

## فصل اول: بیومکانیک و پاتومکانیک مهره‌های گردنی

۲۶	مهره‌های گردنی فوقانی.....
۲۸	مهره‌های گردنی تحتانی.....
۲۹	مهره‌های خنثی.....
۲۹	انحنای گردنی.....
۳۰	عملکرد عضلانی در گردن.....
۳۱	گروه‌های عضلانی.....
۳۹	مدل جدید طبقه‌بندی عضلات.....
۴۰	نقش عضلات گردنی در فعالیت‌های دیگر.....
۴۱	بیومکانیک و پاتومکانیک کمربند شانه‌ای.....

## فصل دوم: نوروفیزیولوژی عملکرد طبیعی ستون مهره‌های گردنی

۴۶	مقدمه.....
۴۶	گیرنده‌های مکانیکی مفصل.....
۴۷	گیرنده‌های مکانیکی عضله.....
۴۷	دوک عضله.....
۴۹	اندام گلژی تاندون GTO.....
۵۱	سایر گیرنده‌ها.....
۵۱	تون عضلانی.....
۵۲	برنامه‌های حرکتی (موضعی).....
۵۳	فعالیت‌های رفلکسی در ستون فقرات گردنی.....
۵۳	رفلکس کششی.....
۵۵	رفلکس فلکسور.....
۵۵	رفلکس فیدبک تشن.....
۵۵	رفلکس‌های گروه II.....
۵۷	تأثیر اختلال عملکرد ناحیه گردن روی سیستم عصبی مرکزی.....

## فصل سوم: اختلال عملکرد در کمر بند گردنی - شانه‌ای

مقدمه.....	۶۰
اختلال عملکرد مفصل.....	۶۰
اختلال عملکرد عضله.....	۶۰
اختلال عملکرد سیستم لیمبیک.....	۶۱
اختلال عملکرد نورون واسطه.....	۶۲
اسپاسم رفلکسی.....	۶۶
نقاط ماشه‌ای عضلانی.....	۶۷
اختلال عملکرد پوست و بافت نرم زیر پوستی.....	۶۹

## فصل چهارم: عملکرد و اختلال عملکرد عضلات کمر بند گردنی شانه‌ای

مقدمه.....	۷۴
عضلات توراکواسکاپولار.....	۷۴
عضلات تراپزیوس.....	۷۶
عضله لواتور اسکاپولا.....	۷۷
عضلات رومیوئید.....	۷۸
عضله سراتوس آتریور.....	۷۹
عضله پکتورالیس مینور.....	۸۱
عضلات توراکوهیومرال.....	۸۳
عضله پکتورالیس ماژور.....	۸۴
عضله لاتیسیموس دورسی.....	۸۵
عضلات اسکاپولاهیومرال.....	۸۶
عضله دلتوئید.....	۸۷
عضله سوپراسپایناتوس.....	۸۹
عضله اینفراسپایناتوس.....	۹۱
عضله ترس مینور.....	۹۱
عضله ساب اسکاپولاریس.....	۹۳

