

فهرست مطالب

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
۶۶	عملکرد عضلانی در وضعیت ایستاده روی یک پا		فصل ۱: کینز یولوژی و بیومکانیک مفصل هیپ
۶۸	کاهش نیروی عضلانی در حالت ایستاده روی یک پا	۱	مقدمه
۷۰	استفاده از عصا در همان سمت و سمت مقابل	۱	سطوح مفصلی در هیپ
۷۴	پاتولوژی مفصل هیپ	۳	زوایای استابوبوم
۷۹	ناهنجاریهای استخوانی فمور	۵	سطح مفصلی دیستال (سر فمور)
۷۹	▪ کو کسا والگا	۶	زاویه انحراف سر و گردن فمور
۸۰	▪ کو کسا وارا	۷	زاویه تورشن فمور
۸۲	▪ آنته ورژن و رتروورژن	۸	تطابق مفصلی
۸۴	نکته بالینی: کشش درمانی عضلات دو مفصلی	۹	ثبات مفصل هیپ
		۹	فشار داخل کپسولی در مفصل هیپ
		۱۰	کپسول مفصل هیپ
۸۷	ساختمان مفصل تیبیو فمورال	۱۱	لیگامان های مفصل هیپ
۸۹	تاثیر شکل سطوح مفصلی بر حرکت تیبیوفمورال	۱۵	وضعیت Closed Packed هیپ
۹۰	راستای تیبیو فمورال و نیروهای تحمل وزن	۱۶	ساختار تحمل کننده وزن در مفصل هیپ
۹۳	منیسک ها	۱۹	استئو کینماتیک
۹۸	کپسول مفصل زانو	۲۲	حرکات لگن در مفصل هیپ
۱۰۱	پلیکای پاتلا	۲۷	حرکات هماهنگ فمور، لگن و فقرات کمری
۱۰۳	لیگامان ها	۲۸	عملکرد مفصل هیپ در زنجیره بسته
۱۰۳	▪ لیگامان طرفی داخلی	۳۰	عصب گیری عضلات و مفصل هیپ
۱۰۵	▪ لیگامان طرفی خارجی	۳۱	عضلات مفصل هیپ
۱۰۸	▪ لیگامان متقاطع قدامی	۳۲	▪ فلکسورها
۱۲۰	▪ لیگامان متقاطع خلفی	۴۰	▪ اداکتورها
۱۲۲	▪ لیگامان های کپسولار خلفی	۴۳	▪ اکستانسورها
۱۲۵	ایلیوتیبیال باند	۵۰	▪ ابداکتورها
۱۲۶	بورس مفصل زانو	۵۸	▪ چرخاننده های خارجی
۱۲۷	کینماتیک های مفصل زانو	۶۱	▪ چرخاننده های داخلی
۱۲۷	▪ فلکسیون و اکستانسیون	۶۴	حداکثر گشتاور تولیدی توسط انقباض عضلات هیپ
۱۲۹	▪ چرخش داخلی / خارجی	۶۴	عملکرد عضلانی در وضعیت ایستاده روی دو پا
۱۳۱	آرتر و کینماتیک حین فلکسیون - اکستانسیون		

