



VAKALARLA SPORDA FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON

Editörler

Prof. Dr. Nevin Ergun

Prof. Dr. Gül Baltacı

Prof. Dr. Aydan Aytar

Prof. Dr. Seher Özyürek

Dr. Fzt. Gamze Şenbursa Keklik

Dr. Fzt. Burak Ulusoy

Hipokrat
Yayınçılık

© 2025 25.YILA ÖZEL VAKALARLA SPORDA FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON

ISBN: 978-625-6169-25-8

Tüm hakları saklıdır. 5846 ve 2936 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri yasası gereği; bu kitabın basım, yayın ve satış hakları Hipokrat Yayınevi'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bölümler içinde kullanılan resim ve bilgilerin sorumluluğu o bölümün yazar(lar)ına aittir.

Editörler

Prof. Dr. Nevin Ergun

Prof. Dr. Gül Baltacı

Prof. Dr. Aydan Aytar

Prof. Dr. Seher Özyürek

Dr. Fzt. Gamze Şenbursa Keklik

Dr. Fzt. Burak Ulusoy

Yayıncı

Hipokrat Yayınevi

Grafik-Tasarım

Hipokrat Grafik Tasarım

Baskı - Cilt

Sözkesen Matbaacılık

İvedik Organize 1518. Sokak Matsit İş Merkezi No: 2/40

Tel: (0312) 395 21 10 - Yenimahalle / Ankara

Hipokrat
Yayıncılık

Süleyman Sırrı Cad. No:16/2 Sıhhiye
Tel: (0312) 433 03 05 - 15 ANKARA
www.hipokratkitabevi.com



25. yıla özel tüm meslektaşlarımıza...

HAYAT EN GÜZEL HEDİYE!

Fizyoterapistlik mesleği, insan sevgisine sahip olarak hastalara karşı saygılı, etik değerler doğrultusunda yaşam kalitesini korumak ve artırmak amacıyla fizyoterapi- rehabilitasyonu en iyi şekilde uygulamayı öğreten bir meslektir. En popüler özelleşme alanlarından biri olan spor fizyoterapistliği ise; günümüzde sahip olduğu değerler doğrultusunda, sadece sporculara değil aktif olmak, egzersiz yapmak isteyen her yaştaki bireylere yol gösteren, sağlıklı kalmak isteyen kişilerde; koruyucu ve önleyici eğitimler ve yaklaşımları kullanarak yaşam kalitelerini artıran, psikososyal açıdan destek veren, profesyonel bir mesleğin uzmanlık alanıdır.

Spor fizyoterapistleri; yüksek profesyonel ve etik standartları koruyarak, tüm yaş ve yetenekteki sporcularla, yaralanmaların önlenmesi, optimal fonksiyonun restorasyonu ve spor performansının geliştirilmesi amaçlarıyla güvenli fiziksel aktivitenin sağlanması, gerekli önerilerin verilmesi, rehabilitasyon ve antrenman stratejilerinin geliştirilmesinde *fair-play* ve *anti-doping* konusunda ileri yeterliliklere sahip profesyonellerdir. Profesyonellik, problem çözme becerisi, liderlik, iletişim, takım ruhuna sahip olan spor fizyoterapistleri kendi mesleki beceri ve bilgilerini; devamlı gelişimleri takip ederek kendi standartlarını, kanıta dayalı bilimsel gelişmeler üzerine oturtturarak, tecrübelerini diğer meslektaşları ile paylaşarak ve onlardan edindiği bilgileri de sentezleyerek pratik uygulamalarına yansıtarak geliştirirler.

Ülkemizde, spor fizyoterapistlerinin tanınmasını sağlayan ve 6 Kasım 1999'da kurduğumuz "Spor Fizyoterapistleri Derneği" aynı yıl Uluslararası Spor Fizyoterapi Federasyonu'nun (*International Federation Sports Physiotherapy*) kuruluş çalışmalarına katılarak kurucu üyelerinden biri olmuştur. Derneğimizin Gençlik Komisyonu ise 4 Kasım 2015'te kurulmuştur. Bu yıl, Derneğimizin 25 inci kuruluş yılını kutluyoruz. Bugüne kadar Dernekte, bu alanda sahada, takımlarda, hastanelerde ve üniversitelerde görev yapan tüm arkadaşlarımıza spor fizyoterapistliğini ulaştırdıkları mesleki değerler için çok teşekkür ediyoruz.

