

# فهرست کتاب

## ۱۱ فصل اول: کلیات.....

۱۳	مقدمه .....
۱۴	روش های کینزیوتیپ .....
۱۴	ویژگی های کینزیوتیپ .....
۱۵	روش کینزیوتیپ در مقایسه با سایر تیپ ها .....
۱۵	ضروریات کاربرد تیپ .....
۱۶	اصطلاحات استفاده شده در روش کینزیوتیپ .....
۱۷	آماده کردن پوست .....
۱۷	کشش بافتی .....
۱۸	کشش تیپ یا میزان تنش .....
۱۸	اثر Recoil .....
۱۹	جهت تیپ .....
۲۰	اصول کینزیوتیپ .....
۲۱	کاربرد نوارهای برش خورده در کینزیوتیپ .....
۲۵	جدا کردن تیپ از روی پوست .....
۲۵	آموزش به بیمار .....
۲۶	محدودیت های احتمالی روش کینزیوتیپ .....
۲۶	مشکلات اولیه در استفاده از کینزیوتیپ .....
۲۶	اندازه و انواع مختلف کینزیوتیپ .....
۲۷	موارد عدم استفاده (کنتراندیکاسیون) .....
۲۷	ملاحظات .....
۲۸	احتیاطات .....
۲۹	باید های کینزیوتیپ (کارهایی که در روش کینزیوتیپ همیشه باید انجام داد) .....
۳۰	نباید های کینزیوتیپ (کارهایی که در روش کینزیوتیپ نباید انجام داد) .....
۳۰	ضروریات کاربرد پیشرفته ی کینزیوتیپ .....

## ۳۳ فصل دوم: معرفی تکنیک های تصحیحی.....

۳۴	تکنیک های کاربردی تصحیحی .....
۳۶	تصحیح مکانیکال .....
۴۰	تصحیح فاشیا .....
۴۶	تصحیح فضایی .....
۵۰	تصحیح لیگامان / تاندون .....
۵۴	تصحیح فانکشنال .....
۵۶	تصحیح لنفاوی / جریان خون .....

## ۶۱ فصل سوم: سر و گردن.....

۶۲	سردرد ناشی از انقباض عضلات .....
۶۴	مفصل تمپورومندیولار .....
۶۵	نورالژیای تری ژمینال .....
۶۶	اسپوندیلیت گردنی .....
۶۸	اسپیرین گردن یا آسیب شلاقی .....

## ۷۱ فصل چهارم: شانه.....

۷۲	تاندونیت یا گیرافتادگی روتاتور کاف .....
۷۴	دیسفانکشن اسکاپولوهومرال .....
۷۷	بی ثباتی شانه، قدامی یا چند محوری .....
۸۰	بورسیت شانه .....

