

OBSAH

1	Úvod	9
2	Základy funkční anatomie, biomechaniky a funkce páteře	14
2.1	Páteř jako celek	14
2.2	Pánev a sakroiliakální klouby	17
2.3	Funkční anatomie bederní páteře	19
2.4	Funkce páteře jako celku	20
3	Etiopatogeneze funkčních vertebrogenních poruch a jejich klinické projevy	26
3.1	Vývoj názorů na vznik funkčních poruch páteře	26
3.2	Meziobratlové ploténky	30
3.3	Funkční poruchy páteře	31
3.4	Vývoj teorií o vzniku funkční kloubní blokády	32
3.5	Klinické projevy funkční kloubní blokády	38
3.6	Bolest a pohybový systém	40
3.7	Příčina vzniku funkčních kloubních blokády	50
4	Vyšetřování a diagnostika funkčních vertebrogenních poruch	53
4.1	Anamnéza	53
4.2	Základní objektivní funkční vyšetření páteře	56
4.3	Vyšetření stoje	57
4.4	Vyšetření chůze	58
4.5	Vyšetření aktivních pohybů	59
4.6	Vyšetření pánve	61
4.7	Vyšetření bederní páteře	82
5	Funkční rtg vyšetření páteře	86
5.1	Proč nestačí běžný rtg snímek páteře?	86
5.2	Co je funkční rtg snímek páteře?	86
5.3	Funkční rtg popis	88
5.4	Rtg snímek bederní páteře	88
5.5	Kdy je nutno zhotovit rtg snímek páteře	91

6	Terapie vertebrogenních poruch	92
6.1	Trakční léčba	92
6.2	Reflexní léčba	93
6.3	Taktika použití reflexní léčby	94
6.4	Masáž	95
6.5	Fyzikální léčba	96
6.6	Obstříky	98
6.7	Akupunktura	108
6.8	Farmakoterapie vertebrogenních poruch	108
6.9	Léčebná tělesná výchova	114
6.10	Lázeňská léčba	115
6.11	Chirurgická léčba	115
6.12	Specifická léčba funkčních vertebrogenních poruch	115
7	Klinická symptomatologie funkčních vertebrogenních poruch a jejich léčba	145
7.1	Akutní lumbago	146
7.2	Chronicko-intermitentní bolesti v kříži	149
7.3	Chronické bolesti v křížobederní krajině	180
7.4	Lymeská borrelióza	181
7.5	Bolesti břicha v důsledku funkčních poruch páteře a reflexních změn	182
7.6	Radikulární syndromy	185
7.7	Pseudoradikulární syndrom	194
7.8	Úžinové syndromy na dolních končetinách	195
7.9	Osteoporóza	198
7.10	Scheuermannova choroba	200
7.11	Skolióza	201
7.12	Hypermobilita	203
8	Cviky při vertebrogenních obtížích	206
8.1	Cvičení pro uvolnění svalových spasmů a protažení svalů	207
8.2	Některé rotační cviky pro uvolnění páteře	210
8.3	Cílené uvolňovací cvičení – automobilizace	213
9	Prevence a sport u vertebrogenních obtíží	220
9.1	Úprava lůžka	220
9.2	Podložení hlavy	222
9.3	Některé technické pomůcky	222
9.4	Zaměstnání	226
9.5	Zvedání břemen	228
9.6	Obezita	230
9.7	Cvičení	230
9.8	Sport a vertebrogenní obtíže	234

Literatura	238
Přehled použitých zkratk	247
Seznam obrázků	248
Medailonek autorky	251
Rejstřík	253