



**ΘΕΜΑΤΑ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΑΠΟΦΟΙΤΩΝ
ΜΕΤΑΛΥΚΕΙΑΚΟΥ ΕΤΟΥΣ- ΤΑΞΗ ΜΑΘΗΤΕΙΑΣ ΤΩΝ
ΕΠΑ.Λ.**

της ειδικότητας

"ΒΟΗΘΟΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗ"

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. Εξετάσεις Πιστοποίησης Αποφοίτων Μεταλυκειακού Έτους – Τάξη Μαθητείας ΕΠΑ.Λ. 3
2. Θεωρητικό Μέρος: Θέματα Εξετάσεων Πιστοποίησης Αποφοίτων Μεταλυκειακού Έτους – Τάξη Μαθητείας ΕΠΑ.Λ. 4
3. Πρακτικό Μέρος: Εργαστηριακές Ασκήσεις Εξετάσεων Πιστοποίησης Αποφοίτων Μεταλυκειακού Έτους – Τάξη Μαθητείας ΕΠΑ.Λ. 50

1. Εξετάσεις Πιστοποίησης Αποφοίτων Μεταλυκειακού Έτους – Τάξη Μαθητείας ΕΠΑ.Λ.

Οι εξετάσεις Πιστοποίησης των αποφοίτων του Μεταλυκειακού έτους- Τάξη Μαθητείας των ΕΠΑ.Λ. διεξάγονται σύμφωνα με τα οριζόμενα στις διατάξεις της αριθμ. 90050/2018 (Β΄ 2007) κοινής απόφασης «Σύστημα πιστοποίησης των αποφοίτων του Μεταλυκειακού Έτους - Τάξης Μαθητείας των Επαγγελματικών Λυκείων (ΕΠΑ.Λ.)», όπως τροποποιήθηκε και ισχύει, η οποία εκδόθηκε βάσει των διατάξεων του ν. 4186/2013 (Α΄ 193) «Αναδιάρθρωση της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης και λοιπές διατάξεις», και ιδίως του άρθρου 12, όπως τροποποιήθηκε με την παρ. 8 του άρθρου 66 του ν. 4386/2016 (Α΄ 83) και ισχύει.

2. Θεωρητικό Μέρος: Θέματα Εξετάσεων Πιστοποίησης Αποφοίτων Μεταλυκειακού Έτους – Τάξη Μαθητείας ΕΠΑ.Λ.

1. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Ο/η βοηθός φυσικοθεραπευτή προσπαθεί να προσφέρει στον/στην ασθενή όσο το δυνατόν μεγαλύτερη βοήθεια, χρησιμοποιώντας τη κατάλληλη θεραπεία για την αντιμετώπιση του πόνου και παρέχοντας την επιλογή για εναλλακτικές μεθόδους διαχείρισης του πόνου.

2. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποια από τις ακόλουθες ομάδες επιστημόνων υγείας συνιστά μία ομάδα αποκατάστασης;

- α) Φυσικοθεραπευτής – γραμματέας – ασθενής – λογοθεραπευτής - ιατρός
- β) Ιατρός - νοσηλεύτης - τεχνολόγος ακτινολόγος - φυσικοθεραπευτής - ψυχολόγος
- γ) Εργοθεραπευτής – νοσηλεύτης – λογοθεραπευτής - τεχνολόγος ακτινολόγος - φυσικοθεραπευτής
- δ) Φυσικοθεραπευτής – εργοθεραπευτής – νοσηλεύτης – λογοθεραπευτής - ψυχολόγος

3. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Αειφόρος ανάπτυξη είναι η ανάπτυξη που ικανοποιεί τις ανάγκες της κοινωνίας, λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες των _____ γενεών.

- α) προηγούμενων
- β) παρόντων
- γ) μελλοντικών

4. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ο/η επικεφαλής της ομάδας αποκατάστασης οφείλει να έχει ηγετικά χαρακτηριστικά. Τί ακριβώς σημαίνει αυτό;

- α) Να είναι δίκαιος/η και να ασκεί κριτική στους/στις συνεργάτες του
- β) Να παίρνει πρωτοβουλία σε κάθε έργο που πρέπει να φέρει εις πέρας η ομάδα
- γ) Να προσπαθεί να πείσει τους/τις συνεργάτες του για την άποψή του
- δ) Να είναι δίκαιος/η και να ακούει τις απόψεις των συνεργατών του

5. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η ανακύκλωση αποτελεί μία ενέργεια που συμβάλλει στην αιεφόρο ανάπτυξη.

6. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η καλή υγεία και η ευημερία αποτελούν έναν από τους στόχους της βιώσιμης ανάπτυξης.

7. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Τα ηλεκτρομαγνητικά πεδία που αναπτύσσονται από την οθόνη υπολογιστή είναι επικίνδυνα, γι' αυτό συνιστάται η χρήση του μέχρι 8 ώρες ημερησίως.

8. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Για την ασφάλεια των εργαζομένων και των ασθενών, τα βαρύτερα φορτία θα πρέπει να είναι τοποθετημένα _____ ώστε να αποφευχθεί ο κίνδυνος τραυματισμού.

α) χαμηλά

β) ψηλά

9. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Οι πυροσβεστήρες δεν είναι απαραίτητοι σε χώρους όπως το εργαστήριο φυσικοθεραπείας.

10. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Ένα αίτιο πρόκλησης ατυχημάτων στο χώρο ενός φυσικοθεραπευτηρίου είναι _____ του χώρου.

α) η κακή διαρρύθμιση και διαμόρφωση

β) ο χρωματισμός των δαπέδων

γ) η συνύπαρξη πολλών ατόμων στις αίθουσες

11. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Τα καλώδια των μηχανημάτων και των συσκευών του εργαστηρίου μπορεί να προκαλέσουν ηλεκτροπληξία αν έχουν φθαρεί.

12. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται: Μετά τη χρήση του παραφινόλουτρου από έναν/μία ασθενή και αφού το «γάντι» από παραφίνη αφαιρεθεί, πρέπει να το ρίξουμε _____ .

- α) ξανά στο παραφινόλουτρο
- β) στον κάδο απορριμμάτων
- γ) στον κάδο ανακύκλωσης

13. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Τα φύλλα χαρτιού που χρησιμοποιούμε για τον καθαρισμό των ασθενών πρέπει να ανακυκλώνονται στους μπλε κάδους ή σε ειδικούς κάδους ανακύκλωσης χαρτιού.

14. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται: Οι συσκευές ηλεκτροθεραπείας και ειδικότερα όσες εκπέμπουν _____ πρέπει να ελέγχονται για τυχόν διαρροές.

- α) ακτινοβολία
- β) υπερηχητικό κύμα
- γ) θερμότητα

15. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται: Ένας από τους τρόπους μείωσης της παραγωγής απορριμμάτων σε ένα εργαστήριο φυσικοθεραπείας είναι η χρήση _____ .

- α) αυτοκόλλητων ηλεκτροδίων
- β) ηλεκτροδίων από καουτσούκ
- γ) ηλεκτροδίων μιας χρήσης

16. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Για να είναι πιο αποτελεσματική η εφαρμογή αναπνευστικής φυσικοθεραπείας, ο/η ασθενής οφείλει να έχει κάνει το εμβόλιο της γρίπης.

17. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Πόσες είναι, στο σύνολό τους, οι βασικές θέσεις τοποθέτησης ενός ασθενή, για την εφαρμογή μάλαξης;

- α) 3
- β) 6
- γ) 5
- δ) 10

18. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Πόσες είναι, στο σύνολό τους, οι βασικές αρχικές θέσεις τοποθέτησης ενός ασθενή, για την εκτέλεση κινησιοθεραπείας;

- α) 4
- β) 11
- γ) 6
- δ) 10

19. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποια θέση θα τοποθετηθεί ασθενής 75 ετών, με Χρόνια Αναπνευστική Ανεπάρκεια (ΧΑΠ), προκειμένου να του εφαρμοστεί μάλαξη; Το παραπεμπτικό του ιατρού αναφέρει ως διάγνωση «Οσφραλγία Ο3-Ο4»;

- α) πρηνή
- β) ημικαθιστή
- γ) καθιστή
- δ) καθιστή με πλάγια κλίση του κορμού προς τα εμπρός

20. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Τα ζωτικά σημεία που πρέπει να καταγράφονται είναι τα εξής δύο: αναπνοές και σφίξεις.

21. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η καταγραφή της τιμής των σφίξεων στο διάγραμμα γίνεται με μία τελεία κόκκινου χρώματος.

22. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η καταγραφή της τιμής των αναπνοών στο διάγραμμα γίνεται με μία τελεία πράσινου χρώματος.

23. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Κατά τη λήψη ιστορικού από έναν/μία ασθενή και πριν από την εφαρμογή του προγράμματος φυσικοθεραπείας, είναι σημαντικό να γνωρίζουμε _____.

α) την πιθανή φαρμακευτική του/της αγωγή

β) το ύψος του/της σε εκατοστά

γ) τις διατροφικές του/της συνήθειες

24. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η επαγγελματική ενασχόληση του/της ασθενούς είναι μία σημαντική πληροφορία που πρέπει να λαμβάνεται σοβαρά υπόψιν και να καταγράφεται κατά τη λήψη ιστορικού.

25. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποια από τις κάτωθι πρακτικές είναι ορθό να αποφύγει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια, κατά τη λήψη ιστορικού από τον/την ασθενή;

α) Να θέσει ερωτήσεις σχετικές με την κατάσταση της υγείας των γονέων του/της ασθενούς

β) Να ψηλαφίσει την πάσχουσα περιοχή, που αναφέρει ο/η ασθενής στο ιστορικό

γ) Να προβεί στη σύγκριση προηγούμενων φυσικοθεραπευτικών ή άλλων θεραπευτικών προγραμμάτων, στα οποία έχει υποβληθεί ο/η ασθενής

δ) Να συμβουλευτεί ενώπιον του/ της ασθενούς ιατρικές γνωματεύσεις ή πορίσματα εξετάσεων

26. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η λήψη ιστορικού είναι μια διαδικασία μη σχετική με το φυσικοθεραπευτικό πρόγραμμα που θα ακολουθηθεί.

27. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιοι είναι οι απαραίτητοι χώροι ενός εργαστηρίου φυσικοθεραπείας;

- α) Δωμάτιο αναμονής ασθενών, τουαλέτα, χώροι θεραπείας ασθενών
- β) Τουαλέτα, σαλόνι, γυμναστήριο, χώροι εφαρμογής μάλαξης
- γ) Σαλόνι, χώροι θεραπείας, χώροι υδροθεραπείας, χώρος αναμονής, γραφείο υποστήριξης

28. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η διαρρύθμιση του χώρου θεραπείας θα πρέπει να εξασφαλίζει την ιδιωτικότητα των ασθενών.

29. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Το φυσικοθεραπευτήριο θα πρέπει να βρίσκεται σε ισόγειο χώρο.

30. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Η αειφόρος ανάπτυξη στοχεύει στην εκμετάλλευση φυσικών πόρων με _____ ρυθμό από αυτόν με τον οποίο ανανεώνονται.

- α) ίσο
- β) μεγαλύτερο
- γ) μικρότερο

31. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η αίθουσα γυμναστηρίου ενός εργαστηρίου φυσικοθεραπείας περιλαμβάνει κρεβάτι έλξης

32. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Σε ένα εργαστήριο φυσικοθεραπείας, το παραφινόλουτρο είναι τοποθετημένο στην αίθουσα _____:

- α) γενικής θεραπείας
- β) υδροθεραπείας
- γ) ηλεκτροθεραπείας
- δ) γυμναστηρίου

33. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:
Σε ένα εργαστήριο φυσικοθεραπείας, το laser είναι τοποθετημένο στην αίθουσα _____:

- α) γενικής θεραπείας
- β) υδροθεραπείας
- γ) ηλεκτροθεραπείας
- δ) γυμναστηρίου

34. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Κάθε πότε είναι καλό οι συσκευές φυσικοθεραπείας να συντηρούνται και να ελέγχονται για την ορθή λειτουργία τους;

- α) μία φορά το μήνα
- β) καθημερινά
- γ) πριν από κάθε χρήση
- δ) μία φορά την εβδομάδα

35. Βάλτε σε σωστή χρονική σειρά τα βήματα που πρέπει να ακολουθηθούν, κατά τον έλεγχο καλής λειτουργίας μιας συσκευής ηλεκτροθεραπείας, μεταφέροντας το γράμμα, μπροστά από κάθε βήμα της διαδικασίας.

- α) Βρέχουμε τις ειδικές θήκες από σφουγγάρι και κατόπιν περνάμε τα ηλεκτρόδια σε αυτές
- β) Θέτουμε τη συσκευή σε λειτουργία (ON)
- γ) Τοποθετούμε τα καλώδια με τα ηλεκτρόδια στις αντίστοιχες υποδοχές της συσκευής
- δ) Ρυθμίζουμε τη συσκευή στο πρόγραμμα που επιθυμούμε
- ε) Πατάμε το κουμπί της έναρξης (START)
- στ) Σταθεροποιούμε τα ηλεκτρόδια με ειδικούς ιμάντες

36. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:
Κατά τον καθαρισμό των ηλεκτροδίων, πρέπει να τα ξεπλένουμε _____.

