

## James Selfe 协议, 2000 年 10 月

### 髌股疼痛综合征的治疗

James Selfe 教授解释了髌股疼痛 (PFJ) 的潜在原因、诊断和治疗方案。他说明了如何使用肌电图 (EMG) 生物反馈结合膝关节锻炼和治疗, 来帮助患有 PFJ 的患者成功康复股内侧肌。

### 结果

EMG 生物反馈可提供即时反馈, 告知锻炼是否正确执行。这在康复的早期阶段特别有用, 因为这些练习通常不容易执行, 而准确性至关重要。有证据表明, 生物反馈是一种极其有效的工具, 至少在短期内, 可作为髌股问题康复的辅助手段。

### 方法

在肌肉骨骼领域, 来自 NeuroTrac 5 设备的生物反馈, 即 NeuroTrac MyoPlus2 Pro (Verity Medical) 的前身, 使用 EMG 信号来表示与收缩肌肉相关的电活动。生物反馈使治疗师能够确定收缩是否在选定的时间段内持续进行。这在髌股问题中非常有用, 因为这些患者通常会表现出特定的离心缺陷。确定该缺陷何时何地发生, 使治疗师能够使用非常具体的康复技术。通过在 NeuroTrac 5 软件上选择工作/休息评估模式, 临床医生可以准确地检查患者的进展, 使治疗师能够评估患者在多次训练课程中的进展, 并决定进一步的训练是否可能产生有价值的功能增益。对于患者来说, 了解自己相对于其他训练课程所取得的进展以及在课程期间获得反馈也是有帮助的。James Selfe 是英国曼彻斯特曼彻斯特城市大学的物理治疗学教授。