Mobilizasyon Notları

Rehabilitasyon Uzmanının Cep Rehberi

Christopher H. Wise,
PT, MS, OCS, FAAOMPT, MTC, ATC

Dawn T. Gulick,
PhD, PT, ATC, CSCS

Çeviri Editörleri:
Gül BALTACI
Aydan AYTAR

Hipokrat Kitabevi

© Hipokrat Yayınevi 2019

ISBN: 978-605-7874-10-8

Tüm hakları saklıdır. 5846 ve 2936 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri yasası gereği; bu kitabın basım, yayın ve satış hakları Hipokrat Yayınevi'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Çeviri Hipokrat Kitabevi'nin tek sorumluluğunda yapılmaktadır. Uygulayıcılar ve araştırmacılar, burada açıklanan her türlü bilgi, yöntem veya deneyin değerlendirilmesinde ve kullanımında her zaman kendi deneyim ve bilgilerine güvenmeleri gerekmektedir. Tıp ve fizyoterapi bilimindeki hızlı gelişmeler nedeni ile uygulamalardaki değişimler takip edilmelidir. Yasalar ölçüsünde F.A. Davis Company, yazarlar, editörler veya katkıda bulunanlar tercümeden veya burada yer alan herhangi bir yöntem, ürün, talimat veya fikirlerin kullanımı veya işletilmesinden veya ürünlerin yükümlülüğü, ihmali veya başka bir sebeple kişilerde veya mülkte oluşabilecek herhangi bir yaralanma ve/veya zarardan ötürü sorumluluk kabul etmez.

TEŞEKKÜRLER:
Chris ve Dawn, bu el kitabı tamamlanana kadar gösterdikleri yoğun çalışma ve özveri için Peg Waltner, Melissa Duffield, ve Margaret Biblis'in teşekkür etmek ister.
Ayrıca, fotoğraf çekiminin uzun saatlerinde verdikleri destek ve özveri için Colleen, Hilary ve Jordyn'e olan sevgimizi ve takdirimizi ifade etmek istiyoruz. Seni Seviyoruz!

Mobilization Notes A Rehabilitation Specialist's Pocket Guide
Copyright © 2009 by F.A. Davis Company, Inc. All rights reserved.

Orjinal Eser Adı: **Mobilization Notes** A Rehabilitation Specialist's Pocket Guide

Orjinal Eser Yayıncısı: **F.A. Davis Company**

Orjinal ISBN: **978-0-803-62096-4**

Editörler
Christopher H. Wise, PT, MS, OCS, FAAOMPT, MTC, ATC
Dawn T. Gulick, PhD, PT, ATC, CSCS

Çeviri Eser Adı: **Mobilizasyon Notları** Rehabilitasyon Uzmanının Cep Rehberi

Çeviri Editörleri
Prof. Dr. Gül BALTACI
Doç. Dr. Aydan AYTAR

Grafik-Tasarım
Hipokrat Grafik Tasarım

Baskı - Cilt
Sözkesen Matbaacılık
İvedik Organize 1518. Sokak Matsit İş Merkezi No: 2/40
Tel: (0312) 395 21 10 - Yenimahalle / Ankara

Hipokrat Yayıncılık
Süleyman Sırrı Caddesi
No:16/2 Sıhhiye/ANKARA
Tel: (0312) 433 03 05 - 15
www.**hipokratkitabevi**.com

Çeviri Editörlerinin Önsözü

Mobilizasyon Notları Cep Rehberi
FİZYOTERAPİSTİN OLMAZSA OLMAZI....

Uzun yıllardır fizyoterapistler tarafından uygulanan bu yöntemler postürden başlayarak vücudun değerlendirilmesi ile birlikte derinlemesine yumuşak doku ve eklem tekniklerini içermektedir. Patolojilerin özelliğine göre seçim ve uygulama teknikleri ile çeşitli şekillerde kullanımları hakkındaki detaylı bilgiler görselleri ve tabloları bu kitapçıkta açıklanmıştır.

