

Αφιέρωση, v
Ευχαριστίες, xi
Για τον συγγραφέα, xiii
Συμμετέχοντες συγγραφείς, xv
Πρόλογος, xix
Εισαγωγή, xxiii
Συνεργάτες ελληνικής έκδοσης, xxiv
Πρόλογος 3ης ελληνικής έκδοσης, xxv
Πρόλογος 1ης ελληνικής έκδοσης, xxvi
Πρόλογος 2ης ελληνικής έκδοσης, xxviii

ΕΝΟΤΗΤΑ I Η βάση για την αποκατάσταση της κάκωσης, 1
Κεφάλαιο 1 Βασικά ζητήματα για τον σχεδιασμό ενός προγράμματος αποκατάστασης για τον τραυματισμένο αθλητή, 3
Κεφάλαιο 2 Κατανόηση και διαχείριση της διαδικασίας της επούλωσης κατά τη διάρκεια της αποκατάστασης, 26
Κεφάλαιο 3 Η διαδικασία της αξιολόγησης στην αποκατάσταση, 66
Κεφάλαιο 4 Ψυχοκοινωνικά ζητήματα για την αποκατάσταση του αθλητιατρικού ασθενή, 108

ΕΝΟΤΗΤΑ II Επιτυγχάνοντας τους στόχους της αποκατάστασης, 135
Κεφάλαιο 5 Εδραίωση της σταθερότητας του επίκεντρου στην αποκατάσταση, 137
Κεφάλαιο 6 Ανάκτηση του νευρομυϊκού ελέγχου, 166
Κεφάλαιο 7 Ανάκτηση της στατικής σταθερότητας και της ισορροπίας, 200
Κεφάλαιο 8 Αποκατάσταση του εύρους τροχιάς της κίνησης και βελτίωση της ευκαμψίας, 244
Κεφάλαιο 9 Ανάκτηση της μυϊκής δύναμης, της αντοχής και της ισχύος, 276
Κεφάλαιο 10 Συντήρηση της καρδιοαναπνευστικής φυσικής κατάστασης κατά τη διάρκεια της αποκατάστασης, 304

ΕΝΟΤΗΤΑ III Τα εργαλεία της αποκατάστασης, 323
Κεφάλαιο 11 Η πλειομετρική εξάσκηση στην αποκατάσταση, 325
Κεφάλαιο 12, Εξάσκηση με ανοικτή και κλειστή κινητική αλυσίδα στην αποκατάσταση, 355
Κεφάλαιο 13 Τεχνικές κινητοποίησης των αρθρώσεων και τεχνικές έλξης στην αποκατάσταση, 383
Κεφάλαιο 14 Τεχνικές ιδιοδεκτικής νευρομυϊκής διευκόλυνσης στην αποκατάσταση, 415
Κεφάλαιο 15 Η υδροθεραπεία στην αποκατάσταση, 443
Κεφάλαιο 16 Λειτουργική πρόοδος και λειτουργικός έλεγχος στην αποκατάσταση, 474

ΕΝΟΤΗΤΑ IV Τεχνικές αποκατάστασης για συγκεκριμένες κακώσεις, 509
Κεφάλαιο 17 Αποκατάσταση κακώσεων του ώμου, 511
Κεφάλαιο 18 Αποκατάσταση κακώσεων του αγκώνα, 597
Κεφάλαιο 19 Αποκατάσταση κακώσεων του καρπού, του χεριού και των δαχτύλων, 634
Κεφάλαιο 20 Αποκατάσταση κακώσεων της βουβωνικής χώρας, του ισχίου και του μηρού, 684
Κεφάλαιο 21 Αποκατάσταση κακώσεων του γόνατος, 742

Κεφάλαιο 22 Αποκατάσταση κακώσεων της κνήμης, 823

Κεφάλαιο 23 Αποκατάσταση των κακώσεων της ποδοκνημικής και του ποδιού, 866

Κεφάλαιο 24 Αποκατάσταση κακώσεων της σπονδυλικής στήλης, 932

Γλωσσάρι, 997

Οικονομικές σχέσεις, 1002

Ευρετήριο, 1003