

DESETLJEĆE KOSTIJU I ZGLOBOVA 2010. - 2020.

**SIMPOZIJ POVODOM
SVJETSKOG DANA KRALJEŠNICE**

MEDICINSKE VJEŽBE U KRIŽOBOLJI

Organizatori:

**Hrvatsko vertebrnološko društvo
u suradnji s**

Klinikom za reumatologiju, fizikalnu medicinu i rehabilitaciju

i

**Klinikom za neurokirurgiju
KBC «Sestre milosrdnice» - Zagreb**

utorak, 15. listopada 2013.

*Multimedijska dvorana Kliničkog bolničkog centra «Sestre milosrdnice»
Vinogradska c. 29, Zagreb*

Poštovani,

križobolja je čest i izazovan medicinski entitet, koji se ubraja među najveće socijalno-medicinske, pa i ekonomske probleme zdravstvenog sustava.

Medicinske vježbe su standardni dio prevencije i liječenja bolesnika s križoboljom. U praksi se provode razne vrste vježbi, a načelno radi se o mišićnoj aktivnosti sa ili bez pokreta tijela, s ciljem ispravljanja oštećenja, te u konačnici održavanja/ poboljšanja funkcije. Rezultati istraživanja pokazuju da medicinske vježbe mogu biti učinkovite u smanjenju boli i poboljšanju funkcije, kao i u prevenciji ponavljanja epizoda križobolje. Međutim, kako su uzroci križobolje različiti ne postoji jedinstveni sustav vježbi primjenjiv za svakog pojedinog bolesnika. Općenito, nema dokaza da je jedan tip vježbi učinkovitiji od drugoga.

Stoga, u sklopu ovogodišnjeg tradicionalnog simpozija, koje Hrvatsko vertebralno društvo organizira povodom Svjetskog dana kralješnice, nastojimo što sveobuhvatnije obraditi kompleksnu problematiku medicinskih vježbi u križobolji (teoretska osnova/razlog provođenja, primjeri vježbi, rezultati istraživanja i dr.). Vjerujemo da ćemo se ovakvim pristupom približiti zaključku koji bi tip medicinskih vježbi bio najpogodniji za koju vrstu/uzrok križobolje, odnosno bolesnika.

Radujemo se Vašem dolasku!

Suvoditelj simpozija

Prvi dopredsjednik

Hrvatskog vertebralnog društva


Prof. dr. sc. Boris Božić

Suvoditelj simpozija

Predsjednik

Hrvatskog vertebralnog društva


Prof. dr. sc. Simeon Grazio



- 08,00 – 08,30 Registracija
- 08,30 – 08,45 Uvodna riječ
- 08,45 – 09,00 Opći pristup bolesniku s križoboljom
Prof. dr. sc. Simeon Grazio, dr. med.
- 09,00 – 09,15 Funkcionalna anatomija i biomehanika slabinske kralješnice
Prof. dr. sc. Lovorka Grgurević, dr. med.
- 09,15 – 09,30 Fleksijske vježbe u križbolji
Prof. dr. sc. Božidar Ćurković, dr. med.
- 09,30 – 09,45 Ekstenzijske vježbe u križbolji
Prof. dr. sc. Tonko Vlak, dr. med.
- 09,45 – 10,00 McKenzie koncept u dijagnostici i liječenju križbolje
Doc. dr. sc. Porin Perić, dr. med.
- 10,10 – 10,30 *Stanka*
- 10,30 – 10,45 Vježbe istezanja u križbolji
Prim. mr. sc. Zoja Gnjiđić, dr. med.
- 10,45 – 11,00 Stabilizacijske vježbe u križbolji
Prim. Tomislav Nemčić, dr. med.
- 11,00 – 11,15 Edukacija posture, vježbe s loptom, Pilates i joga u križbolji
Mr. sc. Diana Balen, dr. med.
- 11,15 – 11,30 Programi specifičnih vježbi za križbolju
uvjetovanu statusom bolesnika
(klasifikacijski i individualno-temeljena terapija)
Prof. dr. sc. Tea Schnurrer Luke Vrbanić, dr. med.

- 11,30 – 11,45 Hidrokineziterapija u bolesnika s križoboljom
Doc. dr. sc. Mira Kadojić, dr. med.
- 11,45 – 12,00 Terapijske vježbe
u sklopu biopsihosocijalnog pristupa bolesniku s križoboljom
Mr. sc. Frane Grubišić, dr. med.
- 12,00 – 12,15 *Stanka*
- 12,15 – 12,30 Uloga izokinetike u dijagnostici i liječenju
bolesnika s križoboljom
Katarina Lohman Vuga, dr. med.
- 12,30 – 12,45 Kineziološki aspekt uspješnosti rehabilitacijskog procesa
operiranog segmenta slabinske kralježnice
Doc. dr. sc. Mario Kasović, kineziolog,
Prof. dr. sc. Boris Božić, dr. med.
- 12,45 – 13,00 Početak fizikalne terapije i rehabilitacije nakon različitih
dekompresijskih i stabilizacijskih operacija kralježnice
Darko Perović, dr. med.,
Dr. sc. Karlo Houra, dr. med.,
Prof. dr. sc. Darko Ledić, dr. med.
- 13,00 – 14,00 Rasprava i zaključci
Moderatori: *Prof. dr. sc. Simeon Grazio, dr. med.*
Prof. dr. sc. Boris Božić, dr. med.

*Sudjelovanje na simpoziju vrednovat će se temeljem Pravilnika o trajnom usavršavanju
Hrvatske liječničke komore.*

*Kotizacija iznosi 250,00 kuna, a za članove Hrvatskog vertebrološkog društva besplatno.
Uplata kotizacija isključivo putem računa IBAN: HR7423600001101214818,
poziv na broj 268143 za Hrvatsko vertebrološko društvo pri HLZ, Šubićeva 9, Zagreb.*

Informacije: Klinika za reumatologiju, fizikalnu medicinu i rehabilitaciju, KBC „Sestre milosrdnice“,
tel. 01-3787248, e-mail: marijana.bregni@kbcsm.hr