2025 yılında; tüm emeklerimizin, özverili çalışmalarımızın ve ülkemizde bu alanda çalışan tüm spor fizyoterapistlerinin ortaya koyduğu çabalarla gerçekleşen başarı resmimizi, mesleğimizi temsil eden Spor Fizyoterapistleri Derneğimiz adına "**25. Yıla Özel Vakalarla Sporda Fizyoterapi ve Rehabilitasyon**" başlıklı bu kitabımız ile anmak, sizlere ulaşmak ve paylaşarak birlikte kutlamak istedik.

Yolu, hayatın kaynağı olan hareketten ve yaşama sevincinden geçen herkesle buluşmak dileğiyle...

Prof. Dr. Nevin Ergun - Onursal Başkan

Prof. Dr. Gül Baltacı - Başkan

Prof. Dr. Aydan Aytar - Genel Sekreter

Prof. Dr. Seher Özyürek - Üye

Dr. Fzt. Gamze Şenbursa Keklik - II. Başkan

Dr. Fzt. Burak Ulusoy - Sayman

Katkıda Bulunanlar

vii

Editörler

Nevin ERGUN, Prof. Dr.

SANKO Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Gaziantep

Gül BALTACI, Prof. Dr.

İstanbul Atlas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul

Aydan AYTAZ, Prof. Dr.

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Fakültesi
Ortopedik Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Seher ÖZYÜREK, Prof. Dr.

Dokuz Eylül Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, Protez-Ortez AD., İzmir

Gamze ŞENBURSA KEKLİK, Dr. Fzt.

Animarapha Manuel Terapi ve Refleksoloji Merkezi, Ankara

Burak ULUSOY, Dr. Öğr. Üyesi

Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Çankırı

Yazarlar

Abdulhamit TAYFUR, Dr. Öğr. Üyesi

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, Kırşehir

Ali ZORLULAR, Dr. Fzt.

Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Adana

Ayça AKLAR, Dr. Fzt.

Başkent Üniversitesi, Altunizade Hastanesi, İstanbul

Ayça ARACI, Dr. Öğr. Üyesi

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Alanya

Aydan AYTAZ, Prof. Dr.

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Fakültesi
Ortopedik Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Aynur DEMİREL, Doç. Dr.

Hacettepe Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, Kalp ve Solunum Fizyoterapisi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Aynur OTAĞ, Doç. Dr.

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Sivas

Ayşenur TUNCER Doç. Dr.

Denver, CO, 80238 USA

Barış CELBEK, Uzm. Fzt. Öğr. Gör.

İstanbul Aydın Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Fizyoterapi Programı, İstanbul

Berivan Beril KILIÇ, Dr. Öğr. Üyesi

Biruni Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul

Berkiye KIRMIZIGİL, Doç. Dr.

Doğu Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Kıbrıs

Beyza TAYFUR, Dr. Öğr. Üyesi

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, Kırşehir

Bihter AKINOĞLU, Doç. Dr.

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara

Burak SUBAŞI Uzm. Fzt.

Galatasaray Futbol Akademisi, İstanbul

Burak ULUSOY, Dr. Öğr. Üyesi

Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Çankırı

Bünyamin HAKSEVER, Dr. Fzt.

Fit Level Sağlıklı Yaşam Merkezi, Ankara

Ceyda SEVİNÇ, Dr. Fzt.

Hacettepe Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, Sporda Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Çağlar SOYLU Dr. Öğr. Üyesi

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Fakültesi,
Ortopedik Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Çiğdem AYHAN KURU, Prof. Dr.

Hacettepe Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, Kas iskelet Fizyoterapisi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Çiğdem DEMİR, Uzm. Fzt.

Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Fizyoterapistliği Doktora Programı, Ankara

Damla KARABAY, Dr. Öğr. Üyesi

İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir

Demet TEKİN, Doç. Dr.

İstanbul Rumeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul

Derya ÖZER KAYA, Prof. Dr.

İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir

Dilara KARA, Dr. Öğr. Üyesi

Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü
Ortopedik Fizyoterapi AD., Afyonkarahisar

Dilber KARAGÖZOĞLU COŞKUNCU, Doç. Dr.

Fenerbahçe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul

Ebru KAPLAN, Uzm. Fzt.

Fenerbahçe Beko Basketbol Erkek A Takım, İstanbul

Egemen TURHAN, Prof. Dr.

Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ortopedi ve Travmatoloji AD., Ankara

Elif AYGÜN POLAT, Dr. Öğr. Üyesi

Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ordu

Elif TURGUT, Prof. Dr.

Hacettepe Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, Sporda Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Fatih Emre DOĞAN, Dr. Fzt.

Beşiktaş Futbol A Takımı, İstanbul

Gamze ÇOBANOĞLU DEMİRKAN, Dr. Fzt.

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Güneysu Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, Rize

Gamze ŞENBURSA KEKLİK, Dr. Fzt.

Animarapha Manuel Terapi ve Refleksoloji Merkezi, Ankara

Gazi HURİ, Prof. Dr.

Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ortopedi ve Travmatoloji AD., Ankara
Aspetar FIFA Center of Excellence, Ortopedi ve Spor Hekimliği Hastanesi, Doha, Katar

Gökhan KARAKAŞ, Uzm. Fzt.

Dokuz Eylül Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, Protez-Ortez AD., İzmir

Görkem DİZDAR, Dr. Fzt.

Nörogelişimsel Yoga, İstanbul

Gül BALTACI, Prof. Dr.

İstanbul Atlas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul

Gül Deniz YILMAZ YELVAR, Doç. Dr.

İstinye Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul

Gül Öznur KARABIÇAK, Doç. Dr.

Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Aydın

Gülcan HARPUT, Prof. Dr.

Ankara Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara

Gülşah BAŞANDAÇ, Dr. Fzt.

Pt Akademi Sporcu Sağlığı Merkezi, İstanbul

Günseli USGU, Doç. Dr.

Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Gaziantep

Gürkan GÜNAYDIN, Doç. Dr.

Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Aydın

Hamza ÖZER, Prof. Dr.

Gazi Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Cerrahi Tıp Bilimleri, Ortopedi ve Travmatoloji AD., Ankara

Hande GÜNEY DENİZ, Prof. Dr.

Hacettepe Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, Kas İskelet Fizyoterapisi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

İlilge CEBECİ YILMAZ, Uzm. Fzt.

Fizyo Yoga Eğitim Sağlık Danışmanlık Merkezi, İstanbul

İlhami KURU, Prof. Dr.

Başkent Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ortopedi ve Travmatoloji AD., Ankara

İoakim İPSEFTEL, Dr. Öğr. Üyesi

İstanbul Aydın Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul

Kazım BAYRAM, Uzm. Fzt.

İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., İzmir

Kerem Bilsel, Prof. Dr.

Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi, Ortopedi ve Travmatoloji AD., İstanbul

Kimiya HAJIGHORABNİ, Fzt.

Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

Kübra SARIOĞLU, Uzm. Fzt.

West Fizyoterapi Pilates, Ankara

Leyla ERASLAN, Doç. Dr.

Ankara Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara

Mehmet AKMAN, Uzm. Fzt.

Hungarian University of Sports Science Kinesiology Department, Budapeşte-Macaristan

Mehmet DEMİRTAŞ, Prof. Dr.

İran Cad 15/5 Kavaklıdere, Ankara

Mehmet KAPICIOĞLU, Doç. Dr.

Bezmialem Vakıf Üniversitesi, Ortopedi ve Travmatoloji AD., İstanbul

Mehmet KAYMAKOĞLU, Dr. Öğr. Üyesi

İzmir Ekonomi Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ortopedi ve Travmatoloji AD., İzmir

Merve KESKİN, Uzm. Fzt.

İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir

Merve YILDIZ BAYRAKTAR, Fzt.

Heal+ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon, İstanbul

Murat TOMRUK, Doç. Dr.

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Burdur

Nazlı Büşra CİĞERCİOĞLU, Dr. Öğr. Üyesi

Girne Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Kıbrıs

Necmiye Ün YILDIRIM, Prof. Dr.

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Fakültesi
Ortopedik Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Nevin ATALAY GÜZEL, Prof. Dr.

Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara

Nevin ERGUN, Prof. Dr.

SANKO Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Gaziantep

Nihal GELECEK Prof. Dr.

Dokuz Eylül Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, İzmir

Nihan KAFA, Prof. Dr.

Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara

Nihan ÖZÜNLÜ PEKYAVAŞ, Prof. Dr.

Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara

Orhan ÖZTÜRK, Dr. Öğr. Üyesi

İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir

Özge ÇINAR MEDENİ, Prof. Dr.

Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara

Özge Ece GÜNAYDIN, Dr. Öğr. Üyesi

Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Aydın

Özge Ecem ŞENEL, Uzm. Fzt.

İstinye Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul

Pınar BAŞBUĞ, Dr. Öğr. Üyesi

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü
Ortopedik Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., Muğla

Rabia Tuğba TEKİN, Dr. Öğr. Üyesi

Hacettepe Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, Sporda Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Seda BİÇİCİ ULUŞAHİN, Dr. Öğr. Üyesi

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Fakültesi
Ortopedik Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Seda YILDIZ, Dr. Öğr. Üyesi

Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü (İngilizce), İstanbul

Seher ÖZYÜREK, Prof. Dr.

Dokuz Eylül Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, Protez Ortez AD., İzmir

Sercan YILLI, Uzm. Fzt.

Türkiye Millî Paralimpik Komitesi, İstanbul

Serkan USGU, Doç. Dr.

Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Gaziantep

Serkan UZLAŞIR, Dr. Öğr. Üyesi

Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Nevşehir

Sevgi Sevi YEŞİLYAPRAK, Prof. Dr.

İzmir Bakırçay Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir

Sevtap GÜNAY UÇURUM, Doç. Dr.

İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir

Şeyda Elif ŞENER, Uzm. Fzt.

Pt Akademi Sporcu Sağlığı Merkezi, İstanbul

Taha İbrahim YILDIZ, Dr. Fzt.

Advanced Terapi Klinik, Ankara

Tuğçe KALAYCIOĞLU, Dr. Fzt.

Point Therapy, Ankara

Ulaş Can KOLAÇ, Dr.

Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ortopedi ve Travmatoloji AD., Ankara

Umut ŞAHİN, Fzt.

Fenerbahçe Spor Kulübü Futbol ve Futbol Milli Takımı Spor Fizyoterapisti, İstanbul

Umut Ziya KOÇAK, Doç. Dr.

İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir

Ümit YÜZBAŞIOĞLU, Öğr. Gör.

Toros Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Terapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Mersin

Veyisel ULUDAĞ Uzm. Fzt. Öğr. Gör.

Düzce Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Düzce

Volga BAYRAKCI TUNAY, Prof. Dr.

Hacettepe Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, Sporda Fizyoterapi ve Rehabilitasyon AD., Ankara

Zeynep HOŞBAY, Prof. Dr.

Biruni Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul

ÜST EKSTREMİTE YARALANMALARI

KISIM I: OMUZ

Bölüm 1

Anterior Omuz İnstabiliteleri 3

GÜL BALTACI • MEHMET DEMİRTAŞ

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	3
Klinik Tanım–Tanı Kriterleri	3
Sporcuya Özgü Tedavi Protokolü	4
Spora Dönüş	7

Bölüm 2

Omuz Subluksasyonu 11

TAHA İBRAHİM YILDIZ

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	11
Klinik Tanım–Tanı Kriterleri	11
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	11
Sporcuya Özgü Tedavi Protokolü	12
Spora Dönüş	15

Bölüm 3

Rotator Manşet Rüptürü 17

ULAŞ CAN KOLAÇ • MEHMET KAYMAKOĞLU • GAZİ HURİ

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	17
Klinik Tanımı–Tanı Kriterleri	17
Risk Faktörleri	17
Tanı Yöntemleri	18
Görüntüleme Teknikleri	18
Değerlendirme Yöntemleri	19
Vaka'nın Değerlendirilmesi	20
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	20
Sonuç	22

Bölüm 4**Subakromiyal İmpingement Sendromu 23****ÜMİT YÜZBAŞIOĞLU • EBRU KAPLAN • AYDAN AYTAZ**

