

Spis treści

1. Wstęp	1
– <i>Natalia Kuciel</i>	
2. Holistyczne podejście do zaburzeń uroginekologicznych	5
– <i>Natalia Kuciel, Aleksandra Chomińska</i>	
2.1. Fizjoterapia uroginekologiczna w ujęciu biopsychospołecznym	5
2.2. Dno miednicy a oddech	6
2.3. Dno miednicy a postawa ciała	10
3. Anatomia funkcjonalna dna miednicy	15
– <i>Natalia Kuciel</i>	
3.1. Struktury kostne, mięśniowe i łącznotkankowe	15
3.2. Kompartmenty	23
3.3. Pęcherz moczowy	24
3.4. Cewka moczowa	25
3.5. Pochwa	25
3.6. Anorectum	26
4. Fizjologia mikcji i defekacji	29
– <i>Natalia Kuciel</i>	
4.1. Cykl oddawania moczu	29
4.2. Mechanizm kontynencji	30
4.3. Odruch prekontrakcji	31
4.4. Defekacja	31
4.5. Neurologia związana z pracą dna miednicy	32
5. Sprzęt stosowany w uroginekologii	37
– <i>Aleksandra Chomińska</i>	
6. Diagnostyka funkcjonalna dna miednicy	49
– <i>Natalia Kuciel</i>	
6.1. Wywiad i kwestionariusze	49
6.2. Badanie funkcjonalne	53
7. Nietrzymanie moczu	59
– <i>Natalia Kuciel, Aleksandra Chomińska</i>	
7.1. Definicja	59
7.2. Epidemiologia	60
7.3. Czynniki ryzyka	61

7.4. Patofizjologia i charakterystyka zaburzeń	63
7.5. Diagnostyka funkcjonalna	65
7.6. Fizjoterapia w nietrzymaniu moczu	66
8. Zespół pęcherza nadaktywnego	77
– <i>Natalia Kuciel</i>	
8.1. Definicja	77
8.2. Epidemiologia	78
8.3. Czynniki ryzyka	78
8.4. Patofizjologia	78
8.5. Diagnostyka funkcjonalna	79
8.6. Fizjoterapia w zespole pęcherza nadaktywnego	80
9. Obniżenie narządów miednicy mniejszej	85
– <i>Natalia Kuciel, Paulina Wiśniowska</i>	
9.1. Definicja	85
9.2. Epidemiologia	87
9.3. Czynniki ryzyka	87
9.4. Objawy	87
9.5. Badanie funkcjonalne	88
9.6. Fizjoterapia w obniżeniu narządów miednicy mniejszej	89
10. Zespoły bólowe okolicy anorectum	95
– <i>Natalia Kuciel</i>	
10.1. Etiopatogeneza bólów okolicy odbytu	95
10.2. Przykłady najczęstszych zespołów bólowych okolicy anorectum	95
10.3. Funkcjonalny ból okolicy anorektalnej i aspekt psychologiczny	97
11. Zaparcia	99
– <i>Natalia Kuciel</i>	
11.1. Podział zaparcé	99
11.2. Epidemiologia i czynniki ryzyka	100
11.3. Diagnostyka funkcjonalna	100
11.4. Fizjoterapia w zaparciach	102
12. Dyssynergia dna miednicy	105
– <i>Natalia Kuciel</i>	
12.1. Definicja i objawy	105
12.2. Diagnostyka funkcjonalna	108
12.3. Fizjoterapia w dyssynergii zwieraczowej	108
13. Szczelina odbytu	111
– <i>Natalia Kuciel</i>	
13.1. Definicja	111
13.2. Patofizjologia	111
13.3. Fizjoterapia szczeliny odbytu	112
14. Choroba hemoroidalna	115
– <i>Natalia Kuciel</i>	
14.1. Definicja i patofizjologia	115
14.2. Epidemiologia i czynniki ryzyka	116
14.3. Diagnostyka funkcjonalna	116
14.4. Fizjoterapia w chorobie hemoroidalnej	117

15. Nietrzymanie stolca	121
– <i>Natalia Kuciel</i>	
15.1. Definicja	121
15.2. Przyczyny i czynniki ryzyka	122
15.3. Diagnostyka funkcjonalna	123
15.4. Fizjoterapia w nietrzymaniu stolca	124
16. Zespół jelita drażliwego	127
– <i>Natalia Kuciel</i>	
16.1. Definicja i rodzaje zespołu jelita drażliwego	127
16.2. Fizjoterapia w zespole jelita drażliwego	128
17. Zespoły bólowe dna miednicy	131
– <i>Natalia Kuciel</i>	
17.1. Przewlekły ból miednicy	131
17.2. Zespół bolesnego pęcherza	142
17.3. Dyżuria	145
17.4. Wulwodynia	146
17.5. Endometrioza i bolesne miesiączkowanie	151
17.6. Neuralgia nerwu sromowego	155
18. Fizjoterapia w ginekologii operacyjnej	161
– <i>Dominika Markowska</i>	
18.1. Choroby narządu rodne wymagające leczenia operacyjnego	161
18.2. Leczenie operacyjne w ginekologii	164
18.3. Cele i zasady fizjoterapii w przygotowaniu do leczenia operacyjnego w ginekologii	167
18.4. Fizjoterapia w ginekologii po leczeniu operacyjnym z dostępu brzuszego	170
18.5. Fizjoterapia w ginekologii po leczeniu operacyjnym z dostępu pochwowego	175
19. Fizjoterapia okołoporodowa	179
– <i>Paulina Wiśniowska</i>	
19.1. Korzyści z aktywności fizycznej kobiet w ciąży	179
19.2. Zmiany w organizmie kobiety w poszczególnych trymestrach ciąży	180
19.3. Przebieg porodu	183
19.4. Fizjoterapia w ciąży	186
20. Połóg	199
– <i>Paulina Wiśniowska</i>	
20.1. Zmiany fizjologiczne i emocjonalne w okresie poporodowym	199
20.2. Fizjoterapia w połogu	201
20.3. Propozycje fizjoterapii w różnych dysfunkcjach i stanach poporodowych	202
21. Szkoła rodzenia	213
– <i>Dominika Markowska</i>	
21.1. Przygotowanie psychofizyczne do porodu	213
21.2. Cele, zadania oraz organizacja szkół rodzenia według standardów	215
21.3. Psychoprofilaktyka porodowa	220
21.4. Ćwiczenia oddechowe stosowane podczas porodu	222
Skorowidz	225