

بنا

آشنایی با ناهنجاریهای ساختاری در بدن انسان

اصغر حبیبی

مریم حیدریان

مصطفی حقیقی

محمد رضا حقی رودی



انتشارات
گنج علم

انتشارات گنج علم

آشنایی با ناهنجاریهای ساختاری در بدن انسان

نویسندگان: اصغر حقیقی، مریم حیدریان، مصطفی حقیقی، محمدرضا حقی وردی

ویراستار: سعید طاووسی

صفحه آرا: سمیرا کایدی

طراح جلد: دلارام پری پیکر

ناشر: گنج علم

چاپ اول: تابستان ۹۸

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

سازگاری: ۷۰-۹۱-۶۰۸۵-۶۲۲-۹۷۸

بها: ۴۸۰۰ تومان

نشانی: شیراز، چهارراه ۱۵ خرداد، ابتدای خیابان قصردشت، کرچه، پلاک ۱

تلفن: ۰۷۱۳۲۳۰۴۰۱۷

آدرس سایت: www.gpub.ir

ایمیل: Ganjelpub@gmail.com

«کلیه ی حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است.»



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

عنوان و نام پدیدآور	آشنایی با ناهنجاریهای ساختاری در بدن انسان / نویسندگان اصغر حقیقی... و دیگران.
مشخصات نشر	شیراز: گنج علم، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	۱۹۳ ص.: مصور (بخشی رنگی)، نمودار.
شابک	۴۸۰۰۰۰ ریال ۷-۹۷-۶۰۸۵-۶۲۲-۹۷۸ :
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	نویسندگان اصغر حقیقی، مریم حیدریان، مصطفی حقیقی، محمدرضا حقی رودی.
یادداشت	تألیف: ص ۱۸۱-۱۹۳.
موضوع	استخوان ها -- ناهنجاری ها
موضوع	Bones -- Abnormalities
موضوع	ساق ها، فقرات -- ناهنجاری ها
موضوع	Spine -- Abnormalities
شناسه افزوده	حقیقی، اصغر ۱۳۴۵
شناسه افزوده	Hagnigh, Asghar
رده بندی کنگره	۹۳۰RC :
رده بندی دیویی	۶۱۶/۷۱ :
شماره کتابشناسی ملی	۵۸۲۳۴۸۷ :

فهرست مطالب

۷	• فصل اول: خط ثقل
۷	صفحه شطرنجی
۸	وضعیت بدنی استاندارد
۸	مزایای وضعیت بدنی مطلوب
۸	علائم قابل مشاهده وضعیت‌های نامطلوب
۸	عوارض وضعیت نامطلوب بدن
۹	علل عمومی وضعیت بدنی نامطلوب
۹	استفاده از خط شاقولی برای تشخیص ناهنجاری‌ها
۹	خط کش منعطف ۴۰ سانتی متر
۱۰	کایفومتر
۱۱	اسکولیومتر
۱۳	• فصل دوم: ستون فقرات
۱۷	بیماری‌های ستون مهره‌های گردنی، ناهنجاری‌های مادرزادی
۲۰	سندرم اسکالن قدامی Scalenus Anticus Syndrome
۲۱	سل ستون مهره‌ای گردنی
۲۲	دژنراسانس دیسک بین مهره‌ای گردن
۲۳	فتق دیسک بین مهره‌های گردنی Herniated Disc of the Cervical Spine
۲۴	تشخیص افتراقی
۲۵	آرتریت دژنراتیو مهره‌های گردن
۳۲	بیماری‌های ستون فقرات پشتی و کمری
۳۴	لغزش مهره یا اسپوندیلولیزستریس
۳۶	اسپینا بیفیدا (Spina Bifida)
۳۸	فقدان مادرزادی استخوان خاجی
۳۸	گوز پشتی یا کیفوز Kyphosis
۴۲	سرکج
۴۳	سر به جلو
۴۴	پشت کج یا اسکولیوز
۴۵	ناهنجاری پشت گرد / کیفوزپشتی
۴۷	کمر گود
۴۹	ارزیابی کوتاهی عضلات سوئز خاصره‌ای (تست توماس)