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
	فصل ۳: بیومکانیک مجموعه مچ و پا	۱۳۴	قفل شدن زانو و خارج شدن از آن
۱۸۸	مقدمه	۱۳۶	جمع بندی حرکت تیبیو فمورال
۱۸۹	تعریف حرکات	۱۳۷	عضلات فلکسور
۱۹۰	مفصل مچ پا (تالوکرورال)	۱۴۲	عمل گروهی عضلات فلکسور - روتاتور
۱۹۱	مفصل تیبیو فیولار فوقانی	۱۴۳	حداکثر گشتاور عضلات فلکسور - روتاتور زانو
۱۹۲	مفصل تیبیو فیولار تحتانی	۱۴۴	گروه اکستانسور زانو
۱۹۳	استخوان شناسی تالوس	۱۴۸	تاثیر نوع تمرین بر نیروی کوآدریسپس
۱۹۴	کپسول و لیگامان ها	۱۵۰	تاثیر پاتلا بر عملکرد عضله کوآدریسپس
۱۹۷	محور مفصل مچ پا	۱۵۳	تعامل بین بارهای وارده بر هیپ و زانو
۱۹۸	عملکرد مفصل مچ پا	۱۵۴	رابطه گشتاور درونی عضله کوآدر با زاویه مفصل
۱۹۹	آرتروکنیماتیک	۱۵۵	پاتومکانیک Extensor Lag
۲۰۱	دامنه حرکتی	۱۵۷	تثیت سازی زانو
۲۰۲	ثبات پیشرونده مفصل تالوکرورال طی ایستایش ...	۱۵۹	گشتاور عضلانی فلکسور زانو
۲۰۳	مفصل ساب تالار	۱۵۹	راستای غیر طبیعی زانو در صفحه فرونتال
۲۰۳	ساختار مفصل ساب تالار	۱۶۲	راستای غیر طبیعی زانو در صفحه ساژیتال
۲۰۴	لیگامان ها	۱۶۲	سینرژی بین عضلات تک مفصلی و دو مفصلی
۲۰۵	عملکرد ساب تالار	۱۶۵	مفصل پاتلوفمورال
۲۰۶	محور ساب تالار	۱۶۵	تطابق (میزان تماس) در مفصل پاتلوفمورال
۲۰۶	حرکت مفصل ساب تالار در حالت عدم تحمل وزن	۱۶۷	حرکات پاتلا
۲۰۷	حرکت مفصل ساب تالار در حالت تحمل وزن	۱۷۰	راستای پاتلوفمورال
۲۰۹	اثر حرکت مفصل ساب تالار روی ساق	۱۷۱	استرس مفصل پاتلوفمورال
۲۱۱	دامنه حرکتی و وضعیت خنثی مفصل ساب تالار	۱۷۳	نیروی عکس العمل مفصلی پاتلوفمورال در ...
۲۱۲	مفصل تارسال عرضی یا مید تارسال	۱۷۵	ثبات مفصل پاتلوفمورال در صفحه فرونتال
۲۱۳	ساختمان مفصل تارسال عرضی	۱۷۸	تثیت سازی غیر قرینه پاتلوفمورال
۲۱۵	محور مفصل تارسال عرضی	۱۸۴	سندروم درد پاتلوفمورال
۲۱۶	عمل مفصل تارسال عرضی	۱۸۴	تمرینات تحمل وزن در ..
۲۱۹	پروناسیون ناحیه عقبی پا در حالت تحمل وزن و ..	۱۸۶	صدمات مفصل زانو و مفصل پاتلوفمورال

