17. Profilaxia limfedemului.....	365
6.18. Profilaxia șoldului – Corecție posturală și prevenire.....	368
6.19. Școala spatelui.....	369