

SADRŽAJ

1. UVOD	4
2. ANATOMIJA.....	6
3. ETIOLOGIJA I PATOGENEZA	11
4. PATOFIZIOLOGIJA	15
4.1. Urođene kifoze (kongenitalne)	15
4.2. Posturalne kifoze (loša, kifotična držanja tijela).....	15
4.3. Scheuermann-ova kifoza.....	17
5. DIJAGNOZA	20
5.1. Komplikacije kod adolescenata sa kifozom.....	21
5.2. Klinički pregled	23
5.3. Test pretklona (Adamsov test)	24
5.4. Laboratorija, imaging testovi i spirometrija	25
6. REHABILITACIJA	27
6.1. Opšti kineziterapijski program za kifoze	28
6.1.1. Vježbe oblikovanja.....	29
6.1.2. Vježbe istezanja pelvifemoralne muskulature.....	29
6.1.3. Vježbe disanja	30
6.1.4. Pritisak.....	30
6.1.5. Pritisak sa opruženim nogama	31
6.2. Radna terapija kod pacijenata sa kifozom	31
6.3. Konzervativno liječenje kifoza spinalnim ortozama.....	32
6.4. Operativno liječenje kifoza	34
6.5. Trodimenzionalna kineziterapija po metodi K. Schrot.....	34
6.6. Vježbe u mideru.....	35
6.7. Vježbe za adolescente sa miderom	37
6.8. Vježbe za jačanje leđne muskulature	38
6.9. Trakcija - ekstenzija kičme	41
6.10. Manuelna terapija - mobilizacija.....	42
6.11. Manuelni i miofascialni tretman	44
7. PREVENCIJA KIFOZA	46
8. ZAKLJUČAK	48
9. LITERATURA.....	50