



METADATA

Title: Sports injuries and rehabilitation

Other Titles: Prevention, intervention and rehabilitation of sports injuries

Language: Greek

ISBN: 978-960-603-004-8

Subject: MEDICINE AND HEALTH SCIENCES, LIFE SCIENCES, BIOLOGICAL SCIENCES

Keywords: Sport Injuries / Rehabilitation / Mechanics Of Injury / Injuries Prevention / Acute Sport Injuries

Bibliographic Reference: Malliou, P., Gioftsidou, A., Pafis, G., & Koutra, C. (2015). Sports injuries and rehabilitation [Undergraduate textbook]. Kallipos, Open Academic Editions. <http://dx.doi.org/10.57713/kallipos-874>

Abstract

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

θα καθορίζεται το είδος του (κάκωση ή πάθηση). Θα αναφέρονται οι πιθανοί τρόποι θεραπείας ενώ στη συνέχεια θα δίδονται πληροφορίες για το πως αξιολογείται το τραυματισμένο άτομο και τι προβλήματα προκύπτουν από τον μυοσκελετικό τραυματισμό του. Στη συνέχεια, θα 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, θα αναφέρονται προγράμματα άσκησης όχι μόνο για την μεγιστοποίηση της απόδοσης του αθλητή μετά τον τραυματισμό, αλλά και για την πρόληψη παρόμοιων μελλοντικών προβλημάτων.

