

SADRŽAJ

1.	UVOD.....	2
	Cilj rada	3
1.1.	Anatomija gornjeg i donjeg nožnog zgloba.....	4
1.2.	Mehanika gornjeg nožnog zgloba.....	9
1.3.	Mišići.	11
1.3.1.	Mišići potkoljenice.....	12
1.3.2.	Mišići dorzalni fleksori stopala	13
1.3.3.	Plantarni ekstenzori stopala.....	13
1.4.	Ligamenti.....	17
2.	FUNKCIJE STOPALA.....	20
2.1.	Pokreti stopala.....	21
3.	POVREDE SKOČNOG ZGLOBA.....	22
3.1.	Povrede nožnog dijela ili talokruralnog zgloba.....	23
3.2.	Distorzija skočnog zgloba.....	24
3.3.	Uganuće skočnog zgoba.....	25
3.4.	Klinička slika.....	27
3.5.	Mortonov neuron.....	27
3.6.	Boj u peti.....	27
3.7.	Prelom skočnog zgloba.....	27
3.8.	Povreda poljupca („ Kissing povreda“).....	28
3.9.	Povreda Ahilove tetive.....	28
3.10.	Petni trn.....	29
4.	LIJEČENJE POVREDA SKOČNOG ZGLOBA	29
4.1.	Uzroci nastanka povreda.....	30
4.2.	Sklonost povredi.....	30
4.3.	Simptomi.....	30
4.4.	Samopomoć.....	31
4.4.1.	Kada treba potražiti ljekarsku pomoć.....	31
5.	DIJAGNOSTIKA I LIJEČENJE.....	31
5.1.	Povratak radnim i sportskim aktivnostima.....	36
6.	ZAKLJUČAK.....	38
7.	LITERATURA.....	40