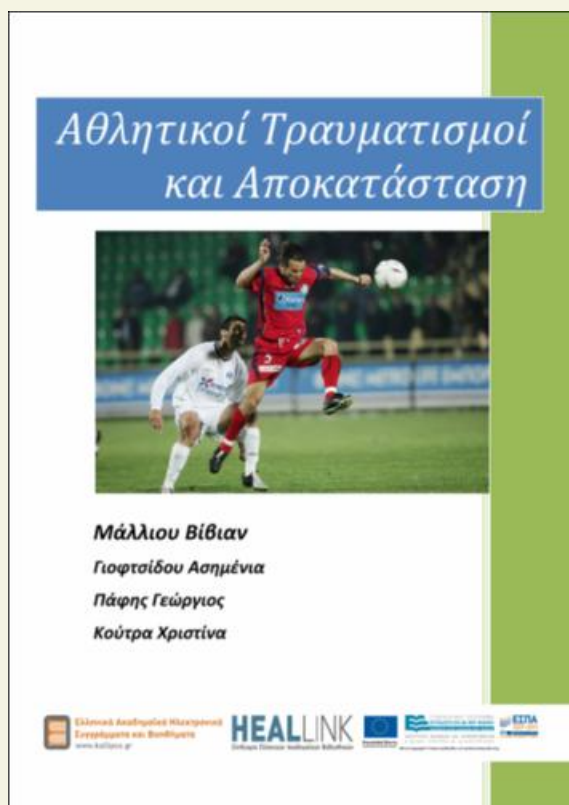




ΜΕΤΑΔΕΔΟΜΕΝΑ

Τίτλος: Αθλητικοί Τραυματισμοί και Αποκατάσταση

Υπότιτλος: -

Γλώσσα: Ελληνικά

ISBN: 978-960-603-004-8

Θεματικές Κατηγορίες: ΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ ΥΓΕΙΑΣ, ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ ΖΩΗΣ, ΒΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ

Λέξεις-κλειδιά: Αθλητικοί τραυματισμοί / Αποκατάσταση / Μηχανισμός τραυματισμού / Πρόληψη τραυματισμών / Αθλητικές κακώσεις

Βιβλιογραφική Αναφορά: Μάλλιου, Π., Γιοφτσίδου, Α., Πάφης, Γ., & Κούτρα, Χ. (2015). Αθλητικοί Τραυματισμοί και Αποκατάσταση [Προπτυχιακό εγχειρίδιο]. Κάλλιπος, Άνοιχτες Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. <http://dx.doi.org/10.57713/kallipos-874>

Περίληψη

Το βιβλίο αναφέρεται στους τραυματισμούς που παθαίνουν συχνά οι αθλητές και αφορούν το μυοσκελετικό τους σύστημα. Στην εισαγωγή γίνεται γενική αναφορά στην ομάδα αποκατάστασης και πώς αυτή θα πρέπει να συνεργάζεται με στόχο τη θεραπεία και τη λειτουργική επανένταξη του αθλητή στην ενεργό δράση. Στη συνέχεια, γίνεται αναφορά στους πιο συνηθισμένους τραυματισμούς που αντιμετωπίζουν οι αθλητές, κατηγοριοποιημένους ανά μέρος του σώματος. Αρχικά, σε κάθε κεφάλαιο γίνεται αναφορά στην ανατομία και στη λειτουργική ανατομική του τμήματος αυτού. Μετά, περιγράφεται ο μηχανισμός πρόκλησης του τραυματισμού, ενώ συγχρόνως

καθορίζεται το είδος του (κάκωση ή πάθηση). Αναφέρονται οι πιθανοί τρόποι θεραπείας, ενώ στη συνέχεια δίνονται πληροφορίες για το πώς αξιολογείται το τραυματισμένο άτομο και τι προβλήματα προκύπτουν από τον μυοσκελετικό τραυματισμό του. Κατόπιν, προτείνεται ο κατάλληλος σχεδιασμός και γενικά η φιλοσοφία που θα πρέπει να διέπει ένα πρόγραμμα αποκατάστασης, με στόχο την όσο το δυνατόν ταχύτερη και ασφαλέστερη λειτουργική του επανένταξη. Τέλος, αναφέρονται προγράμματα άσκησης όχι μόνο για τη μεγιστοποίηση της απόδοσης του αθλητή μετά τον τραυματισμό, αλλά και για την πρόληψη παρόμοιων μελλοντικών προβλημάτων.

