

تقدیم به

افراد دارای اسکولیوز که با همت و تلاش سعی در اصلاح وضعیت بدنی خود دارند.

فهرست

۱	فصل اول: انواع اسکولیوز
۱	مقدمه
۴	انواع اسکولیوز
۵	نوع 3CH
۸	نوع 3CTL
۹	نوع 3C
۹	نوع 3CL
۱۰	نوع 4C
۱۱	نوع 4CL
۱۲	نوع 4CTL
۱۳	نوع Double Thoracic
۱۵	فصل دوم: مراحل درمان اسکولیوز با نگرش جدید
۱۵	بخش اول Physio-logic program
۱۸	بخش دوم ADL
۲۳	بخش سوم 3D made easy
۲۴	برای درمان گروه سه انحنایی (بجز 3CL)
۲۵	برای درمان گروه چهار انحنایی (همراه با 3CL)
۲۶	بخش چهارم New Power Schroth
۲۶	تمرین اول: Muscle Cylinder
۲۸	تمرین دوم: 50X exercise
۳۰	تمرین سوم: The door handle exercise
۳۱	تمرین چهارم: The frog at the pond
۳۳	تمرین پنجم: Raising the pelvis
۳۴	استراتژی‌های اصلاح
۳۶	ویژگی‌های خاص مکانیسم اصلاح چهار انحنایی و نمونه‌هایی از اصلاحات
۴۱	توانبخشی راه رفتن
۴۲	(SSTR) Scoliosis Short-Term Rehabilitation

۴۳	فصل سوم: درمان فیزیوتراپی اسکولیوز برای بچه‌ها
۴۳	اصول تمرینات PEP (Periphery-evoking postural reaction)
۴۳	PEP برای انحنای توراسیک
۴۵	PEP برای انحنای لومبار
۴۹	فصل چهارم: درمان بیماران بالای ۷۰ درجه با روش اصلی شروت
۴۹	یادآوری اصول جنرال اصلاحی در متد اصلی شروت
۴۹	اصول اختصاصی در متد شروت
۵۳	فصل پنجم: بیوفیدبک و بريس
۵۳	بیوفیدبک
۵۵	بریس
۶۰	تصویربرداری Formetric
۶۱	فصل ششم: ابزار نوسان پذیر (Flexi-bar, Bodyblade)
۶۵	نکته پایانی
۶۶	منابع