

סיכום מפגש 3- חלק ראשון מועדון סקירות ספרות לפיזיותרפיסטים

27.4.17

מנחה: דן כהן

נקודות עיקריות – מפגש בנושא: גישות אקטיביות לשיקום כתף מבוססות מחקר. קטלוג בעיות כתפיים והתאמת

מציגה: תמר בן הודה

מפגש זה הינו ראשון מבין שני מפגשים בנושא הכתף שתעביר תמר בן הודה. במפגש הנוכחי תמר הציגה את הנושאים התיאורטיים בהיבט של גישות אקטיביות לשיקום הכתף, ובמפגש הבא נתרגל עבודה מעשית.

1. ישנה וריאביליות גדולה במבנה של הכתף (אקרומיון, glenoid וכו')
2. היחס בין תנועת השכמה לכתף משתנה בעקבות מהירות התנועה, מישור התנועה, ביצוע תנועה ביד אחת או שתיהן יחד, כאב, מיומנות בספורט בענפים מסויימים ועוד.
3. ישנה שונות גדולה בביומכניקה של קומפלקס שכמה-כתף בין צדדים ובין אנשים.
4. אנחנו לא יודעים מהי תנועה נורמלית של קומפלקס-שכמה כתף ותזמונים.
5. כאב הוא תחושה מורכבת ולכן השענות על המודל הביו-רפואי איננה מספקת.
6. שרירי ה-RC חשובים גם בהנעת הזרוע וספציפיים לתנועות: flexion (חלק אחורי), ABD (כיוון הדדי), extension (חלק קדמי), מה שיביא לתרגול תנועות גלובליות של כתף ולא רק IR/ER.

תודה רבה לתמר בן הודה על העברת הידע שלה בתחום. במפגש הבא תמר תשתף אותנו בחלק המעשי של הנושא.

להזמנת תמר להרצאות/סדנאות/כנסים:

052-429-9277

tamarwenhoda@gmail.com