۵۰	ارزیابی کوتاهی عضلات همسترینگ.....
۵۰	اندازه‌گیری زاویه قوس کمر.....
۵۰	پشت تابدار.....
۵۱	کمر صاف.....
۵۳	پشت صاف.....
۵۳	افزایش قوس کمر.....
۵۴	رگ به رگ شدن کمر (Lumbosacral Sprain).....
۵۵	نکاتی که بیمار مبتلا به کمر درد در زندگی روزمره باید رعایت کند.....
۵۵	دستورات لازم در موقع نشستن.....
۵۶	دستورات لازم در موقع رانندگی.....
۵۷	دستورات لازم در موقع ایستادن و راه رفتن.....
۵۸	دستورات لازم در موقع خوابیدن.....
۵۹	دستورات لازم در موقع بلند کردن اشیاء.....
۶۰	دستورات لازم در مورد کارهای شاد در حیات منزل و ورزش.....
۶۰	ورزش‌های ویلیامز Williams Exercise.....
۶۷	برای بیماران مبتلا به کمر درد چه ورزش‌هایی مفید و چه ورزش‌هایی مضر است؟.....
۶۷	ورزش‌های مضر برای بیماران مبتلا به کمر درد.....
۶۸	ورزش‌های مفید برای بیماران مبتلا به کمر درد.....
۶۹	مبتلایان به کمر درد چه موقع باید از کرسی‌های کمر استفاده بکنند؟.....
۶۹	اسکولیوز.....
۷۰	روش Cobbs در اندازه‌گیری قوس اسکولیوز.....
۷۴	سل ستون مهره‌ای پشتی و کمری Lumbar Spine.....
۷۹	آبسه سلی.....
۷۹	فلج اندام‌های تحتانی ناشی از سل ستون مهره‌ای.....
۸۱	آسیب‌ها و بیماری‌های دیسک بین مهره‌ای.....
۸۲	دژنراتیو دیسک بین مهره‌ای Degenerative disc disease.....
۸۳	تقسیم‌بندی علل کمر درد.....
۸۴	درد سیاتیک (Sciatica).....
۸۵	فتق دیسک بین مهره‌ای.....
۹۲	استئوآرتریت مهره‌های پشتی کمری.....
۹۳	• فصل سوم: مقدمه.....

۹۳	زانوی ضربدري.....
۹۸	ارزيابي کوتاهي عضله کشنده پهن نيام.....
۹۹	زانوي پړانتری.....
۱۰۰	زانوي خم.....
۱۰۲	پای چرخیده به خارج.....
۱۰۳	کف پای صاف.....
۱۰۵	انواع کف پای صاف از نظر علت شناسی.....
۱۰۶	صافی کف پا در جوانان و نوجوانان.....
۱۰۶	صافی کف پا در بزرگسالان.....
۱۰۷	ديگر تقسيم‌بندی کف پای صاف.....
۱۰۷	راه‌های کاهش صاف کف پا.....
۱۱۲	عقب زدگی زانو.....
۱۱۴	انگشت چکشی.....
۱۱۶	انگشت شست کج پا.....
۱۳۹	تعادل، سالمندی و خستگی.....
۱۲۱	• فصل چهارم: مقدمه.....
۱۳۳	نحوه صحیح خم شدن، بلند کردن و حمل اشیاء.....
۱۳۵	حالت‌های نادرست خوابیدن.....
۱۳۶	حالت‌های درست خوابیدن.....
۱۳۹	• فصل پنجم: مقدمه.....
۱۴۰	تغییر فرآیند سالمندی.....
۱۴۱	تغییرات فیزیولوژیک طبیعی ناشی از سالیان خوردگی.....
۱۴۴	ورزش‌های نشسته.....
۱۴۸	انعطاف‌پذیری.....
۱۴۹	تعادل.....
۱۵۱	قدرتی.....
۱۵۴	آشنایی با تجهیزات آزمایشگاهی.....
۱۸۱	منابع.....