Subakromiyal İmpingement Sendromu (SAİS)	23
Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	23
Klinik Tanım–Tanı Kriterleri	23
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	24
Vaka’ya Özgü Tedavi Protokolü ve Spora Dönüş	26
Sonuç	31

Bölüm 5**SLAP Tip 2 Lezyonu 33****SERCAN YILLI • ELİF TURGUT**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	33
Klinik Tanımı–Tanı Kriterleri	33
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	33
Vaka’ya Göre Tedavi Protokolü	34
Spora Dönüş	38

Bölüm 6**Biseps Tendinit 41****ALİ ZORLULAR • NİHAN KAFA**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	41
Klinik Tanımı–Tanı Kriterleri	41
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	42
Vaka’ya Göre Tedavi Protokolü	44
Spora Dönüş	46

Bölüm 7**Biseps Braki Tendon Ruptürü..... 49****DİLARA KARA • KEREM BİLSEL • MEHMET KAPICIOĞLU**

Klinik Sunum–Hikâye	49
Klinik Tanı	50
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	51
Vaka’ya Göre Tedavi Protokolü	53
Spora Dönüş	58

Bölüm 8**Akromiyoklaviküler Eklem Seperasyonu 59****NİHAN ÖZÜNLÜ PEKYAVAŞ • KÜBRA SARIOĞLU**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	59
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	61
Vaka’ya Göre Tedavi Protokolü	62
Spora Dönüş	66

Bölüm 9**Tendon Problemleri (Biceps, Supraspinatus, Infraspinatus)..... 69****SEVGİ SEVİ YEŞİLYAPRAK • DAMLA KARABAY**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	69
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	69
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	69
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	71
Spora Dönüş.....	74

KISIM II: DİRSEK**Bölüm 10****Lateral Dirsek Tendinopatisi 79****LEYLA ERASLAN**

Sporcunun Klinik Sunumu.....	79
Vakanın Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	79
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	79
Vaka'ya Göre Rehabilitasyon Protokolü.....	80
Sonuç.....	85

Bölüm 11**Medial Epikondilit..... 87****SEVTAP GÜNAY UÇURUM**

Sporcunun Klinik Sunumu.....	87
Vakanın Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	87
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	89
Vaka'ya Özgü Rehabilitasyon Protokolü	89
Spora Dönüş.....	94

Bölüm 12**Ulnar Kollateral Ligament Yaralanması 97****GAMZE ÇOBANOĞLU DEMİRKAN**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	97
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	97
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	99
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	99
Spora Dönüş.....	103

KISIM III: EL-EL BİLEĞİ**Bölüm 13****De Quervain Tenosinoviti..... 107****BARIŞ CELBEK • ZEYNEP HOŞBAY**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	107
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	107
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	108
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	110
Spora Dönüş.....	111

Bölüm 14**Triangüler Fibrokartilaj Yaralanması 113****ÇİĞDEM AYHAN KURU • İLHAMİ KURU**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	113
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	113
Görüntüleme Yöntemleri	115
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	115
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	117
Spora Dönüş	121

Bölüm 15**Skafoïd Kırıkları 123****ZEYNEP HOŞBAY • BERİVAN BERİL KILIÇ**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	123
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	124
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	125
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	125
Spora Dönüş	126

ALT EKSTREMİTE YARALANMALARI**KISIM IV: KALÇA****Bölüm 16****Rectus Femoris Kası Muskulotendinöz Bölge Yaralanması 131****İOAKİM İPSEFTEL**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	131
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	132
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	132
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	132

Bölüm 17**Femoroasetabular Sıkışma Sendromu 137****NAZLI BÜŞRA CİĞERCİOĞLU • HANDE GÜNEY DENİZ**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	137
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	137
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	139
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	140
Spora Dönüş	145

Bölüm 18**Addüktör Strain 147****FATİH EMRE DOĞAN • BERKİYE KIRMIZIGİL**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	147
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	148
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	148
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	149
Spora Dönüş	154

Bölüm 19**Osteitis Pubis 157****UMUT ZİYA KOÇAK • ORHAN ÖZTÜRK**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	157
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	157
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	158
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	159
Spora Dönüş	164