## فصل پنجم: ضرورت ارزیابی وضعیت و الگوهای حرکتی در درمان

سندرم‌های اختلال حرکتی کمر بند گردنی شانه‌ای.....	۹۸
---	----

## فصل ششم: ارزیابی وضعیت و الگوهای حرکتی در کمر بند شانه‌ای

ارزیابی وضعیت.....	۱۰۶
نمای قدامی.....	۱۰۶
نمای خارجی.....	۱۰۷
نمای خلفی.....	۱۰۹
راستای طبیعی در شانه.....	۱۰۹
راستای غیر طبیعی در اسکاپولا.....	۱۰۹
راستای طبیعی در هیرمروس.....	۱۱۶
راستای طبیعی در مهره‌های پشتی.....	۱۱۹
راستای غیر طبیعی در مهره‌های پشتی.....	۱۱۹
ارزیابی الگوهای حرکتی در کمر بند گردنی شانه‌ای.....	۱۲۰
الگوی حرکتی فلکسیون مهره‌های گردنی.....	۱۲۱
روش ارزیابی الگوی حرکتی فلکسیون مهره‌های گردنی.....	۱۲۱
الگوی حرکتی ثبات مهره‌های گردنی.....	۱۲۳
روش ارزیابی الگوی حرکتی ثبات مهره‌های گردنی.....	۱۲۳
الگوی حرکتی حالت نشسته به ایستاده.....	۱۲۵
الگوی حرکتی حالت قدم برداشتن.....	۱۲۷
الگوی حرکتی عکس‌العمل وضعیتی پا.....	۱۲۷
ارزیابی حساسیت حرکتی مهره‌های گردنی.....	۱۲۸
ارزیابی رفلکس S.....	۱۲۸
ارزیابی الگوی حرکتی تنفسی.....	۱۲۸
ارزیابی الگوهای حرکتی کمر بند شانه‌ای.....	۱۳۰
ارزیابی الگوی حرکتی ابداکسیون شانه.....	۱۳۰
ارزیابی الگوی حرکتی هل دادن.....	۱۳۲
ارزیابی الگوی حرکتی فلکسیون شانه.....	۱۳۳
ارزیابی الگوی حرکتی روتاسیون به سمت خارج شانه.....	۱۳۸

## فصل هفتم: الگوهای بالینی اختلال عملکرد عضلانی در کمر بند گردنی شانه‌ای

مقدمه.....	۱۴۳
سندرم متقاطع فوقانی.....	۱۴۸
الگوهای حرکتی اصلی که در این سندرم مختل می‌گردند.....	۱۴۹

اختلال ریتم اسکاپولا هیومرال .....	۱۴۹
اختلال الگوی فلکسیون گردنی .....	۱۵۰
اختلال در قرارگیری کتف روی قفسه سینه در هنگام حرکت Push up .....	۱۵۰
اختلال در الگوی تنفسی .....	۱۵۰
وضعیت متماثل به جلو .....	۱۵۲
عضلات خاص درگیر در الگوهای حرکتی .....	۱۵۵
عضلات ساب اکسی پیتال .....	۱۵۵
عضلات اسکالن .....	۱۵۵
عضله پکتورالیس ماژور .....	۱۵۶
عضله دیافراگم .....	۱۶۰
عضلات تراپز میانی و تحتانی .....	۱۶۰
عضله سراتوس آنتریور .....	۱۶۱
عضله لواتواسکاپولا .....	۱۶۲
درد انتشاری .....	۱۶۳

### فصل هشتم: روش‌های فیزیوتراپی الگوهای حرکتی غیر طبیعی در کمربند گردنی شانه‌ای

درمان اختلال عملکرد عضله .....	۱۶۶
آزاد سازی فاشیا .....	۱۷۳
اصلاح الگوهای حرکتی .....	۱۷۸
اصلاح تغییر ریتم اسکاپولا هیومرال .....	۱۷۸
اصلاح تغییر فلکسیون گردنی .....	۱۸۵
اصلاح وضعیت Push up .....	۱۸۷
اصلاح الگوی تنفسی .....	۱۹۴

### فصل نهم: فیزیوتراپی سندرم‌های اختلال حرکتی در اسکاپولا - ارزیابی و درمان

مقدمه .....	۲۰۰
سندرم روتاسیون به سمت پایین اسکاپولا .....	۲۰۰
اختلالات آناتومیکی که با این سندرم یافت می‌شوند .....	۲۰۱
الگوهای حرکتی در این سندرم مختل می‌شوند .....	۲۰۳
اختلالات وضعیتی که ممکن است باعث ایجاد این سندرم شوند .....	۲۰۳
اختلال عملکردی عضلات در این سندرم .....	۲۰۴
فیزیوتراپی سندرم روتاسیون به سمت پایین اسکاپولا .....	۲۰۶