Pratik, kullanışlı ve cep kitapçığı olarak hazırlanan bu bilgi dolu hazineyi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bilimine kazandırdıkları için emeği geçen değerli arkadaşlarımız Doç. Dr. Fzt. Nihan Özünlü Pekyavaş, Dr. Fzt. Ayça Aytar Tığlı, Dr. Fzt. Aslıcan Çağlar ve Dr. Fzt. Mustafa Gülşen'e gönülden teşekkür ederiz.

Prof. Dr. Gül Baltacı
Fizyoterapist

Doç. Dr. Aydan Aytar
Fizyoterapist

Çeviriye Katkıda Bulunanlar

Doç. Dr. Fzt. Aydan AYTAR
Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü

Doç. Dr. Fzt. Nihan ÖZÜNLÜ PEKYAVAŞ
Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü

Dr. Fzt. Ayça AYTAR TIĞLI
Başkent Üniversitesi
Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu
Fizyoterapi Programı

Dr. Fzt. Aslıcan ÇAĞLAR
Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü

Dr. Fzt. Mustafa GÜLŞEN
Başkent Üniversitesi
Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu
Fizyoterapi Programı

Kısaltmalar

A/A	Atlanto Aksiyal Eklem
A/O	Atlanto Oksipital Eklem
A/P	Anterior/Posterior
Abd	Abduksiyon
Add	Adduksiyon
AEHA	Aktif Eklem Hareket Açıklığı
AKZ	Açık Kinetik Zincir
APP	Açık-Paket Pozisyonu
ASIS	Anterior Spina Illiak Superior
BA	Bel Ağrısı
CA	Kanser
DBK	Düz Bacak Kaldırma
DISH	Diffüz Idiopatik İskelet Hiperostozisi
HA	Eklem Hareket Açıklığı
Ekst	Ekstansiyon
ER	Eksternal Rotasyon
Ev	Eversiyon
FABER	Fleksiyon, Abduksiyon, Eksternal Rotasyon
FADIR	Fleksiyon, Adduksiyon, Internal Rotasyon
Fleks	Fleksiyon
GE	Geri Eğilme
GH	Glenohumeral
H/R	Humeroradial
H/U	Humeroulnar
I/F	Interfalangeal
I/K	Interkarpal
I/S	Iliosakral
ILA	Inferior Lateral Açı
Inv	Inversiyon
IR	Internal Rotasyon
İE	İleri Eğilme
KKİA	Korku-Kaçınma İnanışları Anketi
KKZ	Kapalı Kinetik Zincir

KMK	Karpometakarpal
KPP	Kapalı-Paket Pozisyonu
KTK	Klinik Tahmin Kuralı
LE	Lumbal Ekstansiyon
M/K	Midkarpal
MSS	Merkezi Sinir Sistemi
P/F	Patellofemoral
PAIVM	Pasif Aksesuar Intervertebral Mobilite
PIF	Proksimal Interfalangeal
PIVM	Pasif Intervertebral Mobilite
PSIS	Posterior Spina Illiak Superior
R/K	Radiokarpal
R/U	Radioulnar
RA	Romatoid Artrit
RD	Radial Deviasyon
ROT	Rotasyon
S/K	Sternoklavikuler
S/T	Skapulotorasik
SERV	Servikal
SI	Sakroiliak
Sup	Supinasyon
T/F	Tibiofemoral
TÇS	Torasik Çıkış Sendromu
TD	Tedavi Düzlemi
TFL	Tensör Fasia Lata
TME	Temporomandibular Eklem
TMT	Tarsometatarsal
TOR	Torakal
TP	Tranvers Proses
UD	Ulnar Deviasyon
VBI	Vertebro-Basillar İskemi
VBY	Vertebro-Basillar Yetmezlik
YE	Yana Eğilme

İçindekiler

GİRİŞ 1

OMUZ 33

DİRSEK 49

EL BİLEĞİ ve EL 63

KALÇA 88

DİZ 100

AYAK BİLEĞİ ve AYAK 116

TEMPOROMANDİBULAR EKLEM ve SERVİKAL- TORASİK 143

LUMBO-PELVİK 192

KAYNAKLAR 228

DİZİN 230