Bölüm 20**Atletik Pubalji 167****AYÇA AKLAR**

Tanım	167
Vaka Serisi	168
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	168
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	168

KISIM V: DİZ**Bölüm 21****Ön Çapraz Bağ Yaralanması 177****GÜLCAN HARPUT • ÇİĞDEM DEMİR • EGEMEN TURHAN**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	177
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	177
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	178
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	178
Spora Dönüş	188

Bölüm 22**Arka Çapraz Bağ Rehabilitasyonu 191****MERVE YILDIZ BAYRAKTAR**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	191
AÇB Yırtığı	191
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	191
Spora Dönüş	193

Bölüm 23**Medial Kollateral Ligament (MCL) Yaralanmaları 195****DİLBER KARAGÖZOĞLU COŞKUNSU • BİHTER AKINOĞLU**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	195
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	195
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	196
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	196
Spora Dönüş	200

Bölüm 24**Patellofemoral Ağrı..... 203****CEYDA SEVİNÇ • VOLGA BAYRAKCI TUNAY**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	203
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	203
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	203
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	205
Spora Dönüş.....	208

Bölüm 25**Patellofemoral İnstabiliteler..... 211****BURAK ULUSOY • BURAK SUBAŞI**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	211
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	211
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	211
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	212
Spora Dönüş.....	217

Bölüm 26**Patellar Tendinopati..... 221****GÜL DENİZ YILMAZ YELVAR • ÖZGE ECEM ŞENEL**

Sporcunun Klinik Sunumu.....	221
Klinik Tanımı	221
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	222
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	227

Bölüm 27**Menisküs Yaralanmaları..... 231****MERVE KESKİN • HAMZA ÖZER • DERYA ÖZER KAYA**

Giriş.....	231
Sporcunun Klinik Sunumu— Hikâyesi.....	231
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	231
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	233
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	234
Spora Dönüş.....	238
Sonuç	240

Bölüm 28**Osgood Schlatter 241****GÜL ÖZNUR KARABIÇAK • PINAR BAŞBUĞ**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	241
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	241
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	242
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	242
Spora Dönüş.....	242

Bölüm 29**Dizde Kıkırdak Yaralanmaları..... 247****ELİF AYGÜN POLAT • NEVİN ATALAY GÜZEL**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	247
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	248
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	248
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	249
Spora Dönüş.....	253

Bölüm 30**Plika Sendromu 255****ÖZGE ECE GÜNAYDIN • İLBİLGE CEBECİ YILMAZ**

Sporcunun Klinik Sunumu.....	255
Plika Sendromunun Klinik Tanımı ve Tanı Kriterleri	255
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	256
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	257
Spora Dönüş ve Egzersiz Programı.....	261

Bölüm 31**Pes Anserinus Tendiniti 265****KAZIM BAYRAM • NİHAL GELECEK**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikâye	265
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	265
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	266
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	267
Spora Dönüş.....	270

Bölüm 32**Hamstring Strain..... 273****ÇAĞLAR SOYLU • VEYSEL ULUDAĞ**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	273
Klinik Tanım—Tanı Kriterleri.....	274
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	276
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	277
Spora Dönüş.....	281

Bölüm 33**İliotibial Bant Sendromu..... 283****GÜLŞAH BAŞANDAÇ • ŞEYDA ELİF ŞENER**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	284
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	284
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	285
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	287
Spora Geri Dönüş.....	290

KISIM VI: AYAK-AYAK BİLEĞİ

Bölüm 34

Plantar Fasiit..... 295

GÜNSELİ USGU • SERKAN USGU

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	295
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	295
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Değerlendirme	297
Vaka'ya Göre Tedavi Programı.....	299
Spora Dönüş.....	303

Bölüm 35

Ayak Bileği İnstabilitesi..... 307

SEDA BİÇİCİ ULUŞAHİN

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	307
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	307
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	308
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	315
Spora Dönüş.....	328

Bölüm 36

Aşıl Tendinopati 335

MEHMET AKMAN • GÖKHAN KARAKAŞ • SEHER ÖZYÜREK

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	335
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	335
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	337
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	339
Spora Dönüş.....	343

Bölüm 37

Ayak Bileği Anterior İmpingement Sendromu 347

ABDULHAMİT TAYFUR

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	347
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	347
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	348
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	350
Spora Dönüş.....	353

