

ČEŠTINA PRO FYZIOTERAPEUTY (JS 2016)



Prof. MUDr. Karel Lewit, DrSc. byl zakladatelem moderní funkční diagnostiky a léčby vertebrogenních onemocnění a manuální a reflexní terapie v bývalém Československu.

Manipulační léčba (1996)

Fyzioterapie je část rehabilitace, která se zabývá prevencí i léčbou poruch pohybového systému. Na základě komplexního přístupu věnuje zvláštní pozornost životní situaci pacienta.

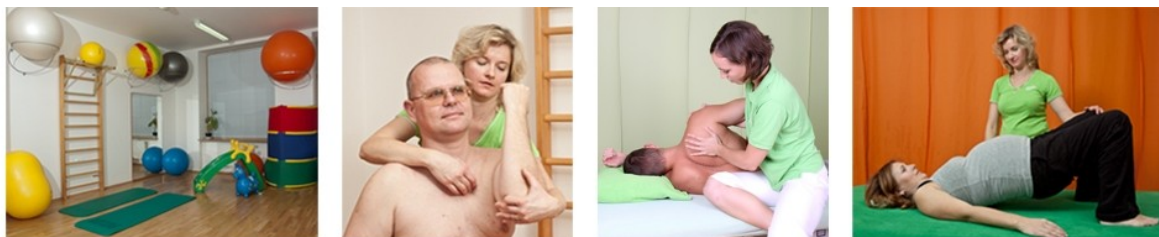


Fyzioterapeut použije jiný přístup, pokud pacient trpí akutní bolestí, a jiný, pokud se nachází v klidovém období dlouhodobého, chronického problému.

Pro léčbu *akutní bolesti, otoků, svalových spasmů* se využívají některé metody fyzikální terapie (**vodoléčba, elektroléčba, magnetoterapie, ultrazvuk** atd.) a vybrané manuální techniky (**hlazení, jemná trakce, masáž, postizometrická relaxace, protažení kůže a měkkých tkání v okolí kloubu**). Velmi důležité je vytvořit pro konkrétního pacienta specifickou pohybovou terapii (např. jízda na kole, plavání, pohyb ve vodě, chůze, Nordic Walking nebo určité druhy tance).

Chronický problém je obecně ten, který přetrvává déle než tři až šest měsíců. Bolest je neohraničená, ukazovaná pacientem “někde tady”. Pacient možná umí popsat situaci, která stav zhoršuje, ale zná úlevovou polohu nebo cvik, který pomáhá? Bolesti se mohou v rámci těla stěhovat – bolavé koleno přestane pacient vnímat v souvislosti se začátkem bolesti v bederní části zad, bolavá bedra uniknou pozornosti, jestliže nás rozbolí hlava. Při chronických problémech je léčba často komplikovaná, někdy odhalí staré problémy (opět rozbolí koleno) a

vyžaduje zejména motivaci. Cesta, kterou si může fyzioterapeut spolu s pacientem vybrat, je mnohá: od nácviu vnímání těla, změny pohybových stereotypů (držení těla, dýchání) až po doporučení vhodného pohybu. Důležité je, aby pohyb byl pestrý, vhodný, přiměřený a pravidelný. Z dlouhodobého hlediska je důležité pracovat i na řešení často stresové životní situace pacienta. Zde se uplatňuje kromě zmíněného také psychoterapie, nácvik relaxačních technik (např. autogenní trénink), bioenergetická cvičení, konzultace s výživovou poradkyní atp.



Spojte adjektiva se substantivy.

1. výživový	A. terapie
2. vertebrogenní	B. pohyb
3. pohybový	C. bolest
4. reflexní	D. stereotyp
5. úlevová	E. onemocnění
6. přiměřený	F. poradce
7. akutní	G. spasmus
8. svalový	H. poloha

Doplňte do vět vhodná slova.

- Fyzioterapie se zabývá léčbou _____ systému.
- Pacient _____ akutní bolestí.
- Pacient si _____ na akutní bolest zad.
- Pacient umí _____ svůj zdravotní stav.
- Měl by znát _____ polohu, která mu může pomoci při bolestech.
- Chronický problém _____ déle než 3 až 6 měsíců.
- Bolesti se mohou _____ : přestane bolet koleno a _____ bolet rameno.
- Pro léčbu je důležitá _____ pacienta. Pacient se musí chtít léčit!
- Fyzioterapeut se snaží _____ pohybové stereotypy a _____ pacientovi vhodný pohyb.
- Každý pacient má vlastní pohybovou _____. Může například plavat nebo jezdit na kole.
- Pacient se může _____ s výživovým poradcem.

Doplňte vhodné prepozice.

- _____ chronickém problému je léčba komplikovaná.
- Vhodný je pohyb _____ vodě nebo jízda _____ kole.
- Bolest může souviset _____ pacientovým psychickým stavem.
- Stravovací návyky konzultujeme _____ výživovou poradkyní.
- Jak často chodíte _____ rehabilitaci?
- _____ minulého týdne chodím _____ fyzioterapeutovi.
- Bolest se šíří _____ pravého stehna.
- Bolí vás to _____ klidu nebo _____ námaze?