- α) με νερό και κατόπιν να τα τρίβουμε με χαρτί ή πετσέτα
- β) με νερό και να τα αφήνουμε στον ήλιο ή σε κάποιο θερμαντικό σώμα για να στεγνώσουν

- γ) με οινόπνευμα και να περιμένουμε μετά να εξατμιστεί
- δ) με νερό και να τα αφήνουμε να στραγγίξουν

37. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιο από τα παρακάτω αποτελεί στόχο της βιώσιμης ανάπτυξης;

- α) η αξιοπρεπής εργασία
- β) η αγορά καταναλωτικών αγαθών
- γ) η μείωση των βιομηχανικών ειδών
- δ) η μείωση των αναπτυξιακών υποδομών

38. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Μία βασική δεξιότητα για την εκτέλεση των καθηκόντων της γραμματειακής υποστήριξης σ' ένα οργανωμένο εργαστήριο φυσικοθεραπείας είναι _____

- α) η τηλεφωνική ομιλία
- β) η ευπρεπής εμφάνιση
- γ) ο χειρισμός Η/Υ
- δ) η καθαριότητα

39. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ένα άτομο, που θα αναλάβει τη γραμματειακή υποστήριξη του χώρου φυσικοθεραπείας, ποια χαρακτηριστικά θα πρέπει να έχει;

- α) οργανωτικότητα, σωστή διαχείριση χρόνου, ιεράρχηση προτεραιοτήτων, εχεμύθεια, αξιοπιστία, ευγένεια
- β) ακαδημαϊκό υπόβαθρο διοίκησης επιχειρήσεων, αξιοπιστία, ευγένεια
- γ) εργατικότητα, ακαδημαϊκό υπόβαθρο διοίκησης επιχειρήσεων, εχεμύθεια, αξιοπιστία, ευγένεια

40. Από τον παρακάτω πίνακα, επιλέξτε μία μόνο λέξη από τη στήλη Α και μεταφέρετέ τη στο κενό (α) και μία μόνο λέξη από τη στήλη Β και μεταφέρετέ τη στο κενό (β) της ακόλουθης πρότασης.

Το υποπόδιο βελτιώνει τη(ν) (α) _____ του σώματος ενώ ταυτόχρονα ανακουφίζει τις ενοχλήσεις κυρίως της (β) _____ μοίρας της σπονδυλικής στήλης.

στήλη Α	στήλη Β
ενδυνάμωση	αυχενικής
στάση	θωρακικής
ελαστικότητα	οσφυϊκής

41. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Ο/η βοηθός φυσικοθεραπευτή μπορεί να βοηθήσει τη μετακίνηση του ασθενούς υποστηρίζοντας τον με ειδικές λαβές.

42. Από τον παρακάτω πίνακα, επιλέξτε μία μόνο λέξη ή φράση από τη στήλη Α και μεταφέρετέ τη στο κενό (α) και μία μόνο λέξη ή φράση από τη στήλη Β και μεταφέρετέ τη στο κενό (β) της ακόλουθης πρότασης.

Κατά την αυτόνομη μεταφορά του/της ασθενούς, αυτός/ή πρέπει να έχει καλό έλεγχο του (α) _____ και των (β) _____ του.

στήλη Α	στήλη Β
κορμού	χεριών
αμαξιδίου	οστών των ποδιών
επιπέδου στήριξης	οστών της λεκάνης

43. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Από ποια πλευρά του/της ασθενούς πρέπει να στέκεται ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια;

- α) υγιή
- β) πάσχουσα
- γ) δεν έχει σημασία

44. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Όταν ο/η ασθενής χρειάζεται να μετακινείται στο κρεβάτι, τότε πρέπει να υπάρχει ένα βοήθημα _____ που θα τον/τη διευκολύνει.

- α) δεμένο σε σταθερό σημείο
- β) βαρύτερο από τον ίδιο/την ίδια
- γ) σε απόστασή μικρότερη του ενός μέτρου

45. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Η αλλαγή από το δίζυγο σε βάδιση με βακτηρίες απαιτεί πολύ καλή _____.

- α) μυϊκή συστολή
- β) ισορροπία
- γ) κιναισθηση

46. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Οι τεχνικές και οι τρόποι μεταφοράς είναι πολλοί και προσαρμόζονται ξεχωριστά ανάλογα με την περίπτωση του/της κάθε ασθενούς.

47. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Για την επιλογή του κατάλληλου είδους αναπηρικού αμαξιδίου από έναν/μία ασθενή, δεν είναι σημαντική προϋπόθεση αυτό να είναι προσαρμοσμένο _____.

- α) στην πάθηση του/της ασθενούς
- β) στο σωματότυπο του/της ασθενούς
- γ) στην αισθητική του/της ασθενούς
- δ) στο χώρο που θα το χρησιμοποιεί ο/η ασθενής

48. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Το αναπηρικό αμαξίδιο με σταθερό σκελετό δίνει τη δυνατότητα της εύκολης μεταφοράς του/της ασθενούς σε διάφορα μέρη εκτός του σπιτιού.

49. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Σ' ένα αναπηρικό αμαξίδιο, τα φρένα βρίσκονται _____.

α) στις δύο μπροστινές ρόδες

β) στις δύο πίσω ρόδες

γ) στα υποπόδια

50. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Σ' ένα αναπηρικό αμαξίδιο, οι _____ ρόδες έχουν τη δυνατότητα περιστροφής, για να είναι πιο εύκολη η μετακίνησή του.

α) δύο μπροστινές

β) δύο πίσω

γ) δύο δεξιές

δ) δύο αριστερές

51. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Ο γερανός είναι μια στέρεη μεταλλική κατασκευή με την οποία μπορούμε να σηκώσουμε ένα άτομο από την καρέκλα, που βρίσκεται και να το μεταφέρουμε σε μία άλλη καρέκλα.

52. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποια περίπτωση χρησιμοποιείται ο γερανός για τη μετακίνηση ενός/μίας ασθενούς;

(α) όταν η κατάσταση του/της ασθενούς επιτρέπει τη μετακίνηση του/της από ένα άτομο, με ασφάλεια

(β) όταν η κατάσταση του/της ασθενούς επιτρέπει τη μετακίνηση του/της από ένα ή δύο άτομα, με ασφάλεια

- (γ) όταν η κατάσταση του/της ασθενούς δεν επιτρέπει τη μετακίνηση του/της από ένα άτομο, με ασφάλεια
- (δ) όταν η κατάσταση του/της ασθενούς δεν επιτρέπει τη μετακίνηση του/της από ένα ή δύο άτομα, με ασφάλεια

53. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Για να μπορέσουμε να κάνουμε μία σωστή και με ασφάλεια, μεταφορά ασθενούς με τη χρήση γερανού, θα πρέπει απλά να τον/την τοποθετήσουμε πάνω στο ειδικό κάθισμα που διαθέτει.

54. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Όταν μεταφέρουμε έναν/μία ασθενή με τετραπληγία από το κρεβάτι στο αναπηρικό αμαξίδιο, πρέπει να του/της εξηγήσουμε τον τρόπο μεταφοράς που έχουμε επιλέξει.

55. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Που βασίζεται ένας/μία φυσικοθεραπευτής/τρια για τη μεταφορά ενός/μιας ασθενούς με ημιπληγία από το κρεβάτι στην καρέκλα;

- α) Στη βοήθεια της υγιούς πλευράς του/της ασθενούς
- β) Στη βοήθεια δεύτερου ατόμου, με συνδυαστική λαβή μεταφοράς με τα χέρια
- γ) Στο γερανάκι μεταφοράς ασθενών
- δ) Στη χρήση σεντονιού με μικρό συντελεστή τριβής

56. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Ένας/μία ασθενής με κολόβωμα κάτω άκρου και πριν την εφαρμογή της πρόθεσης δύναται να αλλάξει μόνος/η θέσεις στο κρεβάτι.

57. Να γράψετε στο φύλλο εξέτασης τον αριθμό από τη στήλη Α και δίπλα το γράμμα από τη στήλη Β που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση.

ΣΤΗΛΗ Α Είδος αναπηρικού αμαξιδίου	ΣΤΗΛΗ Β Τύπος ασθενούς (νευρολογική κατάσταση)
1. με στήριγμα κεφαλής	α) εγκεφαλική παράλυση
2. με χαμηλή πλάτη	β) τετραπληγία
3. με ηλεκτρικό χειρισμό	γ) παραπληγία
4. μονοκίνησης, με διπλή στεφάνη	δ) ημιπληγία

58. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Με ποιο τρόπο είναι ασφαλέστερο να γίνεται η μεταφορά ενός/μίας ασθενούς εντός πισίνας, για την εκτέλεση μιας συνεδρίας υδροθεραπείας;

- α) από τα σκαλάκια της πισίνας με τη βοήθεια ενός ατόμου
- β) με φορητή ανυψωτική αιώρα
- γ) από το χείλος της πισίνας με τη βοήθεια δύο ατόμων
- δ) με σταθερό αναβατόριο που φέρει κάθισμα

59. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Η χρήση κρεβατιού ορθοστάτησης ενδείκνυται στην περίπτωση ασθενούς με _____, για τη μεταφορά του/της στην όρθια θέση.

- α) παραπληγία
- β) ημιπληγία
- γ) τετραπληγία

60. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Ασθενής με ημιπληγία πρόκειται να στραφεί πάνω στο κρεβάτι προς την υγιή του πλευρά. Ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια πρέπει να τραβήξει τον/την ασθενή από τα μέλη της ημιπληγικής πλευράς και να τον/την βοηθήσει έτσι να ολοκληρώσει τη στροφή στο πλάι.

61. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Για την επιλογή και εφαρμογή της κατάλληλης τεχνικής Πρώτων Βοηθειών σε ένα άτομο, είναι απαραίτητη η ιατρική διάγνωση του προβλήματος του ατόμου.

62. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Τι προέχει πριν και κατά τη διάρκεια εφαρμογής πρώτων βοηθειών σε ασθενείς;

- α) η ασφάλεια των διασωστών
- β) η υγεία των ασθενών
- γ) η ζωή των ασθενών
- δ) η ασφάλεια του περιβάλλοντος χώρου

63. Τοποθετήστε στη σωστή χρονική σειρά τις ακόλουθες ενέργειες, που πρέπει να γίνουν για την εφαρμογή Πρώτων Βοηθειών σε έναν άνθρωπο, ξεκινώντας από τη στιγμή που γίνεται αντιληπτό ότι ο άνθρωπος αυτός κινδυνεύει.

- α) έλεγχος της ασφάλειας της περιοχής
- β) κλήση για βοήθεια στο 166
- γ) εκτίμηση και αξιολόγηση του συμβάντος
- δ) εκτίμηση της κατάστασης του θύματος

64. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Στην περίπτωση που ο/η διασώστης, κατά την εφαρμογή πρώτων βοηθειών σε κάποιο άτομο, έχει καλέσει βοήθεια στο 166 και το άτομο αυτό έχει ανακτήσει τις αισθήσεις του, τότε μπορεί να αποχωρήσει από το χώρο του συμβάντος.

65. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Το ψαλίδι είναι απαραίτητο εργαλείο του φαρμακείου πρώτων βοηθειών.

66. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Στα απαραίτητα υλικά του φαρμακείου δεν συμπεριλαμβάνονται οι βαζελινούχες γάζες.

67. Να γράψετε στο φύλλο εξέτασης τον αριθμό από τη στήλη Α και δίπλα το γράμμα από τη στήλη Β που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση.

ΣΤΗΛΗ Α Υλικό/ φάρμακο	ΣΤΗΛΗ Β Στόχος
1. Αντιισταμινική αλοιφή	α) Καθαρισμός δέρματος
2. Αποστειρωμένες γάζες	β) Καθαρισμός τραύματος
3. Παρακεταμόλη	γ) Ελαστική περιδέση
4. Επίδεσμοι	δ) Αντιμετώπιση αιμορραγιών
5. Οξυζενέ	ε) Αντιμετώπιση άλγους και πυρετού
6. Οινόπνευμα καθαρά	στ) Νυγμοί εντόμων, κνησμός, αλλεργία δέρματος

68. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Ο τριγωνικός επίδεσμος χρησιμοποιείται για την υποστήριξη των κακώσεων _____

- α) του άνω άκρου
- β) του κάτω άκρου
- γ) της κεφαλής

69. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Σε περίπτωση στηθάγχης, ο πόνος παραμένει ίδιος ή αυξάνεται με την ανάπαυση.

70. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται: Σε περιστατικό πνιγμονής, εφαρμόζεται ο χειρισμός Heimlich, ώστε να βοηθήσουμε την αποβολή _____ από το λάρυγγα του/της ασθενούς.