اسپرین مفصل اکرومیوکلایویکلار..... ۸۲

شانه‌ی یخ زده ..... ۸۴

تاندونیت بایسپس ..... ۸۷

نورواپراکسیای شبکه‌ی بازویی..... ۹۰

**فصل پنجم: تنه و پشت..... ۹۳**

سندرم دهانه‌ی خروجی توراسیک..... ۹۴

کشیدگی (اسپرین) مفصل استرنوکلایویکلار..... ۹۶

اسکولیوز..... ۹۸

شکستگی یا کوفتگی (contusion) دنده ..... ۱۰۱

نورالژیای بین دنده‌ای ..... ۱۰۳

جداشدگی یا اسپرین کوستوکندرال ..... ۱۰۴

استرین عضلات ارتور اسپاین، ناحیه‌ی کمری ..... ۱۰۵

اسپرین یا التهاب مفصل ساکروایلیاک ..... ۱۰۹

اسپوندیلولیزیس یا اسپوندیلولیزتیزیس ..... ۱۱۲

درد میوفاشیال کمر..... ۱۱۶

**فصل ششم: آرنج و ساعد..... ۱۱۹**

شلی والگوس آرنج..... ۱۲۰

بورسیت آرنج..... ۱۲۲

هایپر اکستنشن آرنج..... ۱۲۴

اپی کندلیت خارجی آرنج..... ۱۲۶

اپی کندلیت داخلی آرنج..... ۱۲۹

لیگ (قطعه) کوچک آرنج..... ۱۳۱

سندرم تونل کارپال (CTS)..... ۱۳۴

لنف ادما - ادم اندام فوقانی ..... ۱۳۸

**فصل هفتم: مچ و دست..... ۱۴۱**

اسپرین مچ دست..... ۱۴۲

سندرم دکورون ..... ۱۴۵

اسپرین انگشت، لیگامان طرفی رادیال یا اولنار ..... ۱۴۸

انگشت چکشی ..... ۱۵۰

دررفتگی بند انگشتان ..... ۱۵۱

شست اسکی بازان یا دروازه‌بان‌ها ..... ۱۵۲

**فصل هشتم: لگن و ران..... ۱۵۵**

استئوآتریت هیپ..... ۱۵۶

بورسیت تروکانتریک ..... ۱۵۸

Hip pointer- Iliac crest contusion..... ۱۶۰

ضرب دیدگی / استرین کوادریسپس ..... ۱۶۱

استرین اداکتور یا کشاله ران ..... ۱۶۵

استرین همسترینگ ..... ۱۶۸

سندرم فریکشن ایلوتیبیال باند..... ۱۷۰

Shin Splint یا سندرم استرس داخلی تیبیا ..... ۱۷۴

سیاتیکا..... ۱۷۸

**فصل نهم: زانو و ساق پا..... ۱۸۱**

هماتوم / سندرم کمپارتمان قدامی ..... ۱۸۲

ادم لنفاوی ساق پا ..... ۱۸۳

تاندونیت پتلا: قطب فوقانی و تحتانی..... ۱۸۴

۱۸۶	تاندونیت پتلا- استفاده از نوار ا
۱۸۸	تاندونیت پتلا- نوار U شکل
۱۹۰	سندرم ترکیبگ پتلا
۱۹۴	کندرومالاسی پتلا
۱۹۶	پلیکای زانو
۱۹۸	سندرم Larsen-johannson و Osgood-schlatter
۲۰۱	لیگامان طرفی داخلی
۲۰۴	تکنیک کینزیوتیپ برای لیگامان صلیبی قدامی
۲۰۷	اکستنشن بیش از حد زانو
۲۰۹	مینیسک زانو
۲۱۱	استئوآرتریت یا فیوژن مزمن زانو
۲۱۴	التهاب بورس زانو
۲۱۶	بورسیت یا تاندونیت عضلات پنجه غازی
۲۱۹	زانوی دوندگان یا دوچرخه سواران

## فصل دهم: مچ و پا ۲۲۱

۲۲۲	التهاب فاشیای پلانتار
۲۲۴	تاندونیت یا تئوسینوویت آشیل
۲۲۷	بورسیت خلفی کالکانتوس (رترو کالکانتال)
۲۲۸	التهاب آپوفیز کالکانتوس (سندروم sever)
۲۲۹	اسپرین خارجی مچ پا
۲۳۵	اسپرین داخلی مچ پا
۲۳۹	درفتنگی تاندون پرونتال
۲۴۱	هالوکس والگوس
۲۴۴	انگشت چکشی
۲۴۵	درفتنگی انگشت
۲۴۷	انگشت Turf - هایپراکستنشن انگشت بزرگ
۲۵۰	قوس متاتارسال
۲۵۲	نرومای بین انگشتی (مورتون)

## فصل یازدهم: تبیینگ ترکیبی ۲۵۵

۲۵۶	تکنیک ترکیبی تاندونیت آشیل
۲۵۸	تکنیک ترکیبی مفصل آکرومیو کلاویکولار
۲۶۰	تکنیک ترکیبی استرین اداکتور
۲۶۱	تکنیک ترکیبی هایپراکستنشن آرنج
۲۶۳	تکنیک ترکیبی استرین همسترینگ
۲۶۴	تکنیک ترکیبی Hip Pointer یا کوفتگی کرس ایلپاک
۲۶۶	تکنیک ترکیبی هایپراکستنشن زانو
۲۶۸	تکنیک ترکیبی در آسیب‌های لیگامان‌های طرفی داخلی / خارجی
۲۷۰	تکنیک ترکیبی در التهاب اپی کندیل داخلی / خارجی هیومروس
۲۷۱	تکنیک ترکیبی قوس متاتارسال: تکنیک Low Dye
۲۷۳	تکنیک ترکیبی قوس متاتارسال: با استفاده از تیپ سنتی و کینزیوتیپ
۲۷۴	تکنیک ترکیبی / بریس تاندونیت پتلا
۲۷۵	تکنیک ترکیبی در التهاب فاشیای پلانتار
۲۷۷	تکنیک ترکیبی مربوط به استرین / کوفتگی کوادرپسپس
۲۷۸	تکنیک ترکیبی در شین اسپلینت یا سندرم استرس داخلی تیبیا
۲۷۹	تکنیک ترکیبی Turf toe
۲۸۱	تکنیک ترکیبی در شلی والگوس آرنج
۲۸۳	تکنیک ترکیبی استرین مچ دست