Bölüm 38

Shin Splints..... 355

BEYZA TAYFUR

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi.....	355
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri.....	355
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	356
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	356
Spora Dönüş.....	357

Bölüm 39**Anterior Kompartman Sendromu 359****SERKAN UZLAŞIR**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	359
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	359
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	360
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	360
Spora Dönüş	361
Sonuç	361

Bölüm 40**Tibialis Posterior Yetmezliği 363****TUĞÇE KALAYCIOĞLU**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	363
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	363
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	365
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	366
Spora Dönüş	368

Bölüm 41**Stres Kırığı 371****DEMET TEKİN**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	371
Klinik Tanı—Tanı Kriterleri	371
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	372
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü ve Spora Dönüş	373

Bölüm 42**Sever Hastalığı (Kalkaneal Apofizit) 377****SEDA YILDIZ**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	377
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	377
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	378
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	378
Spora Dönüş	380

KISIM VII: OMURGA**Bölüm 43****Baş ve Boyun Ağrısı 385****AYŞENUR TUNCER**

Sporcunun Klinik Sunumu—Hikayesi	385
Klinik Tanımı—Tanı Kriterleri	385
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	386
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	391
Spora Dönüş	395

Bölüm 44**Konküzyonlar 397****ÖZGE ÇINAR MEDENİ**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	397
Klinik Tanımı–Tanı Kriterleri	397
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	398
Vaka’ya Göre Tedavi Protokolü	400
Spora Dönüş	402

Bölüm 45**Torakal Kırık..... 403****MURAT TOMRUK**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	403
Klinik Tanımı–Tanı Kriterleri	404
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	404
Vaka’ya Göre Tedavi Protokolü	408
Spora Dönüş	412

Bölüm 46**Faset Eklem Sendromu..... 415****AYÇA ARACI • GÖRKEM DİZDAR**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	415
Klinik Değerlendirme–Tanı Kriterleri	415
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	415
Vaka’ya Göre Tedavi Protokolü	415
Spora Dönüş	419
Sonuç	420

Bölüm 47**Omurga Hiperekstansiyon Yaralanmaları 421****BÜNYAMİN HAKSEVER • KİMİYA HAJIGHORABNİ**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	421
Klinik Tanım–Tanı Kriterleri	421
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri	422
Vaka’ya Göre Tedavi Protokolü	423
Spora Dönüş	425

Bölüm 48**Lumbar Ağrı Sendromu 427****GAMZE ŞENBURSA KEKLİK**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	427
Klinik Tanımı–Tanı Kriterleri	427
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Değerlendirme Yöntemleri	428
Vaka’ya Göre Tedavi Protokolü	430
Spora Dönüş	433

Bölüm 49**Lomber Bölge Kırıkları..... 435****AYNUR OTAĞ**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	435
Klinik Değerlendirme–Tanı Kriterleri	435
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	436
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	436
Spora Dönüş.....	437

Bölüm 50**Mekanik Bel Ağrısı 439****NEVİN ERGUN • Umut ŞAHİN**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	439
Klinik Tanımı–Tanı Kriterleri	439
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	440
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	441
Spora Dönüş.....	444
Sonuç ve Öneriler	444

Bölüm 51**Vertebral Stres Kırığı 447****GÜRKAN GÜNAYDIN**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	447
Klinik Tanımı–Tanı Kriterleri	447
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Değerlendirme Yöntemleri	447
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	448
Spora Dönüş.....	451

Bölüm 52**Spondilolizis ve Spondilolistezis..... 453****AYNUR DEMİREL**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	453
Klinik Tanımı–Tanı Kriterleri	453
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	454
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	456
Spora Dönüş.....	459

Bölüm 53**Sakroiliak Eklem Disfonksiyonu 461****RABİA TUĞBA TEKİN • NECMİYE ÜN YILDIRIM**

Sporcunun Klinik Sunumu–Hikayesi	461
Klinik Tanımı–Tanı Kriterleri	461
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Değerlendirme Yöntemleri.....	463
Vaka'ya Göre Tedavi Protokolü	464
Spora Dönüş.....	466
Sonuç	467