- α) των πτυέλων
- β) του ξένου σώματος
- γ) του θαλασσινού νερού
- δ) του πύου

71. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Πότε απομακρύνουμε τον/την ασθενή, από την ηλεκτρική πηγή, στην περίπτωση ηλεκτροπληξίας;

- α) αμέσως αφού βεβαιωθούμε πως η ηλεκτρική πηγή δεν είναι ενεργή
- β) μόλις αντιληφθούμε το περιστατικό και χωρίς να χάσουμε χρόνο με οτιδήποτε άλλο
- γ) αφού βρούμε μία σιδερένια ράβδο

72. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Στην περίπτωση που ένα άτομο είναι πεσμένο κάτω και δεν αναπνέει, είναι δυνατόν να συνεχίζεται η καρδιακή του λειτουργία.

73. Να γράψετε στο φύλλο εξέτασης τον αριθμό από τη στήλη Α και δίπλα το γράμμα από τη στήλη Β που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση.

ΣΤΗΛΗ Α Κατάλληλη Τεχνική	ΣΤΗΛΗ Β Έκτακτη ανάγκη
1) Χειρισμός Heimlich	α) Ξένο σώμα στον οφθαλμό
2) Μάσηση δισκίου ασπιρίνης	β) Αιμορραγία μέλους
3) Πλύση με τρεχούμενο νερό	γ) Πνιγμονή
4) Τοποθέτηση περιδέσης	δ) Έμφραγμα μυοκαρδίου

74. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Σε περιστατικό αιμορραγίας ενός μέλους, ασκούμε πίεση με μία γάζα πάνω στην πληγή και κάθε τόσο την αλλάζουμε με μία καθαρή καινούργια.

75. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Σε σοβαρό περιστατικό υποθερμίας, _____, ώστε να βοηθήσουμε την επαναφορά της θερμοκρασίας του σώματος του/της ασθενούς σε κανονικότερα επίπεδα.

- α) ζεσταίνουμε πρώτα τα άκρα
- β) δε μετακινούμε τον/την ασθενή
- γ) εφαρμόζουμε ζεστές κομπρέσες

76. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Στην περίπτωση της τροφικής δηλητηρίασης, σε ποια ενέργεια του ασθενή στοχεύει η παροχή πρώτων βοηθειών;

- α) να κάνει εμετό
- β) να φάει σκέτο ψωμί
- γ) να πάρει καθαρτικά φάρμακα
- δ) να ξαπλώσει σε ύπτια θέση

77. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Στη ρινορραγία ο/η ασθενής πρέπει να γείρει το κεφάλι του προς τα μπροστά.

78. Σε περιστατικό εμφράγματος του μυοκαρδίου, με ποια σειρά πρέπει να εκτελεστούν οι παρακάτω ενέργειες;

- α) Χορήγηση υπογλωσσίων φαρμάκων ή ασπιρίνης
- β) Καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση, εφόσον υπάρχει απώλεια αισθήσεων
- γ) Κλήση στο 166
- δ) Ακίνητοποίηση
- ε) Χαλάρωση τυχόν σφικτού ρουχισμού

79. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η καφεΐνη μπορεί να είναι σωτήρια για ένα άτομο που πάσχει από θερμοπληξία.

80. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Στην παροχή πρώτων βοηθειών στην περίπτωση διαστρέμματος, τι σκοπό έχει η εφαρμογή ελαστικού επιδέσμου;

- α) τη μείωση του χρόνου ίασης
- β) τη μείωση της πιθανότητας χειρουργικής επέμβασης
- γ) τη μείωση του οιδήματος
- δ) τη μείωση της απώλειας θερμότητας από την περιοχή

81. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η περίδεση (ή επίδεση) συγκρατεί το τραυματισμένο μέλος σε ανάλογη ανατομική θέση για να επιτευχθεί σταδιακά η διαδικασία επούλωσης.

82. Βάλτε στη σωστή σειρά τα ακόλουθα είδη επιδέσμων, ξεκινώντας από το είδος επιδέσμου που προσφέρει τη μικρότερη ακινητοποίηση και καταλήγοντας στο είδος του επιδέσμου που προσφέρει τη μεγαλύτερη ακινητοποίηση.

- α) στερεωτικοί επίδεσμοι
- β) γύψινοι επίδεσμοι
- γ) ελαστικοί επίδεσμοι με ημιελαστική ιδιότητα
- δ) ελαστικοί επίδεσμοι με απλή υφαντική κατασκευή

83. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Σε περιπτώσεις περίδεσης (ή επίδεσης), όπως σε μία αιμορραγία, ο επίδεσμος πρέπει να πιέζει εξίσου το μέλος, σε όλη την επιφάνεια εφαρμογής του.

84. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποια από τα παρακάτω είδη επίδεσης (ή περίδεσης) με ελαστικό επίδεσμο και κατά την εφαρμογή της, ο κάθε γύρος επίδεσης με τον επίδεσμο υπερκαλύπτει τον προηγούμενο;

- α) οκτωειδής επίδεση
- β) σπειροειδής επίδεση
- γ) σταυρωτή επίδεση
- δ) κυκλωτερής επίδεση

85. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποια από τα παρακάτω είδη επίδεσης (ή περίδεσης) με ελαστικό επίδεσμο και κατά την εφαρμογή της, ο κάθε γύρος επίδεσης με τον επίδεσμο καλύπτει τον προηγούμενο κατά το ήμισυ;

- α) οκτωειδής επίδεση
- β) σπειροειδής επίδεση
- γ) σταυρωτή επίδεση
- δ) κυκλωτερής επίδεση

86. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιο από τα παρακάτω είδη επίδεσης (ή περίδεσης) με ελαστικό επίδεσμο χρησιμοποιείται για την εφαρμογή πιεστικής επίδεσης;

- α) οκτωειδής επίδεση
- β) κυκλωτερής επίδεση
- γ) σπειροειδής επίδεση
- δ) σταυρωτή επίδεση

87. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιο από τα παρακάτω είδη ελαστικής επίδεσης (ή περίδεσης) χρησιμοποιείται στη διαδικασία της έγερσης ενός ασθενή;

- α) οκτωειδής επίδεση
- β) κυκλωτερής επίδεση
- γ) σπειροειδής επίδεση
- δ) σταυρωτή επίδεση

88. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Πότε θα πρέπει να ανανεωθεί η ανελαστική περιδέση (ή επίδεση) με αυτοκόλλητη ταινία (adhesive tape), όταν αυτή είναι τοποθετημένο απευθείας στο δέρμα;

- α) κάθε μέρα
- β) μετά από 2 ημέρες
- γ) μετά από 2 ημέρες ή το αργότερο μετά από 1 εβδομάδα
- δ) μετά από 10 ημέρες

89. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η θέση της άρθρωσης, κατά την εφαρμογή ανελαστικής περιδέσης (ή επίδεσης), με αυτοκόλλητη ταινία (adhesive tape), θα πρέπει να είναι σταθερή επειδή με αυτόν τον τρόπο εξασφαλίζεται η αναπαυτικότερη δυνατή θέση του ατόμου που θα υποβληθεί στην περιδέση (ή επίδεση).

90. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Για την εφαρμογή ανελαστικής περιδέσης (ή επίδεσης), με αυτοκόλλητη ταινία (adhesive tape), απαιτείται πάντα ξύρισμα της επιδερμίδας κατά την παραμονή της ημέρας της περιδέσης (ή επίδεσης).

91. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Οι κηδεμόνες έχουν στόχο να _____ την στατική και καθιστική ισορροπία του ασθενή.

- α) περιπλέξουν
- β) τελειοποιήσουν
- γ) αντικαταστήσουν
- δ) βελτιώσουν

92. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Τα ορθωτικά μέσα είναι μηχανήματα που εφαρμόζονται στην εσωτερική ή την εξωτερική επιφάνεια του σώματος.

93. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Τα ορθωτικά μέσα βελτιώνουν τη λειτουργικότητα του μέλους.

94. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Τα ορθωτικά μέσα χωρίζονται σε διορθωτικά και _____.

- α) προσθετικά
- β) στηρικτικά
- γ) μη διορθωτικά

95. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Ο θωρακοσφυϊκός κηδεμόνας τύπου Boston χρησιμοποιείται για την οσφυϊκή λόρδωση.

96. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η χρήση κηδεμόνα βοηθά και στη βελτίωση της αναπνευστικής λειτουργίας του/της ασθενούς.

97. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Τι χρειάζεται ένας/μία ασθενής με βλάβη O2-O4;

- α) ένα μηροκνημοποδικό κηδεμόνα
- β) δύο μηροκνημοποδικούς κηδεμόνες
- γ) δύο κνημοποδικούς κηδεμόνες και μία ζώνη οσφύος

98. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Τι χρειάζεται ένας/μία ημιπληγικός ασθενής;

- α) κνημοποδικό κηδεμόνα έξω ή έσω υποδήματος
- β) μηροκνημοποδικό κηδεμόνα
- γ) δύο κνημοποδικούς κηδεμόνες

99. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Τι χρειάζεται ένας/μία ασθενής με βλάβη κάτω από Θ10 και μέχρι O2;

- α) ένα μηροκνημοποδικό κηδεμόνα
- β) δύο μηροκνημοποδικούς κηδεμόνες
- γ) δύο κνημοποδικούς κηδεμόνες και μία ζώνη οσφύος

100. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η καλή υποστήριξη του γόνατος απαιτεί και την προσθήκη επιγονατίδας στον κηδεμόνα.

101. Από πόσες φάσεις αποτελείται ο φυσιολογικός κύκλος βάρδιας του ανθρώπου; Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές.

- α) μία φάση
- β) δύο φάσεις
- γ) τέσσερις φάσεις

102. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Στη φυσιολογική βάρδια του ανθρώπου, η θέση του κορμού είναι _____.

- α) περιοδική
- β) σταθερή
- γ) κατακόρυφη

103. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Στη τέλος της φάσης αιώρησης η ποδοκνημική βρίσκεται σε _____.

- α) ραχιαία κάμψη
- β) πελματιαία κάμψη
- γ) ουδέτερη θέση

104. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η φάση στήριξης αποτελεί το 40% του κύκλου βάρδιας του ανθρώπου.

105. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Στο τέλος της φάσης στήριξης, η άρθρωση του ισχίου βρίσκεται σε υπερέκταση και έσω στροφή.

106. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποια είναι η χαρακτηριστική διαφορά της βάδισης από το τρέξιμο;

- α) η φάση επιβράδυνσης
- β) η φάση διπλής στήριξης
- γ) η φάση επιτάχυνσης
- δ) η φάση πρόσκρουσης πτέρνας

107. Τοποθετήστε σε χρονολογική σειρά τις κινήσεις που κάνει η λεκάνη στη φυσιολογική βάδιση, μεταφέροντας τα γράμματα, που αντιστοιχούν στις κινήσεις που σας δίνονται, με τη σωστή χρονική σειρά.

- α) στροφή λεκάνης στην αντίθετη πλευρά με ταυτόχρονη προσπάθεια να προστατευθεί η πτώση λεκάνης στην πλευρά που δεν υπάρχει υποστήριξη
- β) οπίσθια κλίση λεκάνης
- γ) πρόσθια κλίση λεκάνης

108. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Το δρεπανωτό βάδισμα είναι το βάδισμα της _____.

- α) σπαστικής παραπάρεσης
- β) σπαστικής τετραπάρεσης
- γ) σπαστικής ημιπάρεσης

109. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποια νευρολογική διαταραχή εμφανίζεται το χαρακτηριστικό στοιχείο του ψαλιδισμού;

- α) σπαστική παραπάρεση
- β) σπαστική τετραπληγία
- γ) σπαστική ημιπάρεση
- δ) σπαστική ημιπληγία

110. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Στη χαρακτηριστική βάρδια στη νόσο Πάρκινσον, ο/η ασθενής κάνει μικρά συρόμενα βήματα με τον κορμό σε κάμψη και με τις φυσιολογικές αιωρήσεις των άνω άκρων.

111. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποιο τμήμα του εγκεφάλου, στην περίπτωση που δε λειτουργεί φυσιολογικά, οφείλεται το αταξικό βάρδιασμα;

- α) στο δεξί ημισφαίριο του εγκεφάλου
- β) στο αριστερό ημισφαίριο του εγκεφάλου
- γ) στον ινιακό λοβό του εγκεφάλου
- δ) στην παρεγκεφαλίδα

112. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Η παράλυση του μέσου γλουτιαίου μυός, κατά τη βάρδιαση, οδηγεί σε πτώση της λεκάνης προς τη(ν) _____ πλευρά.