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
۲۵۲	عضلات کمپارتمان خارجی	۲۲۰	سوپیناسیون ناحیه عقبی پا در حالت تحمل وزن و ..
۲۵۴	عمل عضلات پلاتنار فلکسور به عنوان اکستانسور زانو	۲۲۲	عمل ترکیبی مفاصل ساب تالار و تارسال عرضی
۲۵۵	بیومکانیک بلند شدن روی نوک انگشتان	۲۲۴	فواید کینزیولوژی یک پروناسیون کنترل شده طبیعی
۲۵۶	اثرات ضعف و کوتاهی گاستروکنمیوس	۲۲۵	مفاصل تارسو متاتارسال
۲۵۶	اثرات ضعف و کوتاهی سولئوس	۲۲۶	محورها
۲۵۷	اثرات ضعف و کوتاهی تیبیالیس خلفی	۲۲۷	اعمال مفاصل تارسو متاتارسال
۲۵۷	اثرات ضعف و کوتاهی فلکسور دیزیتروم لونگوس	۲۲۸	پیچش به سوپیناسیون
۲۵۸	اثرات ضعف و کوتاهی فلکسور هالوسیس لونگوس	۲۲۸	پیچش به پروناسیون
۲۵۸	اثرات ضعف و کوتاهی پروئوس لونگوس و برویس	۲۲۹	ملاحظات کینماتیک مفاصل تارسو متارس در راه رفتن
۲۵۸	عضلات کمپارتمان قدامی	۲۳۰	مفاصل متاتارسو فالانژیال
۲۵۹	اثرات ضعف و کوتاهی تیبیالیس قدامی	۲۳۲	عملکرد مفاصل متاتارسو فالانژیال
۲۶۰	اثرات ضعف و کوتاهی اکستانسور هالوسیس لونگوس	۲۳۲	اکستانسیون متاتارسو فالانژیال و لولای متاتارسال
۲۶۰	اثرات ضعف و کوتاهی اکستانسور دیزیتروم لونگوس	۲۳۳	هالوکس ریجیدوس
۲۶۰	عضلات اینترنسیک	۲۳۳	دفورمیتی انگشت چکشی
۲۶۴	پای صاف	۲۳۴	فلکسیون، ابداکسیون و اداکسیون متاتارسو فالانژیال
۲۶۶	پای طاقدیسی	۲۳۴	هالوکس والگوس
۲۶۸	فلج عضلانی پس از آسیب عصب فیولار یا تیبیال	۲۳۶	مفاصل اینترفالانژیال
فصل ۴: کینزیولوژی راه رفتن و دویدن		۲۳۶	قوس های کف پا
۲۷۱	تعریف سیکل راه رفتن	۲۳۸	عملکرد قوس های کف پا
۲۷۱	توصیف کننده های مکانی راه رفتن	۲۳۸	پلاتنار آپونورز
۲۷۳	توصیف کننده های زمانی راه رفتن	۲۴۱	توزیع وزن
۲۷۴	مراحل سیکل راه رفتن	۲۴۲	عمل مفاصل ناحیه جلوی پا حین
۲۷۵	تقسیم بندی مراحل ایستایش و Swing	۲۴۳	کمک عضلات در حمایت از قوس های پا
۲۷۸	جابجائی مرکز ثقل بدن و کنترل آن	۲۴۵	عضلات میچ و پا
۲۸۰	ملاحظات انرژی جنبشی و پتانسیل	۲۴۵	عصب دهی عضلات و مفاصل
۲۸۲	کینماتیک صفحه ساژیتال	۲۴۷	عضلات کمپارتمان خلفی
۲۸۷	کینماتیک در صفحه فرونتال	۲۵۱	فعالیت عضلات پلاتنار فلکسور و سوپیناتور حین ...

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
۳۷۱	کنترل پاسچر حین حرکت	۲۸۹	کینماتیک در صفحه افقی
۳۷۲	کینتیک و کینماتیک پاسچر	۲۹۱	کینماتیک تنه و اندام فوقانی
۳۷۳	نیروهای عکس العمل زمین	۲۹۴	مصرف انرژی
۳۷۴	نقش ارزیابی پاسچر و راستا در فیزیوتراپی	۲۹۷	فعالیت عضلانی
۳۷۵	پوسچر ایده آل ایستادن	۳۰۴	کینتیک
۳۷۶	تحلیل پوسچر ایستاده: از نمای پهلو (جانبی)	۳۰۷	نیروهای عکس العمل زمین
۳۸۰	تحلیل پوسچر ایستاده: صفحه فرونتال	۳۱۰	مسیر مرکز فشار
۳۸۲	پوسچر ایده آل نشستن	۳۱۰	گشتاورها و توان های مفصل
۳۸۳	انحراف های رایج از راستای ایده آل	۳۱۸	نیروهای مفصلی و تاندون
۳۹۲	تغییرات پوسچرال در طول عمر	۳۲۰	آغاز و پایان گیت
۳۹۴	تغییرات پاسچرال دینامیک	۳۲۹	بالا و پایین رفتن از روی پله ها
۳۹۶	منابع مورد استفاده	۳۳۱	کینزیولوژی دویدن
		۳۳۱	توصیف کننده های مکانی و زمانی
		۳۳۲	مراحل ایستایش و سوئینگ
		۳۳۳	کینماتیک های مفصل
		۳۴۲	جابجایی مرکز ثقل بدن
		۳۴۲	ملاحظات انرژی
		۳۴۳	فعالیت عضلانی (حین دویدن)
		۳۴۸	کینتیک (نیروی عکس العمل زمین)
		۳۴۹	مسیر مرکز فشار
		۳۵۰	گشتاورها و توان ها
		۳۵۵	عوامل موثر بر مکانیک دویدن
		۳۵۷	اختلالات عملکردی راه رفتن
فصل ۵: پوسچر			
		۳۶۴	پوسچرهای استاتیک و دینامیک
		۳۶۷	کنترل پوسچر
		۳۶۹	استراتژی های کنترل پاسچر