

James Selfe Protokolü, Ekim 2000

Patellofemoral Ağrı Sendromu İçin Tedavi

Profesör James Selfe, patellofemoral ağrı (PFP) için potansiyel nedenleri, teşhisleri ve protokolleri açıklıyor. Diz egzersizleri ve tedavi ile elektromyografik (EMG) biofeedback kullanımının, PFP'li hastalarda vastus medialis kasının başarılı rehabilitasyonuna nasıl yardımcı olabileceğini gösteriyor.

Sonuçlar

EMG Biofeedback, egzersizin doğru yapıp yapılmadığına dair anında geri bildirim sağlar. Bu, egzersizlerin özellikle kolay yapılmadığı ve doğru performansın hayati önem taşıdığı rehabilitasyonun erken aşamalarında özellikle faydalıdır. Kanıtlar, biofeedback'in patellofemoral sorunların rehabilitasyonuna yardımcı olarak kullanılması için, en azından kısa vadede, son derece etkili bir araç olduğunu göstermektedir.

Yöntemler

Kas iskelet sistemi alanında, NeuroTrac MyoPlus2 Pro'nun (Verity Medical) eski selefi olan NeuroTrac 5 cihazından gelen biofeedback, kasılan bir kasla ilişkili elektriksel aktivite için EMG sinyalini kullanır. Biofeedback, terapistin kasılmanın seçilen süre boyunca devam edip etmediğini belirlemesini sağlar. Bu, bu hastaların genellikle belirli bir eksantrik açık göstereceği için patellofemoral sorunlarda çok faydalıdır. Bu açığın ne zaman ve nerede meydana geldiğini belirlemek, terapistin çok spesifik rehabilitasyon teknikleri kullanmasını sağlar. NeuroTrac 5 yazılımındaki çalışma/dinlenme değerlendirme modunu seçerek, klinisyen hastanın ilerlemesini doğru bir şekilde gözden geçirebilir, terapistin bir dizi eğitim seansı boyunca hastanın ilerlemesini değerlendirmesine ve daha fazla eğitimin kayda değer fonksiyonel kazanımlar sağlayıp sağlamayacağına karar vermesine olanak tanır. Ayrıca hastanın diğer eğitim seanslarına göre ne kadar ilerleme kaydettiğini bilmesi ve seans sırasında geri bildirim alması da faydalıdır. James Selfe, İngiltere, Manchester'daki Manchester Metropolitan Üniversitesi'nde Fizyoterapi Profesörüdür.