- α) υγιή
- β) δεξιά
- γ) πάσχουσα

113. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποια πάρεση εμφανίζεται το καλπαστικό βάρδιασμα;

- α) του οπίσθιου κνημιαίου μυός
- β) του πρόσθιου κνημιαίου μυός
- γ) του τρίτου περνιαίου μυός
- δ) γαστροκνημίου μυός

114. Να γράψετε στο φύλλο εξέτασης τον αριθμό από τη στήλη Α και δίπλα το γράμμα από τη στήλη Β που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση. (Σημείωση: Περισεύουν δύο χαρακτηριστικά στοιχεία)

ΣΤΗΛΗ Α Είδη παθολογικής βάρδισης	ΣΤΗΛΗ Β Χαρακτηριστικά στοιχεία
1. Σπαστικό βάρδιμα	α) Πτώση λεκάνης προς τη μία πλευρά
2. Βάρδιση με παράλυση μέσου γλουτιαίου	β) Πρόβλημα στην ισορροπία
3. Παρκινσονικό βάρδιμα	γ) Βραδύτητα στην έναρξη της βάρδισης
	δ) Βάρδιση με υπερλόρδωση
	ε) Ψαλιδισμός

115. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποια είναι τα υλικά κατασκευής ορθωτικών μέσων;

- α) αλουμίνιο, πλαστικό, ανοξείδωτο ασάλι
- β) αλουμίνιο, σιλικόνη, κράμα σιδήρου
- γ) πλαστικό, σιλικόνη, ξύλο

116. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Τι περιλαμβάνουν τα βοηθήματα βάρδισης;

- α) βακτηρίες, αμαξίδια, μπαστούνια
- β) μπαστούνια, περιπατητήρες, βακτηρίες
- γ) ειδικά παπούτσια, μπαστούνια, βακτηρίες

117. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Οι πιο σταθερές βακτηρίες είναι οι _____.

- α) Καναδικές
- β) Μασχάλης
- γ) Αγκώνος

118. Τοποθετήστε σε σειρά τα βοηθήματα βάδισης από αυτό που προσφέρει τη μικρότερη βάση στήριξης έως αυτό που προσφέρει τη μεγαλύτερη βάση στήριξης.

- α) Περιπατητήρας
- β) Τετράποδο μπαστούνι
- γ) Απλό μπαστούνι

119. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η βάδιση 4 σημείων είναι η πιο αργή βάδιση από όλες.

120. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Η μέθοδος βάδισης που πλησιάζει περισσότερο τη φυσιολογική βάδιση είναι η βάδιση _____ σημείων.

- α) δύο
- β) τριών
- γ) τεσσάρων

121. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιο πρέπει να κατέβει πρώτα στο κατέβασμα σκάλας με βοήθημα βάδισης;

- α) το γερό πόδι
- β) το αδύναμο πόδι
- γ) το βοήθημα βάδισης

122. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιο πρέπει να ανέβει πρώτα στο ανέβασμα σκάλας χωρίς βοήθημα;

- α) το γερό πόδι
- β) το αδύναμο πόδι

γ) το βοήθημα βάδισης

123. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Στη βάδιση 4 σημείων μέσα στο δίζυγο πρέπει να γίνονται μικρά βήματα.

124. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Μία προσωρινή πρόθεση τοποθετείται μετεγχειρητικά, κυρίως σε ακρωτηριασμούς του κάτω άκρου, κατά τη φάση της αποκατάστασης, για να καλύψει τις ανάγκες του/της ασθενούς σε κινητικότητα σε αυτό το μεταβατικό στάδιο.

125. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιος είναι ο κύριος στόχος των μυοηλεκτρικών προθέσεων;

- α) την αισθητική αρτιότητα του αποτελέσματος
- β) τον περιορισμό των υπερβολικών κινήσεων του άκρου που δέχεται την πρόθεση
- γ) την προσομοίωση των φυσιολογικών κινήσεων του άκρου
- δ) τη μυϊκή χαλάρωση του κορμού του/της ασθενούς

126. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιο από τα παρακάτω δεν αποτελεί κριτήριο για την επιλογή πρόθεσης για έναν/μία κολοβωματία;

- α) Το επίπεδο του ακρωτηριασμού
- β) Το ασφαλιστικό ταμείο
- γ) Το επάγγελμα
- δ) Η παρουσία συνοδών νοσημάτων

127. Η επιτυχής έκβαση της αποκατάστασης, μετά την τοποθέτηση μιας πρόθεσης, εξαρτάται από παράγοντες σωματικούς, νοητικούς και ψυχολογικούς.

Να γράψετε στο φύλλο εξέτασης τον αριθμό από τη στήλη Α και δίπλα το γράμμα από τη στήλη Β που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση. (Σημείωση: όλοι οι παράγοντες πρέπει να αντιστοιχηθούν με κάποια κατηγορία, οπότε σε κάθε κατηγορία περιλαμβάνονται περισσότεροι του ενός παράγοντες)

ΣΤΗΛΗ Α Κατηγορίες παραγόντων	ΣΤΗΛΗ Β Παράγοντες
1. Σωματικοί	α) Οικογενειακή υποστήριξη
2. Νοητικοί	β) Μορφωτικό επίπεδο
3. Ψυχολογικοί	γ) Φυσική κατάσταση
	δ) Επίπεδο επικοινωνίας
	ε) Αντιληπτικότητα
	στ) Αποδοχή πρόθεσης
	ζ) Σχέση θεραπευτή/τριας – ασθενούς
	η) Συνοδά νοσήματα

128. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Κάποιοι από τους λόγους που μπορούν να οδηγήσουν σε αναδιαμόρφωση μιας πρόθεσης είναι η απώλεια μυϊκής μάζας, η κακή τεχνική ακρωτηριασμού και η πλημμελής σχεδίαση της αρχικής πρόθεσης.

129. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Στα αρχικά στάδια της αποκατάστασης, ένας/μία ασθενής με πρόθεση κάτω άκρου, βαδίζει προτάσσοντας _____.

- α) πρώτο πάντα το υγιές πόδι
- β) εναλλάσσοντας το υγιές πόδι με το πόδι που φέρει την πρόθεση
- γ) πρώτο πάντα το πόδι που φέρει την πρόθεση

130. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιος ακρωτηριασμός θεωρείται συγγενής;

- α) αυτός που οφείλεται σε τραυματισμό και των δύο σύστοιχων άκρων
- β) αυτός που οφείλεται σε πλημμελή ανάπτυξη του μέλους κατά την κύηση
- γ) αυτός που παρατηρείται και σε άλλα μέλη της οικογένειας
- δ) αυτός που σχετίζεται με συνοδά καρδιοαναπνευστικά προβλήματα

131. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Κατά την κατάβαση σκάλας, ένας/μία ασθενής με κολόβωμα προτάσσει πάντα το πόδι που φέρει το κολόβωμα.

132. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Η μυϊκή ενδυνάμωση μπορεί να επιτευχθεί μόνο μέσω _____ ασκήσεων.

- α) παθητικών
- β) διατακτικών
- γ) ενεργητικών

133. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποιο από τα παρακάτω δεν συμβάλλουν οι μυϊκές διατάσεις;

- α) βελτίωση της μυϊκής δύναμης
- β) βελτίωση του εύρους τροχιάς των αρθρώσεων
- γ) βελτίωση της ενδομυϊκής αιματικής κυκλοφορίας
- δ) βελτίωση της μυϊκής ελαστικότητας

134. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Οι ισοτονικές ασκήσεις περιλαμβάνουν κινήσεις που εκτελούνται με τη μειομετρική και την πλειομετρική συστολή των εμπλεκόμενων μυϊκών ομάδων.

135. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η ανεξαρτητοποίηση και η εκπαίδευση του/της ασθενούς να εκτελεί ορισμένες ασκήσεις στο σπίτι είναι επικίνδυνο και πρέπει να αποφεύγεται.

136. Να γράψετε στο φύλλο εξέτασης τον αριθμό από τη στήλη Α και δίπλα το γράμμα από τη στήλη Β που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση. (Σημείωση: όλα τα όργανα πρέπει να αντιστοιχηθούν με κάποιο σκοπό, οπότε σε κάθε σκοπό αντιστοιχούνται περισσότερα του ενός όργανα)

ΣΤΗΛΗ Α Σκοπός χρήσης	ΣΤΗΛΗ Β Όργανο
1. Ενδυνάμωση	α) Μπάλα γυμναστικής
2. Ισορροπία	β) Τραμπολίνο
	γ) Λάστιχα ασκήσεων
	δ) Αλτήρες
	ε) Ελατήρια
	στ) Στρώμα από αφρώδες υλικό

137. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Ένα από τα θεραπευτικά μέσα χαλάρωσης είναι η κίνηση.

138. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποια θέση βρίσκονται οι αρθρώσεις των ισχίων στις ειδικές θέσεις χαλάρωσης, που χαρακτηρίζονται, επίσης, από τη θέση έκτασης της σπονδυλικής στήλης;

- α) κάμψης
- β) έκτασης
- γ) υπερέκτασης
- δ) έσω στροφής

139. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η διαφραγματική αναπνοή καταναλώνει περισσότερη ενέργεια σε σχέση με τη θωρακική.

140. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποια περίπτωση πρέπει να αποφεύγεται η μάλαξη;

- α) Νευρίνωμα κολοβώματος
- β) Χρόνιες φλεγμονές
- γ) Οξείες φλεγμονώδεις καταστάσεις
- δ) Ουλώδη ιστό

141. Από τον παρακάτω πίνακα, επιλέξτε μία μόνο λέξη από τη στήλη Α και μεταφέρετέ τη στο κενό (α) και μία μόνο λέξη από τη στήλη Β και μεταφέρετέ τη στο κενό (β) της ακόλουθης πρότασης.

Συμπληρώστε τα κενά: Η μάλαξη βοηθά στη(ν) (α) _____ ελαστικότητας του μυός και στη(ν) (β) _____ του μυϊκού σπασμού.

στήλη Α	στήλη Β
αύξηση	αύξηση
μείωση	μείωση
καταπολέμηση	διατήρηση

142. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποια από τα παρακάτω ανήκουν στα θεραπευτικά μέσα χαλάρωσης;

- α) η υδροθεραπεία, η ηλεκτρική αγωγιμότητα, η άνετη ένδυση
- β) η θερμοκρασία, τα φυσικά μέσα, η άσκηση
- γ) η μάλαξη, η κίνηση, η θερμότητα

143. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Στην ισομετρική συστολή _____ κίνηση.

- α) υπάρχει
- β) δεν υπάρχει
- γ) υπάρχει μόνο για τα άνω άκρα

144. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η θερμοκρασία του νερού για την εφαρμογή υδροθεραπείας δεν πρέπει να υπερβαίνει τους 34 βαθμούς Κελσίου.

145. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Τα θερμά επιθέματα είναι ειδικοί σάκοι με _____ υλικά.

- α) στερεά
- β) θερμοπλαστικά
- γ) αδιαφανή

146. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Τα θερμά επιθέματα χρησιμοποιούνται όπου θέλουμε να _____ τη νευρική αγωγιμότητα.

- α) καταπαύσουμε
- β) ελαττώσουμε
- γ) αυξήσουμε

147. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Το παραφινόλουτρο αντενδείκνυται σε _____.

- α) οστικές προεξοχές
- β) ανοικτά τραύματα
- γ) δύσκαμπτες αρθρώσεις

148. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η εφαρμογή Laser δεν ενδείκνυται στην οστεοαρθρίτιδα γόνατος.

149. Σε ποιες συχνότητες μπορεί να εφαρμοστεί η διαθερμία μικροκυμάτων, όταν επιλεγεί η εφαρμογή της από απόσταση; Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές.

- α) 420 MHZ και 9356 MHZ
- β) 915 MHZ και 2456 MHZ
- γ) 215 MHZ, 456 MHZ και 2556 MHZ

150. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Υπάρχουν δύο μέθοδοι εφαρμογής διαθερμίας βραχέων κυμάτων. Η μέθοδος των πυκνωτών και η μέθοδος του πηνίου.

151. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η αύξηση της κυτταρικής διαπερατότητας είναι ένα μη θερμικό αποτέλεσμα εφαρμογής υπερήχων.

152. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η φωνοφόρηση είναι μία τεχνική εφαρμογής ρευμάτων κατά την οποία μόρια αναλγητικών ουσιών οδηγούνται στους ιστούς.

153. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Τι θα πρέπει να προσέξουμε για να επιτύχουμε τα θεραπευτικά αποτελέσματα του υπερήχου;

- α) είδος πάθησης, αντενδείξεις, συχνότητα
- β) αντανάκλαση, διεισδυτικότητα και συχνότητα
- γ) ένταση, συχνότητα και διάρκεια θεραπείας

154. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιο από τα παρακάτω δεν ανήκει στα θεραπευτικά αποτελέσματα της εφαρμογής των μαγνητικών πεδίων;

- α) επιτάχυνση της πόρωσης των καταγμάτων
- β) μείωση της απορρόφησης του οξυγόνου
- γ) μείωση της φλεγμονής
- δ) αύξηση της ροής του αίματος

155. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Η εφαρμογή του υπερήχου σε περιοχές του σώματος με πολλές οστικές προεξοχές

_____.

- α) πρέπει να γίνεται με διάμεσο υλικό το νερό
- β) απαγορεύεται ρητά
- γ) πρέπει να γίνεται το πολύ δύο φορές την εβδομάδα

156. Να γράψετε στο φύλλο εξέτασης το γράμμα από τη στήλη Α και δίπλα τον αριθμό από τη στήλη Β που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση.

