

James Selfe-protokollen, oktober 2000

Behandling for patellofemoralt smertesyndrom

Professor James Selfe forklarer de potensielle årsakene, diagnosene og protokollene for patellofemoral smerte (PFP). Han illustrerer hvordan bruk av elektromyografisk (EMG) biofeedback med kneøvelser og behandling kan bidra til vellykket rehabilitering av vastus medialis-muskelen hos pasienter med PFP.

Resultater

EMG biofeedback gir umiddelbar tilbakemelding om hvorvidt øvelsen ble utført riktig. Dette er spesielt nyttig i de tidlige stadiene av rehabiliteringen når øvelsene ikke er spesielt enkle å utføre, og nøyaktig utførelse er avgjørende. Bevis tyder på at biofeedback er et ekstremt effektivt verktøy, i det minste på kort sikt, å bruke som et supplement til rehabilitering av patellofemorale problemer.

Metoder

I det muskel- og skjelettsystemet bruker biofeedback fra NeuroTrac 5-enheten, den eldre forgjengeren til NeuroTrac MyoPlus2 Pro (Verity Medical), EMG-signalet for den elektriske aktiviteten assosiert med en sammentrekkende muskel. Biofeedback gjør det mulig for terapeuten å avgjøre om sammentrekningen opprettholdes over den valgte tidsperioden. Dette er veldig nyttig i patellofemorale problemer, da disse pasientene ofte vil vise et spesifikt eksentrisk underskudd. Å identifisere når og hvor dette underskuddet oppstår, gjør det mulig for terapeuten å bruke svært spesifikke rehabiliteringsteknikker. Ved å velge arbeids-/hvilevurderingsmodus på NeuroTrac 5-programvaren kan klinikerer nøyaktig gjennomgå pasientens fremgang, slik at terapeuten kan evaluere pasientens fremgang over en rekke treningsøkter og bestemme om ytterligere trening sannsynligvis vil gi verdifulle funksjonsgevinster. Det er også nyttig for pasienten å vite hvilken fremgang han/hun har gjort i forhold til andre treningsøkter, samt å motta tilbakemelding under økten. James Selfe er professor i fysioterapi ved Manchester Metropolitan University, Manchester, England.