

SADRŽAJ:

1.	UVOD.....	1
2.	ANATOMIJA KIČMENOG STUBA I GRUDNOG KOŠA	2
2.1	Anatomska građa kičmenog stuba(Columna vertebralis).....	2
2.2	Zajedničke karakteristike pršljenova	3
2.3	Posebne odlike pršljenova	4
2.3.2	<i>Vertebrae thoracicae (grudni pršljenovi)</i>	5
2.3.3	<i>Vertebrae lumbales (slabinski pršljenovi)</i>	5
2.3.4	<i>Intervertebralni disk</i>	5
2.3.5	<i>Anulus fibrosus</i>	6
2.3.6	<i>Nukleus pulposus</i>	6
2.3.7	<i>Krsna kost(ossacrum)</i>	6
2.3.8	<i>Trtična kost (oscoccygis)</i>	7
2.4	Mišići	7
2.5	Anatomija grudnog koša	9
2.5.1	<i>Mišići grudnog koša</i>	10
3.	ETIOLOGIJA I EPIDEMIOLOGIJA	11
3.1	Učestalost.....	12
3.2	Patofiziologija	12
4.	KLINIČKA SLIKA	13
5.	DIJAGNOSTIKA	16
5.1	Laboratorijska dijagnostika.....	16
5.2	Radiološka dijagnostika	17
5.3	Klinički testovi u dijagnostici ankilozantnog spondilitisa	18
6.	LIJEČENJE.....	22
6.1	Fizikalna terapija.....	22
6.2	Aparaturna fizikalna terapija	22
6.2.3	<i>Elektroterapija</i>	23
6.2.4	<i>Terapija ultrazvukom</i>	25
6.2.5	<i>Hidroterapija</i>	26
6.2.6	<i>Fototerapija</i>	27
6.3	Medikamentnozno liječenje	27
6.4	Hirurško liječenje.....	27

7.	KINEZITERAPIJA.....	28
7.1	Relaksacija.....	28
7.2	Vježbe disanja (Respiratorna kineziterapija).....	29
7.3	Vježbe jačanja.....	29
7.4	Vježbe za povećanje mobilnosti kičme.....	30
7.5	Vježbe za povećanje mobilnosti korjenskih zglobova.....	30
8.	Kineziterapijski tretman pacijenata sa ankilozantnim spondilitisom.....	31
8.1	Pozicioniranje.....	31
8.2	Vježbe istezanja mišića.....	33
8.3	Vježbe jačanja mišića.....	38
8.4	Respiratorna kineziterapija.....	42
8.5	Vježbe očuvanja vertebratorakalne pokretljivosti.....	43
8.6	Edukacija pacijenta.....	43
	8.6.1 Zaštitni položaji.....	44
8.7	Pomagala za podupiranje i samopomoć.....	45
8.8	Sportske i rekreativne aktivnosti.....	45
8.9	Vožnja.....	46
9.	ZAKLJUČAK.....	47
10.	LITERATURA.....	48