ΣΤΗΛΗ Α Μέθοδος εφαρμογής	ΣΤΗΛΗ Β Φυσικό Μέσο
α) Χρήση φωτεινής ή μη φωτεινής γεννήτριας	1. Διαθερμία βραχέων κυμάτων
β) Μέθοδος πυκνωτών και μέθοδος επαγωγικού πηνίου	2. Laser
γ) Διαδερμική διείσδυση φαρμάκου	3. Υπέρυθρη ακτινοβολία
δ) Χρήση συσκευής κάθετης σάρωσης	4. Υπέρηχος

157. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Για τη διευκόλυνση της πώρωσης ενός κατάγματος αρκεί η σωστή ανάταξη του σπασμένου οστού.

158. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Στην περίπτωση ενός κατάγματος μπορεί να εφαρμοστεί _____ με σκοπό την ελάττωση του αιματώματος που έχει δημιουργηθεί στην περιοχή.

- α) θερμοθεραπεία
- β) κρυοθεραπεία
- γ) μαγνητοθεραπεία
- δ) κινησιοθεραπεία

159. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Στο στάδιο της ακινητοποίησης ενός κατάγματος μπορεί να εφαρμοστεί πρόγραμμα ασκήσεων, που αφορά τόσο τους μύες που έχουν ακινητοποιηθεί όσο και τους μύες που βρίσκονται περιφερικά του κατάγματος.

160. Βάλτε σε σειρά τα παρακάτω είδη ασκήσεων που μπορεί να εφαρμοστούν στο στάδιο της κινητοποίησης, κατά την αποκατάσταση ενός κατάγματος, ξεκινώντας από την πιο εύκολη και καταλήγοντας στην πιο δύσκολη.

- α) ενεργητική άσκηση με αντίσταση

- β) ελεύθερη ενεργητική άσκηση
- γ) υποβοηθούμενη ενεργητική άσκηση
- δ) υποστηριζόμενη ενεργητική άσκηση

161. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:
Με τον όρο _____ περιγράφεται η μερική παρεκτόπιση των αρθρικών επιφανειών μιας άρθρωσης, με τραυματισμό ή όχι του θύλακα και των συνδέσμων της άρθρωσης.

- α) εξάρθρωμα
- β) διάστρεμμα
- γ) υπεξάρθρωμα

162. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιος είναι ο σκοπός της φυσικοθεραπευτικής παρέμβασης κατά τη φάση ακινητοποίησης ενός εξαρθήματος;

- α) η απόκτηση της φυσιολογικής τροχιάς κίνησης της εξαρθρωμένης άρθρωσης
- β) η ενδυνάμωση των μυϊκών συστημάτων της περιοχής
- γ) η διατήρηση της κινητικότητας των αρθρώσεων που μπορούν να κινητοποιηθούν
- δ) η διόρθωση των μυϊκών ανισορροπιών της περιοχής

163. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:
Στην αποκατάσταση ενός εξαρθήματος, η επανεκπαίδευση της λειτουργικότητας της τραυματισμένης άρθρωσης γίνεται στη φάση της _____.

- α) κινητοποίησης
- β) ακινητοποίησης
- γ) ενδυνάμωσης

164. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε πόσες κατηγορίες διακρίνονται οι μυϊκές ρήξεις;

- α) 4
- β) 2

γ) 5

δ) 3

165. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:
Η παροχή πρώτων βοηθειών στις μυϊκές θλάσεις περιλαμβάνει ανάπαυση, περίδεση, κρυοθεραπεία και _____ του μέλους.

α) στήριξη

β) μάλαξη

γ) ανύψωση

δ) ακινητοποίηση

166. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Στο πλαίσιο της συντηρητικής αντιμετώπισης μίας μυϊκής θλάσης, ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια μπορεί να χορηγήσει αντιφλεγμονώδη φάρμακα στον πάσχοντα.

167. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιο από τα παρακάτω μπορεί να θεωρηθεί αίτιο μιας τενοντίτιδας;

α) συγκεκριμένες κινήσεις για μεγάλο χρονικό διάστημα

β) μεμονωμένες κινήσεις για μεγάλο χρονικό διάστημα

γ) επαναλαμβανόμενες κινήσεις για μικρό χρονικό διάστημα

δ) επαναλαμβανόμενες κινήσεις για μεγάλο χρονικό διάστημα

168. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Στη φυσικοθεραπευτική αποκατάσταση των θλάσεων, οι ασκήσεις διάτασης εφαρμόζονται _____ τη φάση της φλεγμονής.

α) πριν

β) κατά τη διάρκεια

γ) μετά

169. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Η ρευματοειδής αρθρίτιδα είναι μια _____ νόσος.

- α) συμμετρική
- β) ασύμμετρη
- γ) μη φλεγμονώδης

170. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποιες αρθρώσεις εμφανίζονται, πιο συχνά, σημεία φλεγμονής στη ρευματοειδή αρθρίτιδα;

- α) της οσφυϊκής μοίρας της σπονδυλικής στήλης
- β) της ωμικής ζώνης
- γ) της λεκάνης
- δ) του άκρου χεριού

171. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Σημαντικό στοιχείο της φυσικοθεραπευτικής παρέμβασης στη ρευματοειδή αρθρίτιδα είναι η πρόληψη των παραμορφώσεων των αρθρώσεων.

172. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Που εμφανίζεται πόνος στην έναρξη της νόσου της αγκυλωτικής σπονδυλοαρθρίτιδας;

- α) ιερολαγόνιες αρθρώσεις
- β) αρθρώσεις της οσφυϊκής μοίρας της σπονδυλικής στήλης
- γ) αρθρώσεις της θωρακικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης
- δ) αρθρώσεις της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης

173. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Στην περίπτωση της αγκυλωτικής σπονδυλοαρθρίτιδας ο πόνος και η δυσκαμψία _____ με την κίνηση.

- α) αυξάνονται
- β) εκμηδενίζονται
- γ) μειώνονται

174. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Οι ασθενείς με αγκυλωτική σπονδυλοαρθρίτιδα παρουσιάζουν αναπνευστικά προβλήματα.

175. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποιους μύες εφαρμόζονται ασκήσεις διατάσεων σε ασθενείς με αγκυλωτική σπονδυλοαρθρίτιδα;

- α) ραχιαίους μύες
- β) κοιλιακούς μύες
- γ) θωρακικούς μύες
- δ) γλουτιαίους μύες

176. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Η οστεοαρθρίτιδα γόνατος είναι _____ αρθροπάθεια.

- α) συστημική
- β) εκφυλιστική
- γ) συμμετρική

177. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποιες αρθρώσεις εμφανίζεται συχνότερα η οστεοαρθρίτιδα;

- α) αρθρώσεις των ισχίων
- β) αρθρώσεις των ώμων
- γ) αρθρώσεις των δακτύλων του κάτω άκρου
- δ) αρθρώσεις της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης

178. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Πότε γίνεται πιο έντονος ο πόνος στην περίπτωση της οστεοαρθρίτιδας γόνατος;

- α) κατά τη βάρδιση
- β) κατά το τρέξιμο
- γ) κατά το ανέβασμα σκάλας

δ) κατά τη διάρκεια του καθίσματος

179. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ)

Στην μερική αρθροπλαστική αντικαθίσταται με τεχνητό υλικό μόνο η μία από τις δύο αρθρικές επιφάνειες της άρθρωσης.

180. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Για ποιους μύες η φυσικοθεραπευτική αποκατάσταση μιας οστεοαρθρίτιδας γόνατος περιλαμβάνει ασκήσεις ενδυνάμωσης;

- α) του γαστροκνημίου μυός
- β) των ισχιοκνημιαίων μυών
- γ) του πρόσθιου κνημιαίου μυός
- δ) του τετρακέφαλου μυός

181. Να γράψετε στο φύλλο εξέτασης τον αριθμό από τη στήλη Α και δίπλα το γράμμα από τη στήλη Β που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση.

ΣΤΗΛΗ Α Φυσικοθεραπευτική Πράξη	ΣΤΗΛΗ Β Φυσικοθεραπευτικός Στόχος
1. Έγερση από το πάτωμα	α) Διαχείριση πόνου
2. Ανεβοκατέβασμα σκάλας	β) Μυϊκή ενδυνάμωση
3. Άσκηση σε σανίδα ισοροπίας	γ) Αύξηση εύρους τροχιάς
4. Εφαρμογή TENS	δ) Επανεκπαίδευση ιδιοδεκτικότητας
5. Παθητική κινητοποίηση	ε) Λειτουργική αποκατάσταση
6. Άσκηση άρσης τεντωμένου σκέλους	στ) Επανεκπαίδευση βάρδισης

182. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Που στοχεύει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια σε μια συνεδρία αποκατάστασης ασθενή με ημιπληγία;

- α) προάγει το καμπτικό σπαστικό πρότυπο του άνω άκρου
- β) ενδυναμώνει την ημίπληκτη πλευρά με ασκήσεις αντίστασης με αλτήρες
- γ) προάγει τη νευρομυϊκή συναρμογή και στις δύο πλευρές του σώματος
- δ) διδάξει τον/την ασθενή να εξυπηρετείται αποκλειστικά με το υγιές άνω άκρο

183. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποια από τις παρακάτω προτάσεις ταιριάζει καλύτερα στη νευροεξελικτική μέθοδο «Bobath»;

- α) απευθύνεται μόνο σε παιδιά και βρέφη
- β) στοχεύει στην εξάλειψη των παθολογικών αντανακλαστικών
- γ) στοχεύει στην παραγωγή εξαρτημένων αντανακλαστικών στα άνω άκρα
- δ) είναι ειδική για την αντιμετώπιση της νόσου Πάρκινσον

184. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Στην πολλαπλή σκλήρυνση (σκλήρυνση κατά πλάκας) προσβάλλεται το μυελώδες έλυτρο των νευραξόνων, με αποτέλεσμα να διαταράσσεται η ομαλή αγωγή των νευρικών ώσεων.

185. Το πρόγραμμα αποκατάστασης στη νόσο Πάρκινσον πρέπει να περιλαμβάνει ασκήσεις διαφόρων τύπων.

Να γράψετε στο φύλλο εξέτασης τον αριθμό από τη στήλη Α και δίπλα το γράμμα από τη στήλη Β που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση.

ΣΤΗΛΗ Α Τύπος άσκησης	ΣΤΗΛΗ Β Όφελος άσκησης
1. Επανεκπαίδευση της νευρομυϊκής συναρμογής	α) Έξοδος από το σπίτι και κοινωνικοποίηση
2. Διατάσεις των βραχυσμένων μυϊκών ομάδων	β) Βελτίωση της αιματικής κυκλοφορίας

3. Επανεκπαίδευση της βάρδισης	γ) Μείωση των πτώσεων
4. Αερόβιες ασκήσεις	δ) Μείωση της δυσκαμψίας

186. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Κρανιοεγκεφαλική κάκωση ονομάζεται ο τραυματισμός του εγκεφάλου, με απαραίτητη προϋπόθεση να συνυπάρχει κάταγμα του κρανίου.

187. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Σε ποιο ή ποια τμήματα του σώματος θα πρέπει να δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στην ενδυνάμωση, κατά τη φυσικοθεραπευτική αντιμετώπιση της παραπληγίας;

- α) του κορμού
- β) του κορμού και των άνω άκρων
- γ) του κορμού και των κάτω άκρων
- δ) των άνω και των κάτω άκρων

188. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιος είναι ο στόχος της εφαρμογής παθητικής κινητοποίησης στη φυσικοθεραπευτική αποκατάσταση τετραπληγίας;

- α) διατήρηση του φυσιολογικού εύρους κίνησης των αρθρώσεων
- β) ενδυνάμωση του κορμού
- γ) επανεκπαίδευση της ιδιοδεκτικότητας των κάτω άκρων

189. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Πως ονομάζεται η παθολογική αύξηση του μυϊκού τόνου στις νευρολογικές νόσους και διαταραχές;

- α) ομοτονία
- β) υποτονικότητα
- γ) κατατονία
- δ) υπερτονία
- ε) συντονισμός

190. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Για την αύξηση του μειωμένου μυϊκού τόνου του άνω άκρου, στην χαλαρή ημιπληγία, είναι σημαντικό να εφαρμόζεται έλξη στην άρθρωση του ώμου.

191. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Στις κακώσεις του νωτιαίου μυελού είναι πιθανόν να υπάρχει σπαστική παράλυση, κατά την οποία το μέλος είναι _____.

- α) χαλαρό
- β) λειτουργικό
- γ) υπερτονικό

192. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Τι, από τα παρακάτω, είναι δυνατόν να εκδηλωθεί στο πλαίσιο της εγκεφαλικής παράλυσης;

- α) Μυϊκή υπερτονία
- β) Εκφύλιση της μυελίνης
- γ) Περιφερική νευροπάθεια
- δ) Διαταραχή έκκρισης της ντοπαμίνης

193. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η δύσπνοια και η κυάνωση αποτελούν χαρακτηριστικά συμπτώματα της αναπνευστικής ανεπάρκειας.

194. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Σε ασθενή με Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια, η φυσικοθεραπευτική προσέγγιση συνοψίζεται στην απόχρεμψη των εκκρίσεων, την εκμάθηση της διαφραγματικής αναπνοής και την εκπαίδευση _____, για την αντιμετώπιση της δύσπνοιας.

- α) στις θέσεις χαλάρωσης
- β) στις τεχνικές της καρδιοαναπνευστικής αναζωογόνησης

γ) στους τρόπους ενδυνάμωσης των άνω άκρων

195. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Πως ορίζεται ως αναπνεόμενος όγκος αέρα;

- α) ο αέρας που εισπνέουμε στο τέλος μιας ήρεμης εισπνοής
- β) ο αέρας που παραμένει στους πνεύμονες στο τέλος μιας βαθιάς εκπνοής
- γ) ο αέρας που αντιστοιχεί σε μια ήρεμη εισπνοή ή μια ήρεμη εκπνοή
- δ) ο αέρας που αντιστοιχεί σε μια βαθιά εισπνοή

196. Καταλείψτε στη σειρά τα τέσσερα στάδια της φυσικοθεραπευτικής αποκατάστασης μετά από έμφραγμα μυοκαρδίου.

- α) Καρδιοαγγειακή φυσικοθεραπεία, διάρκειας οκτώ εβδομάδων, 3 φορές την εβδομάδα
- β) Ενδονοσοκομειακή φυσικοθεραπεία, διάρκεια 10 ημερών
- γ) Φυσικοθεραπεία προσαρμογής κατ' οίκον, διάρκειας 4 περίπου εβδομάδων
- δ) Καρδιοαγγειακή φυσικοθεραπεία, διάρκειας οκτώ εβδομάδων, 3 - 4 φορές την εβδομάδα, με ενδυνάμωση με χαμηλά βάρη και ενθάρρυνση για βάρδιση έξω από το σπίτι

197. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Στην αναπνευστική φυσικοθεραπεία και για την απόχρεμψη των άνω πνευμονικών λοβών είναι κατάλληλη η _____ θέση και οι παραλλαγές της.

- α) όρθια
- β) πρηνής
- γ) καθιστή
- δ) ανάρροπη

198. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η ενδυνάμωση των άνω άκρων σε καρδιολογικό περιστατικό είναι σημαντική και γίνεται με αλτήρες χαμηλού βάρους και πάντα σύμφωνα με την ηλικία και το φύλο του ασθενούς.

199. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποια καρδιακή ανεπάρκεια, από τις παρακάτω, μπορεί να είναι αιτία για την εμφάνιση οιδήματος στα κάτω άκρα, μεταξύ άλλων;

- α) δεξιού κόλπου
- β) δεξιάς κοιλίας
- γ) αριστερής κοιλίας
- δ) αριστερού κόλπου

200. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:

Ένας από τους λόγους που συντελούν στην έκπτωση της αναπνευστικής λειτουργίας στα άτομα τρίτης ηλικίας είναι και η _____ του θωρακικού κυρτώματος.

- α) αύξηση
- β) μείωση
- γ) εξάλειψη

201. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Για την έγερση εμφραγματία ασθενούς, μετεγχειρητικά, δεν είναι απαραίτητο να φορεθούν κάλτσες διαβαθμισμένης συμπίεσης.

202. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Τι θα πρέπει να χαρακτηρίζει ένα πρόγραμμα φυσικοθεραπείας τις πρώτες ημέρες μετά από έμφραγμα μυοκαρδίου;

- α) να είναι μέτριας προς υψηλής έντασης
- β) να δίνει έμφαση στην εκτέλεση ασκήσεων από την όρθια θέση
- γ) να συμπεριλαμβάνει αναπνευστικές ασκήσεις
- δ) να διαρκεί 60- 80 λεπτά

203. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Έμφραγμα μυοκαρδίου ονομάζεται η αιφνίδια διακοπή της ροής αίματος προς το μυοκάρδιο, λόγω της απόφραξης μίας ή περισσότερων στεφανιαίων αρτηριών.

204. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:
Η Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια αποτελεί μία οικογένεια παθήσεων του αναπνευστικού συστήματος, που περιλαμβάνει το άσθμα, το εμφύσημα και _____.

- α) την οξεία βρογχιολίτιδα
- β) το πνευμονικό οίδημα
- γ) τη χρόνια βρογχίτιδα
- δ) τον πνευμονικό υπεραερισμό

205. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:
Στην οστεοπόρωση παρατηρείται _____ του σκελετού με αποτέλεσμα τη μείωση του ύψους του ασθενούς

- α) καθίζηση
- β) πύκνωση
- γ) μείωση

206. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:
Η οστεοπόρωση προσβάλλει κυρίως _____.

- α) γυναίκες
- β) άνδρες
- γ) μεσήλικες

207. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Ποιος είναι ο στόχος της φυσικοθεραπείας σε καταγματία ασθενή τρίτης ηλικίας;

- α) ταχεία και ασφαλής έγερση από το κρεβάτι σε συνδυασμό με κινησιοθεραπεία
- β) αποφυγή δημιουργίας πύρου σε συνδυασμό με εφαρμογή φυσικών μέσων
- γ) υδροθεραπεία, για να μη φορτίζεται εντελώς το πάσχον μέλος

208. Συμπληρώστε το κενό της πρότασης, που ακολουθεί, με μία από τις επιλογές που δίνονται:
Ο κίνδυνος πτώσης _____ σε ασθενείς τρίτης ηλικίας με εξωπυραμидική συνδρομή.

- α) αυξάνεται
- β) μειώνεται
- γ) δεν αλλάζει

209. Χαρακτηρίστε την ακόλουθη πρόταση ως Σωστή (Σ) ή Λανθασμένη (Λ).

Η αναπνευστική φυσικοθεραπεία ενδείκνυται σε ασθενείς με καρδιαγγειακά προβλήματα που νοσηλεύονται στο νοσοκομείο.

210. Επιλέξτε μόνο μία από τις ακόλουθες επιλογές:

Με ποιους τρόπους η φυσικοθεραπεία βοηθά τη μετακίνηση βρογχικών εκκρίσεων σε αναπνευστικούς ασθενείς;

- α) φαρμακευτική αγωγή, τεχνικές μάλαξης, παρατεταμένη εκπνοή
- β) αλλαγή θέσεων, παρατεταμένη εκπνοή, βρογχικές πλήξεις
- γ) βρογχική παροχέτευση, υποβοηθούμενη απόχρεμψη, αποτελεσματικό βήχα

3. Πρακτικό Μέρος: Εργαστηριακές Ασκήσεις Εξετάσεων Πιστοποίησης Αποφοίτων Μεταλυκειακού Έτους – Τάξη Μαθητείας ΕΠΑ.Λ.

1. Άνδρας 45 ετών, με πόνο στον αυχένα, προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο, ύστερα από παραπομπή του αρμόδιου ιατρού. Το παραπεμπτικό αναφέρει την εφαρμογή θερμοθεραπείας, μάλαξης και κινησιοθεραπείας.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε:

- α) Να κάνετε την απαραίτητη προετοιμασία του χώρου για την εφαρμογή της φυσικοθεραπευτικής συνεδρίας.
- β) Να τοποθετήσετε τον ασθενή στην κατάλληλη θέση.
- γ) Να δείξετε 4 διαφορετικούς χειρισμούς μάλαξης που θα μπορούσε να εφαρμόσει ο φυσικοθεραπευτής, κατονομάζοντας του χειρισμούς και προσδιορίζοντας την περιοχή που θα τους εφαρμόσετε.

2. Γυναίκα 60 ετών προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο με σύνδρομο καρπιαίου σωλήνα. Το παραπεμπτικό του αρμόδιου ιατρού αναφέρει την εφαρμογή θερμοθεραπείας, ηλεκτροθεραπείας και κινησιοθεραπείας. Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε:

- α) Να κάνετε την απαραίτητη προετοιμασία του χώρου για την εφαρμογή της φυσικοθεραπευτικής συνεδρίας.
- β) Να τοποθετήσετε τον ασθενή στην κατάλληλη θέση.
- γ) Να δείξετε την εφαρμογή ενός μέσου επιφανειακής θερμοθεραπείας, που θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει ο φυσικοθεραπευτής, και να αναφέρετε τι θα πρέπει να προσέχετε, κατά τη διάρκεια εφαρμογής, προκειμένου να είναι ασφαλής η ασθενής.

3. Άνδρας ημιπληγικός 60 ετών, ύστερα από αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, βρίσκεται στο χαλαρό στάδιο της πάθησης.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε:

- α) Να δείξετε τη σωστή τοποθέτηση του ασθενή σε ύπτια θέση.
- β) Να δείξετε τη σωστή τοποθέτηση του ασθενή στην πλάγια θέση με το ημίπληκτη πλευρά προς τα πάνω.
- γ) Να δείξετε τη σωστή τοποθέτηση του ασθενή στην πλάγια θέση με την ημίπληκτη πλευρά προς τα κάτω.

4. Γυναίκα 65 ετών πάσχει από οσφυαλγία. Προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο με το παραπεμπτικό του ιατρού να αναγράφει θερμοθεραπεία, μάλαξη και κινησιοθεραπεία.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να προετοιμάσετε κατάλληλα το χώρο για την εφαρμογή της φυσικοθεραπευτικής συνεδρίας.
- β) Να τοποθετήσετε την ασθενή στην κατάλληλη θέση.
- γ) Να δείξετε 2 ασκήσεις ενδυνάμωσης, που θα μπορούσε να συστήσει στην ασθενή ο φυσικοθεραπευτής, κατονομάζοντας τις κατάλληλες μυϊκές ομάδες που αφορά η κάθε άσκηση.

5. Νεαρός άντρας 25 ετών τραυματίζεται σε προπόνηση ποδοσφαίρου στην ποδοκνημική άρθρωση. Η διάγνωση του αρμόδιου γιατρού είναι διάστρεμμα έξω πλαγίου συνδέσμου, ποδοκνημικής άρθρωσης, β' βαθμού και τον παραπέμπει στον φυσικοθεραπευτή της ομάδας.

Με την υπόθεση εργασίας πως συνεργάζεστε με το φυσικοθεραπευτή της ομάδας του τραυματία και επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να εφαρμόσετε τις πρώτες βοήθειες για την περίπτωση ενός διαστρέμματος β' βαθμού.
- β) Να περιδέσετε την άρθρωση με τον ενδεδειγμένο τρόπο ελαστικής περίδεσης.

γ) Να δείξετε αναλυτικά τη μέθοδο βάρδισης με χρήση βακτηριών, με την οποία θα πρέπει να περπατά ο ασθενής, προκειμένου να μη φορτίζει την τραυματισμένη άρθρωση.

6. Άνδρας 50 ετών πάσχει από αγκυλωτική σπονδυλοαρθρίτιδα. Χαρακτηριστική είναι η κυφωτική στάση της θωρακικής μοίρας της σπονδυλικής του στήλης. Με το ανάλογο παραπεμπτικό του αρμόδιου ιατρού προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο που εργάζεστε ως βοηθός, προκειμένου να του εφαρμοστεί επιφανειακή θερμοθεραπεία, μάλαξη και κινησιοθεραπεία. Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να προετοιμάσετε κατάλληλα το χώρο, ώστε να εφαρμοστεί η φυσικοθεραπευτική συνεδρία.
- β) Να δείξετε τον τρόπο εφαρμογής ενός μέσου θερμοθεραπείας που θα μπορούσε να εφαρμόσει ο φυσικοθεραπευτής, αναφέροντας το σκεπτικό της επιλογής του συγκεκριμένου μέσου.
- γ) Να δείξετε μία άσκηση ενδυνάμωσης και μία άσκηση διάτασης, που θα μπορούσε να εκτελέσει ο ασθενής, ύστερα από εντολή του φυσικοθεραπευτή. Να κατονομάσετε τις μυϊκές ομάδες που θα αφορά η κάθε μία άσκηση.

7. Ασθενής 35 ετών με κάταγμα επιγονατίδας αντιμετωπίστηκε συντηρητικά με εφαρμογή νάρθηκα. Η διάρκεια της ακινητοποίησης ήταν 4 εβδομάδες. Μετά την αφαίρεση του νάρθηκα, ο ασθενής δεν μπορεί να εκτείνει εντελώς την άρθρωση του γόνατος. Το πρόβλημα αυτό, ύστερα από την αξιολόγηση του φυσικοθεραπευτή, οφείλεται καθαρά σε μυϊκή βράχυνση.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να δείξετε τις μυϊκές ομάδες που ευθύνονται για τη μη πλήρη έκταση του γόνατος, ψηλαφώντας πρώτα αυτές που έχουν βραχυνθεί και μετά αυτές που είναι αδύναμες.
- β) Να δείξετε δύο ασκήσεις διάτασης, που θα μπορούσε να προτείνει ο φυσικοθεραπευτής, ώστε να βοηθήσουν στην ανάκτηση του φυσιολογικού εύρους κίνησης της άρθρωσης

του γόνατος. Να ψηλαφήσετε, αντίστοιχα, τη μυϊκή ομάδα, στην οποία ενεργεί η κάθε άσκηση που θα δείξετε.

