

Prikaz knjige

Milićev, S. (2014).

OPŠTA KINEZITERAPIJA - TERAPIJSKE VEŽBE

*Izdavač: Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija; str: 181
ISBN 978-86-83687-19-0; COBISS.SR-ID 205059084*

Publikacija dr Snežane Milićev, specijaliste fizikalne medicine i rehabilitacije, pod naslovom „Opšta kineziterapija - terapijske vežbe“, sveobuhvatno tretira značaj kineziterapije u medicinskoj rehabilitaciji. Autorka relativno opširno opisuje savremeni pristup pacijentu, a da pri tom ni jednog trenutka ne zanemaruje ustaljenu doktrinu. Posebno ističe potrebu da se pacijent permanentno sagledava i doživljava kao celovita, jedinstvena psihofizička ličnost, te da se primenom određenih kineziterapijskih procedura podigne kvalitet i komfor života pacijenta na najviši mogući nivo.

Pored opisa kineziterapijskih procedura, autorka promovise značaj poznavanja kineziologije kao osnove za izbor, razumevanje i aplikaciju terapijskog pokreta (vežbe) u preventivno-profilaktičke i kurativne svrhe. Čitajući ovu publikaciju konzument ubrzo shvata da je kineziterapija zapravo primenjena kineziologija. Ovakvo gledanje se može prihvatiti jer ove dve korespondentne, odnosno kompatibilne discipline obezbeđuju neophodna znanja potrebna za utvrđivanje fizičkog i funkcionalnog statusa na osnovu kojeg se kreira plan primene pokreta (vežbi) u terapijske svrhe.

Publikacija dr Snežane Milićev, predavača Visoke sportske i zdravstvene škole strukovnih studija na studijskom programu Strukovni fizioterapeut, obuhvata 181 stranicu, pri čemu su ilustrovane 53 terapijske vežbe. Uz ovo, data su tri priloga i priložena dva formulara u kreaciji same autorke. Publikacija sadrži i 50 bibliografskih jedinica domaćih i stranih autora relevantnih za oblast koja se obrađuje.

Publikacija sadrži više metodičkih celina. U prvom delu autorka daje prikaz osnovnih anatomskih struktura značajnih za dobru lokomociju, a potom sledi opis biološko-medicinskih efekata, kao i fiziološki odgovor čovekovog organizma na terapijske vežbe. U tom kontekstu, relativno je podrobno obrađeno područje adaptacije na fizičku aktivnost, kao i područje treniranosti, odnosno pretreniranosti. Ovaj segment, kao i dobar deo ostalih poglavlja, pored fizioterapeuta kojima je publikacija pre svega namenjena, može poslužiti i u edukaciji sportskih trenera, lekara sportske medicine, lekara fizikalne medicine i rehabilitacije, profesora fizičke kulture i dr.

Često se u sredstvima javnog informisanja oglašavaju brojna lica, koja žele da skrenu pažnju na potrebu bavljenja fizičkom aktivnošću. Međutim, skoro niko od njih ne ukazuje na štetne posledice inaktiviteta i njegovog uticaja na organizam. Upravo, dr Milićev skreće pažnju i na ovu problematiku, te obrađuje i ovo područje sa potrebnim merama za prevazilaženje i otklanjanje štetnih posledica inaktiviteta. Pomenuti postupci se odnose na primenu kineziterapijskog programa. Svaki kineziterapijski tretman prethodno podrazumeva utvrđivanje funkcionalnog statusa, odnosno funkcionalne procene (nalaza), te se na osnovu nje vrši pomenuta funkcionalna reevaluacija.

U ovom delu publikacije dat je detaljan opis antropometrijskog merenja, utvrđivanje snage mišića manuelnom metodom, utvrđivanje telesnog statusa kliničkom metodom, opis početnih položaja u kineziterapiji i dr.

Skrećemo pažnju na deo publikacije koji se odnosi na sredstva kineziterapije. U tom delu vrlo stručno i koncizno su obrađeni analitički (jednostavan) i kompleksan (složen) terapijski pokret, kao i podela vežbi prema osnovnim ciljevima kineziterapijskog tretmana.

Završni deo publikacije tretira sve vidove i oblike terapijskog pokreta. Značajan deo teksta odnosi se na ranu vertikalizaciju pacijenta, zatim vežbe transfera, obuku hoda uz upotrebu ortopedskih pomagala, obuku hoda sa štapom, štakama, hodalicama, vežbe balansa i slično.

Budući da proprioceptivnim vežbama pripada značajno mesto, kako u prevenciji, tako i u rehabilitaciji povreda u sportu, autorka i ovoj problematici posvećuje određeni prostor. Skrećemo pažnju čitaocima na područje proprioceptivnog treninga, treningu stabilizacione muskulature, senzomotoričkom treningu i principima proprioceptivnog treninga.

Pored svega, dr Milićev respektabilni obim teksta koristi za ilustrativni prikaz vežbi istezanja, odnosno za poboljšanje pokretljivosti, disanja, jačanja, poboljšanje koordinacije i dr.

Prof. dr Miladin Radisavljević¹

Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

UDK 615.825(075.8)(049.32)

¹ ✉ skola@vss.edu.rs