۲۰۹	..... سندرم دپرشن اسکاپولا
۲۱۰	..... اختلالات آناتومیکی که با این سندرم یافت می‌شوند.
۲۱۰	..... الگوهای حرکتی که در این سندرم مختل می‌شوند.
۲۱۰	..... اختلالات وضعیتی که این سندرم را ایجاد می‌نمایند.
۲۱۰	..... اختلال عملکردی عضلات در این سندرم
۲۱۱	..... فیزیوتراپی سندرم دپرشن اسکاپولا
۲۱۲	..... سندرم ابداکسیون اسکاپولا
۲۱۲	..... اختلالات آناتومیکی که با این سندرم یافت می‌شوند.
۲۱۲	..... الگوهای حرکتی که در این سندرم مختل می‌شوند.
۲۱۳	..... اختلالات وضعیتی که این سندرم را ایجاد می‌کند.
۲۱۴	..... اختلال عملکردی عضلات در این سندرم
۲۱۵	..... فیزیوتراپی سندرم ابداکشن اسکاپولا
۲۱۶	..... سندرم Winging اسکاپولا
۲۱۶	..... اختلالات آناتومیکی که با این سندرم یافت می‌شوند.
۲۱۶	..... الگوهای حرکتی مختل در این سندرم
۲۱۶	..... اختلالات وضعیتی که باعث این سندرم می‌شوند.
۲۱۷	..... اختلال عملکردی عضلات در این سندرم
۲۱۷	..... فیزیوتراپی سندرم Winging اسکاپولا

## فصل دهم: فیزیوتراپی سندرم‌های اختلال حرکتی در هیومروس - ارزیابی و درمان

۲۲۲	..... مقدمه
۲۲۲	..... سندرم گلاید قدامی هیومروس
۲۲۳	..... الگوهای حرکتی مختل در این سندرم
۲۲۳	..... اختلالات وضعیتی که ممکن است باعث ایجاد این سندرم شوند
۲۲۳	..... اختلال عملکردی عضلات در این سندرم
۲۲۴	..... فیزیوتراپی سندرم گلاید قدامی هیومروس
۲۲۷	..... سندرم گلاید فوقانی هیومروس
۲۲۷	..... اختلالات آناتومیکی که با این سندرم یافت می‌شوند
۲۲۸	..... الگوهای حرکتی که در این سندرم مختل می‌شوند
۲۲۸	..... اختلال عملکردی عضلات در این سندرم
۲۲۹	..... فیزیوتراپی سندرم گلاید فوقانی هیومروس
۲۳۰	..... سندرم روتاسیون داخلی شانه

۲۳۰.....	اختلالات آناتومیکی که با این سندرم رخ می دهند
۲۳۱.....	الگوهای حرکتی که در این سندرم مختل می شوند
۲۳۱.....	اختلالات وضعیتی که ممکن است باعث ایجاد این سندرم شوند
۲۳۲.....	اختلال عملکردی در این سندرم
۲۳۵.....	سندرم هیومروس کم تحرک
۲۳۶.....	الگوهای حرکتی که در این سندرم مختل می شوند
۲۳۶.....	اختلال عملکردی در این سندرم
۲۳۷.....	فیزیوتراپی سندرم هیومروس کم تحرک

## فصل یازدهم: کاربرد روشهای Taping در درمان سندرمهای اختلال حرکتی در کمر بند گردنی شانه‌ای

۲۴۵.....	کاهش درد در Taping از طریق برداشتن فشار از روی بافت به طریق طولی (روش مستقیم)
۲۴۶.....	کاهش درد در Taping از طریق برداشتن فشار از روی بافت به طریق عرضی (روش مستقیم)
۲۴۷.....	کاهش درد از طریق غیر مستقیم
۲۵۰.....	انواع روش‌های Taping

## فصل دوازدهم: تمرینات ثبات دهنده در درمان بی ثباتی کمر بند گردنی شانه‌ای

۲۶۸.....	ثبات ناحیه گردن
۲۷۱.....	بی ثباتی ناحیه گردن
۲۷۲.....	تغییر شکل الیاف عضله
۲۷۲.....	درمان اختلال عملکرد حرکتی، بی ثباتی کمر بند گردنی شانه‌ای با استفاده از تمرینات ثبات دهنده
۲۷۵.....	بازآموزی ثبات عملکردی (نقش عضلات گلوبال و لوکال)
۲۷۶.....	روند پیشرفت تمرین درمانی (رویکرد نوین)
۲۸۲.....	بازآموزی حسی حرکتی برای ثبات کتف
۲۸۳.....	تمریناتی که در وضعیت چهار دست و پا انجام می شوند
۲۸۸.....	تمرین با باند ورزشی
۲۹۰.....	تمرین بازآموزی ایزوتونیک و هوازی

## فصل سیزدهم: بازآموزی وضعیتی

## فصل چهاردهم: تاثیر سوزن خشک بر نقاط درد در عضلات ربع فوقانی بدن