γ) Να δείξετε δύο ασκήσεις ενδυνάμωσης, με αυξανόμενο βαθμό δυσκολίας, που θα μπορούσε να προτείνει ο φυσικοθεραπευτής, αιτιολογώντας την απάντησή σας.

8. Ηλικιωμένος 70 ετών προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο, προκειμένου να τον βοηθήσει ο φυσικοθεραπευτής στη βελτίωση της ισορροπίας του, έτσι ώστε να μειωθεί η πιθανότητα πτώσεων στην καθημερινή του ζωή. Ο ίδιος χρησιμοποιεί μπαστούνι, στο δεξί χέρι, για τη βάδισή του, καθώς χαρακτηρίζεται από χωλό βάδισμα λόγω πόνου από οστεοαρθρίτιδα στο δεξιό του γόνατο.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

α) Να δείξετε ποιο είναι το χωλό βάδισμα που θα εκτελεί ο συγκεκριμένος ηλικιωμένος.

β) Αφού κρίνετε τον τρόπο βάδισης του ηλικιωμένου, όσον αφορά την ορθότητά του, να δείξετε (αν απαιτείται) το σωστό τρόπο βάδισης με μπαστούνι για τον συγκεκριμένο ηλικιωμένο.

γ) Να δείξετε δύο ασκήσεις ισορροπίας, που θα μπορούσε να προτείνει ο φυσικοθεραπευτής, από όρθια θέση. Οι ασκήσεις θα πρέπει να έχουν βαθμό δυσκολίας τον οποίο και θα προσδιορίσετε αιτιολογώντας την απάντησή σας. (Σημείωση: μπορεί να χρησιμοποιηθεί οποιοδήποτε βοήθημα για την εκτέλεσή τους)

9. Βρίσκεστε μαζί με τον υπεύθυνο φυσικοθεραπευτή, σε αγώνα καλαθοσφαίρισης. Σε κάποιο σημείο του αγώνα ένας αθλητής 23 ετών τραυματίζεται με αποτέλεσμα να αισθάνεται έντονο πόνο στο αριστερό του γόνατο. Πλησιάζετε μαζί με το φυσικοθεραπευτή, ο οποίος αφού αξιολογεί τον τραυματισμό, σας δίνει οδηγία να εφαρμόσετε, παρουσία του, κρυοθεραπεία και να επιδέσετε την περιοχή.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

α) Να δείξετε τον τρόπο εφαρμογής δύο μέσων κρυοθεραπείας, δεδομένων των συγκεκριμένων συνθηκών.

β) Να επιλέξετε το ενδεδειγμένο είδος ελαστικής επίδεσης που θα εφαρμόζατε και να εκτελέσετε τη συγκεκριμένη επίδεση.

γ) Να δείξετε τον τρόπο βάρδισης του ασθενή αυτού, ώστε να απομακρυνθεί από το χώρο του γηπέδου.

10. Ηλικιωμένη 65 ετών με υπέρταση προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο με πόνο στον αυχένα, ύστερα από την παραπομπή του αρμόδιου ιατρού. Η συγκεκριμένη ασθενής βρίσκεται σε φαρμακευτική αγωγή, όσον αφορά τη ρύθμιση της πίεσής της. Το παραπεμπτικό του ιατρού αναφέρει την εφαρμογή επιφανειακής θερμοθεραπείας και μάλαξης.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

α) Να προβείτε στις κατάλληλες ενέργειες προετοιμασίας του χώρου και του ασθενή για την εφαρμογή της φυσικοθεραπευτικής συνεδρίας.

β) Να δείξετε την εφαρμογή ενός μέσου θερμοθεραπείας που θα καθόριζε ο φυσικοθεραπευτής και να δικαιολογήσετε την επιλογή σας.

γ) Να εφαρμόσετε τέσσερις χειρισμούς μάλαξης που θα μπορούσε να εφαρμόσει ο φυσικοθεραπευτής, προσδιορίζοντας την περιοχή που θα εφαρμοστεί η μάλαξη.

11. Άνδρας ασθενής, 54 ετών, με σπαστική δεξιά ημιπληγία σε χρονιότητα προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο για την προγραμματισμένη του συνεδρία. Η αριστερή του πλευρά είναι απόλυτα υγιής και το επίπεδο επικοινωνίας του είναι πολύ ικανοποιητικό. Το αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο που επέφερε την ημιπληγία προκάλεσε η χρόνια υπέρταση, που τώρα ρυθμίζεται με κατάλληλη φαρμακευτική αγωγή.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

α) Να προετοιμάσετε τον ασθενή αυτόν για τη συνεδρία και να ελέγξετε τα ζωτικά του σημεία.

β) Να τον τοποθετήσετε στο κρεβάτι στην ύπτια θέση, με τον κατάλληλο τρόπο.

γ) Στο πλαίσιο της συνεδρίας, να δείξετε δύο ασκήσεις ισορροπίας διαβαθμισμένης δυσκολίας που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια, εξηγώντας τα σημεία που καθιστούν τη δεύτερη άσκηση δυσκολότερη.

12. Γυναίκα ασθενής με αριστερή ημιπληγία 68 ετών, από ισχαιμικό αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, προσέρχεται για φυσικοθεραπεία, κατόπιν προτροπής νευρολόγου ιατρού. Έχει αναπτύξει καμπυλικό σπαστικό πρότυπο στο άνω άκρο και εκτατικό σπαστικό πρότυπο στο κάτω άκρο.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να τοποθετήσετε την ασθενή στην ύπτια θέση, με τον κατάλληλο τρόπο και να ελέγξετε τα ζωτικά της σημεία.
- β) Να μεταφέρετε την ασθενή στο πλάι, με την ημίπληκτη πλευρά προς τα κάτω.
- γ) Να φέρετε την ασθενή από την πλάγια θέση που βρίσκεται στην καθιστή, στην άκρη του κρεβατιού.
- δ) Να δείξετε τη βάρδια της ασθενούς, χρησιμοποιώντας το κατάλληλο βοήθημα.

13. Γυναίκα ακοντίστρια 25 ετών προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο, κατόπιν παραπομπής του ορθοπαιδικού χειρουργού. Έχει υποστεί χειρουργική επέμβαση αφαίρεσης του έσω μηνίσκου δεξιά, ενώ δυσκολεύεται να εκτείνει πλήρως την άρθρωση του γόνατος εξαιτίας του οιδήματος και του αποδυναμωμένου μυϊκού συστήματος της περιοχής.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να δείξετε τη σωστή τοποθέτηση για την εφαρμογή της φυσικοθεραπευτικής συνεδρίας και να τη δικαιολογήσετε.
- β) Να ψηλαφήσετε το μυ ή τους μύες που έχουν χάσει δύναμη και να δείξετε την περιοχή έκφυσης και κατάφυσής τους αντίστοιχα.

- γ) Να δείξετε την εφαρμογή δύο ασκήσεων ενδυνάμωσης του μυ ή των μυών αυτών, που θα μπορούσε να προτείνει ο φυσικοθεραπευτής, διαβαθμίζοντας το βαθμό δυσκολίας.
- δ) Να εκτελέσετε την εφαρμογή κατάλληλου μέσου κρυοθεραπείας, στο τέλος της συνεδρίας και να αναφέρετε τους λόγους που θα την εφαρμόζατε.

14. Νεαρός αθλητής 14 ετών προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο, κατόπιν θλάσης του δεξιού δικεφάλου γαστροκνημίου μυός. Έχουν περάσει τέσσερις εβδομάδες και ο ασθενής παραπονιέται για εναπομείναντα πόνο. Ο φυσικοθεραπευτής σε συνεννόηση με το θεράποντα ιατρό, που έχει αποσαφηνίσει τη μυϊκή φύση του πόνου, συστήνει μάλαξη και διατάσεις.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να τοποθετήσετε τον ασθενή σε κατάλληλη θέση για τη φυσικοθεραπευτική συνεδρία και να τη δικαιολογήσετε.
- β) Να δείξετε την εφαρμογή τριών διαφορετικών χειρισμών μάλαξης, που θα μπορούσε να προτείνει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια και να εξηγήσετε τα κριτήρια επιλογής τους.
- γ) Να δείξετε τη διάταση του συγκεκριμένου μυός στο κρεβάτι, που θα επέλεγε ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια.
- δ) Να περιδέσετε το γαστροκνήμιο μυ και να αναφέρετε το είδος της περιίδεσης που εκτελέσατε.

15. Κυρία 81 ετών με διαγνωσμένη οστεοπόρωση προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο για θεραπεία οσφυαλγίας. Έχει σημαντική κύφωση και συνοδό αυχενικό σύνδρομο. Το φυσικοθεραπευτικό της πρόγραμμα περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, μάλαξη και ενεργητικές ασκήσεις.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να τοποθετήσετε την εν λόγω κυρία στη σωστή θέση για την εφαρμογή των φυσικοθεραπευτικών πράξεων και να ελέγξετε τα ζωτικά της σημεία.

- β) Να δείξετε τρεις διαφορετικούς χειρισμούς μάλαξης, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια και να εξηγήσετε τους λόγους που επιλέχθηκαν.
- γ) Να δείξετε δύο προσαρμοσμένες ασκήσεις ενδυνάμωσης των κατάλληλων μυϊκών ομάδων, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια και να αναφέρετε τόσο τα κριτήρια επιλογής τους όσο και το σκοπό τους.

16. Κυρία 58 ετών με ρευματοειδή αρθρίτιδα υπό χρόνια αγωγή, προσέρχεται στο φυσικοθεραπετήριο κατά παραπομπή ρευματολόγου ιατρού. Μετά από μία έξαρση της νόσου, η ασθενής παραπονιέται για πόνο και δυσκαμψία στα δάκτυλα του χεριού. Το ιατρικό παραπεμπτικό προτείνει θερμοθεραπεία και κινητοποίηση.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να ψηλαφήσετε τις κύριες αρθρώσεις των άνω άκρων που πλήττονται στη ρευματοειδή αρθρίτιδα.
- β) Να τοποθετήσετε την ασθενή στην κατάλληλη θέση για τη θεραπεία που θα ακολουθήσει.
- γ) Να εφαρμόσετε ένα θερμοθεραπευτικό μέσο, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια, αναλύοντας τα κριτήρια επιλογής του.
- δ) Να εφαρμόσετε παθητική κινητοποίηση των δακτύλων, που θα μπορούσε να προτείνει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια, ώστε και να αυξηθεί το εύρος της χαμένης τροχιάς.

17. Άνδρας 32 ετών, πάσχων από σκλήρυνση κατά πλάκας προσέρχεται στο φυσικοθεραπετήριο. Είναι τακτικός ασθενής και έχει υψηλό επίπεδο κινητικής επίδοσης. Έρχεται να εκτελέσει πρόγραμμα συντήρησης της καλής κινητικής και αναπνευστικής του εικόνας.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε:

- α) Να δείξετε τρεις ασκήσεις ισορροπίας από την όρθια θέση, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια και να τις διαβαθμίσετε κατά βαθμό δυσκολίας.

- β) Να δείξετε τη διάταξη δύο μυϊκών ομάδων, μία των άνω άκρων και μία των κάτω άκρων, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια. Κατόπιν, να αναφέρετε το λόγο επιλογής των συγκεκριμένων μυϊκών ομάδων και το όφελος που θα αποφέρει η διάτασή τους.
- γ) Να δείξετε μια άσκηση ενδυνάμωσης του διαφράγματος και μία άσκηση τόνωσης των εκπνευστικών μυών, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια.

18. Γυναίκα 26 ετών με χαμηλή παραπληγία μετά από τροχαίο δυστύχημα, προ οκταμήνου, προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο. Ο κορμός της είναι απόλυτα υγιής. Το πρόγραμμα της περιλαμβάνει ασκήσεις ενδυνάμωσης άνω άκρων και διατάσεις κάτω άκρων.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να τοποθετήσετε την ασθενή στο κρεβάτι με το σωστό τρόπο.
- β) Να ψηλαφήσετε τις μυϊκές ομάδες των κάτω άκρων που είναι πιθανότερο να αναπτύξουν βραχύνσεις και να εξηγήσετε το λόγο. Κατόπιν, να δείξετε τη διάταξη αυτών των μυϊκών ομάδων, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια.
- γ) Να μεταφέρετε την ασθενή από το κρεβάτι στο αναπηρικό αμαξίδιο με τον ενδεδειγμένο τρόπο.
- δ) Να δείξετε δύο ασκήσεις ενδυνάμωσης δύο διαφορετικών μυϊκών ομάδων των άνω άκρων, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια και να δικαιολογήσετε την επιλογή αυτή.

19. Άνδρας 37 ετών, με ακρωτηριασμό της δεξιάς κνήμης προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο. Επί του παρόντος, βρίσκεται στο στάδιο πριν την εφαρμογή της πρόθεσης. Επισκέπτεται το φυσικοθεραπευτήριο, για ένα πρόγραμμα ισορροπίας και ενδυνάμωσης.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να δείξετε δύο ασκήσεις ισορροπίας από θέση κατάλληλη για αυτόν τον ασθενή, που θα μπορούσε να προτείνει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια. Κατόπιν, να εξηγήσετε τους λόγους επιλογής κάθε άσκησης και της αντίστοιχης αρχικής θέσης.
- β) Να επιλέξετε δύο από τις μυϊκές ομάδες που πιστεύετε ότι χρειάζονται ενδυνάμωση και να δείξετε τις κατάλληλες ασκήσεις, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια. Να εξηγήσετε τους λόγους επιλογής καθώς και το όφελος που θα προέκυπτε από τις ασκήσεις που δείξατε.
- γ) Να δείξετε τον τρόπο βάδισης αυτού του ασθενή, επιλέγοντας το κατάλληλο βοήθημα και αναλύοντας τις επιλογές σας.

20. Άνδρας 68 ετών με τη νόσο Πάρκινσον προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο στο πλαίσιο της προγραμματισμένης σειράς συνεδριών επανεκπαίδευσης ιδιοδεκτικότητας, που επαναλαμβάνει τέσσερις φορές ετησίως. Βρίσκεται υπό φαρμακευτική αγωγή. Η λοιπή κατάσταση της υγείας του είναι καλή.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να δείξετε το χαρακτηριστικό τρόπο βάδισης του παρκινσονικού ασθενή.
- β) Να δείξετε τρεις ασκήσεις ισορροπίας από την καθιστή θέση, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια, ανεβάζοντας διαδοχικά το επίπεδο δυσκολίας τους. Εξηγήστε την επιλογή των συγκεκριμένων ασκήσεων και τους λόγους που η εκτέλεση τους είναι σταδιακά δυσκολότερη.
- γ) Να δείξετε τη βάδιση με το κατάλληλο βοήθημα, που θα μπορούσε να προτείνει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια, για αυτόν τον ασθενή.

21. Γυναίκα 60 ετών με ολική αρθροπλαστική ισχίου προ τριετίας προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο, παραπονούμενη για πόνο στην περιοχή της οσφύος. Το ιατρικό παραπεμπτικό αναφέρει θερμοθεραπεία, και κινησιοθεραπεία με ενεργητικές ασκήσεις και μυϊκές διατάσεις.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε:

- α) Να τοποθετήσετε την ασθενή στην κατάλληλη θέση για την εφαρμογή του προγράμματος φυσικοθεραπείας και να αιτιολογήσετε την επιλογή σας.
- β) Να εφαρμόσετε ένα θερμοθεραπευτικό μέσο που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια και να τεκμηριώσετε την επιλογή σας.
- γ) Να δείξετε τη διάταση μιας σχετιζόμενης με την επώδυνη περιοχή μυϊκής ομάδας, όπως θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια. Κατόπιν να αιτιολογήσετε την επιλογή σας και να αναλύσετε το όφελος που μπορεί να υπάρξει.

22. Κολυμβητής 25 ετών, δεξιόχειρας, παραπονιέται για πόνο στην άνω μοίρα του σύστοιχου τραπεζοειδούς και αδυναμία στην κίνηση του σύστοιχου ώμου του. Ο φυσικοθεραπευτής περιλαμβάνει στο πρόγραμμα, μεταξύ άλλων, μάλαξη και διατάσεις.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να τοποθετήσετε τον ασθενή στην κατάλληλη θέση και να αιτιολογήσετε την επιλογή σας.
- β) Να δείξετε μία σειρά τριών χειρισμών μάλαξης, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια. Να δικαιολογήσετε την απάντησή σας.
- γ) Να ψηλαφήσετε το ακρώμιο, την ακρωμιοκλειδική άρθρωση και την ωμοπλατιαία άκανθα.
- δ) Να δείξετε τη διάταση του συγκεκριμένου μυός, που θα μπορούσε να προτείνει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια.

23. Γυναίκα 80 ετών με Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια, νοσηλευόμενη μετά από χειρουργική επέμβαση της κοιλιακής χώρας προ διημέρου, χρήζει αναπνευστικής φυσικοθεραπείας. Ο θεράπων ιατρός έχει εντοπίσει βρογχικές εκκρίσεις στα ανώτερα τμήματα των πνευμόνων και έχει συστήσει, μεταξύ άλλων, εκπαίδευση της διαφραγματικής αναπνοής.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να ελέγξετε τα ζωτικά της σημεία.

- β) Να τοποθετήσετε την ασθενή στη σωστή θέση στο νοσοκομειακό κρεβάτι και να αιτιολογήσετε την επιλογή σας.
- γ) Να δείξετε δύο ασκήσεις εκγύμνασης του διαφράγματος, που θα μπορούσε να προτείνει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια.
- δ) Να δείξετε στην ασθενή δύο ασκήσεις για την τόνωση των εκπνευστικών μυών, σύμφωνα με τις οδηγίες που έδωσε ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια.

24. Καλαθοσφαιριστής 18 ετών έρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο με ρήξη Πρόσθιου Χιαστού Συνδέσμου στο αριστερό γόνατο. Βρίσκεται στο προεγχειρητικό στάδιο και ο θεράπων ιατρός έχει συστήσει ενδυνάμωση του πάσχοντος σκέλους.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να τοποθετήσετε τον ασθενή στο κρεβάτι και στην κατάλληλη θέση για την εφαρμογή φυσικοθεραπείας στο γόνατο. Να αιτιολογήσετε την επιλογή σας.
- β) Αφού ψηλαφήσετε και εντοπίσετε την επιγονατίδα και τους μηριαίους κονδύλους, να δείξετε την κινητοποίηση της επιγονατίδας.
- γ) Να δείξετε δύο ασκήσεις ενδυνάμωσης από το κρεβάτι, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια και να αναφέρετε το μυ ή τη μυϊκή ομάδα, που πιστεύετε ότι εννοεί ο θεράπων ιατρός, όταν μιλά για ενδυνάμωση.
- δ) Να δείξετε τον τύπο βάδισης με το κατάλληλο βοήθημα σε αυτόν τον ασθενή.

25. Βρίσκεστε σε ένα συνοικιακό γυμναστήριο μαζί με το φυσικοθεραπευτή που εργάζεται εκεί. Άνδρας 30 ετών παθαίνει διάστρεμμα ποδοκνημικής άρθρωσης, κατεβαίνοντας από το διάδρομο στον οποίο είχε τρέξει για 15 λεπτά. Μπορεί να πατήσει το πόδι του αλλά δεν μπορεί να βαδίσει, λόγω πόνου.

Υπό την καθοδήγηση του φυσικοθεραπευτή και επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να δείξετε ή να περιγράψετε την εφαρμογή κρυοθεραπείας, δικαιολογώντας κάθε σας επιλογή.
- β) Να προβείτε στην περίδεση της ποδοκνημικής και να δικαιολογήσετε το είδος περιδέσης που επιλέξατε.
- γ) Να δείξετε τον τρόπο βάρδισης που πρέπει να υιοθετήσει ο ασθενής, με το κατάλληλο βοήθημα που του δίνετε.

26. Γυναίκα 50 ετών υποβλήθηκε σε ολική αρθροπλαστική ισχίου, λόγω οστεοαρθρίτιδας, πριν από δύο ημέρες. Η γενική της κατάσταση είναι καλή και ο χειρουργός ορθοπαιδικός έχει δώσει το ελεύθερο για την έναρξη της αποκατάστασης στο νοσοκομείο, η οποία κατά μεγάλο μέρος συνίσταται σε κινητοποίηση.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να δώσετε στην ασθενή τις οδηγίες, που θα πρότεινε ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια, για τις κινήσεις του ισχίου που πρέπει να αποφεύγονται σε αυτό το στάδιο.
- β) Να δείξετε τρεις ασκήσεις ενδυνάμωσης, δύο για τους μύες της ποδοκνημικής άρθρωσης και μία για τους περί το γόνατο μύες, που θα μπορούσε να προτείνει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια και να αιτιολογήσετε τη σημασία της μυϊκής ενδυνάμωσης σε αυτές τις αρθρώσεις.
- γ) Να τοποθετήσετε την ασθενή στο κρεβάτι με τον ενδεδειγμένο τρόπο, μετά το πέρας της συνεδρίας.

27. Γυναίκα 40 ετών με αγχώδεις διαταραχές και κρίσεις πανικού προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο για μία συνεδρία μάλαξης. Έρχεται συστημένη από άλλη ασθενή του φυσικοθεραπευτηρίου, αλλά δείχνει σφιγμένη και ανασφαλής. Ο φυσικοθεραπευτής συστήνει η μάλαξη να εφαρμοστεί στην πλάτη.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε:

- α) Να τοποθετήστε την ασθενή στο κρεβάτι θεραπείας, σε σωστή θέση για να εφαρμοστεί μάλαξη στην οπίσθια επιφάνεια του σώματος.
- β) Να δείξετε την εφαρμογή ενός θερμοθεραπευτικού μέσου, που θα μπορούσε να συστήσει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια, για την προετοιμασία της ασθενούς και να δικαιολογήσετε τη χρήση του.
- γ) Να δείξετε τέσσερεις χειρισμούς μάλαξης που πιστεύετε ότι είναι κατάλληλοι για την ασθενή αυτήν, σύμφωνα με τη σύσταση του/της φυσικοθεραπευτή/τριας.

28. Άνδρας 50 ετών, καρδιοπαθής που πρόσφατα υποβλήθηκε σε χειρουργική επέμβαση τοποθέτησης βηματοδότη, χρήζει φυσικοθεραπείας, λόγω δυσκαμψίας και πόνου στην άρθρωση του αριστερού ώμου, κατά την κίνηση. Ο φυσικοθεραπευτής σχεδιάζει ένα πρόγραμμα παρέμβασης, στο οποίο συμπεριλαμβάνει θερμοθεραπεία και κινητοποίηση του ώμου.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε:

- α) Να τοποθετήσετε τον ασθενή σε θέση κατάλληλη για την εφαρμογή της συνεδρίας και να αιτιολογήσετε την επιλογή σας.
- β) Να δείξετε την εφαρμογή θερμοθεραπείας, με ένα κατάλληλο θερμοθεραπευτικό μέσο, σύμφωνα με τη σύσταση του/της φυσικοθεραπευτή/τριας. Κατόπιν να αιτιολογήσετε την επιλογή σας.
- γ) Να προβείτε στη λήψη των απαραίτητων μέτρων ασφαλείας, όταν στο χώρο θεραπειών βρίσκεται άλλος ασθενής με βηματοδότη.

29. Γυναίκα 20 ετών με κάταγμα Colles, που συνέβη προ δεκαπενθημέρου προσέρχεται στο φυσικοθεραπευτήριο. Συστήνεται από το φυσικοθεραπευτή κινητοποίηση στις εκατέρωθεν, του κατάγματος, αρθρώσεις.

Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να δείξετε τον τρόπο ελέγχου της αιμάτωσης στην περιοχή.

- β) Να ψηλαφίστε το ωλέκρανο, την κεφαλή της κερκίδας, τη στυλοειδή απόφυση της ωλένης και τα πρώτα δύο μετακάρπια.
- γ) Να δείξετε την κινητοποίηση των ελευθέρων, γειτονικών προς τον καρπό αρθρώσεων, που θα μπορούσε να προτείνει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια και να αναφέρετε τόσο το είδος της κινητοποίησης που επιλέγετε, όσο και τον ιδιαίτερο σκοπό της επιλογής σας.

30. Ασθενής 30 ετών ύψους 1.95 με κάταγμα έξω σφυρού έχει υποβληθεί σε ακινητοποίηση της ποδοκνημικής του άρθρωσης. Ο θεράπων ιατρός συστήνει ορθοστάτηση και μυϊκή ενδυνάμωση. Επιλέγοντας και χρησιμοποιώντας τα κατάλληλα υλικά ή εξοπλισμό, όπου απαιτείται, καλείστε :

- α) Να προβείτε στην προετοιμασία του ασθενή στο κρεβάτι θεραπείας.
- β) Να δείξετε τρεις ασκήσεις ενδυνάμωσης των μυϊκών ομάδων γύρω από την περιοχή της ποδοκνημικής άρθρωσης, που θα μπορούσε να προτείνει ο/η φυσικοθεραπευτής/τρια. Να αιτιολογήσετε την επιλογή τους και να επισημάνετε τα οφέλη από την εκγύμνασή τους.
- γ) Να επιλέξετε το κατάλληλο βοήθημα βάδισης και να προβείτε στις προβλεπόμενες προσαρμογές σε αυτό. Κατόπιν, να δείξετε τη βάδιση του ασθενή αυτού με το επιλεγμένο βοήθημα.