



Opis przypadku: kontuzja i rehabilitacja
Dziedzina medyczna: medycyna sportowa

1 Dane pacjenta



Wiek: 26 lat
 Płeć: męska
 Wzrost: 1,82 m

Waga początkowa: 85,00 kg
 Początkowe BMI: 25,71 kg/m²
 Waga końcowa: 84,20 kg
 Końcowe BMI: 25,42 kg/m²

2 Wywiad medyczny / diagnoza

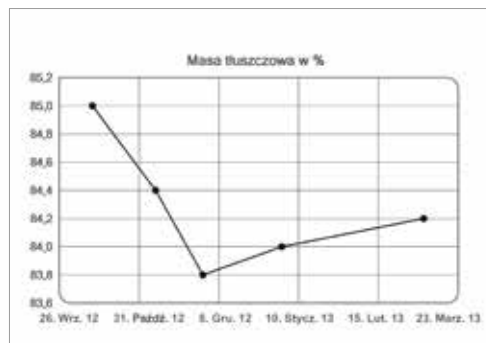
26 letni zawodowemu piłkarzowi pękło więzło achillesowe podczas meczu pucharowego. Po wstępnych badaniach medycznych, biorąc pod uwagę stan obrażeń, ustalona została rehabilitacja zachowawcza i kilka tygodni odpoczynku. Dalsza fizjoterapia i trening regeneracyjny były monitorowane za pomocą seca mBCA w regularnych odstępach czasu.

3 Wykresy wyników pomiarów

Waga

Waga nie zmieniła się znacząco podczas całej 5 miesięcznej przerwy spowodowanej urazem.

- Pomiar 1 (Tydzień 1): 85,15 kg
- Pomiar 2 (Tydzień 5): 84,40 kg
- Pomiar 3 (Tydzień 8): 83,80 kg
- Pomiar 4 (Tydzień 13): 84,05 kg
- Pomiar 5 (Tydzień 22): 84,20 kg



Masa tłuszczowa

Względna masa tłuszczowa sportowca wzrosła w trakcie okresu wolnego od treningu i pod koniec terapii zbliżyła się do swojego początkowego poziomu.

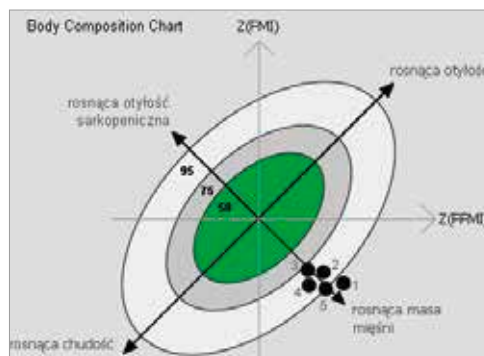
- Pomiar 1 (Tydzień 1): 10,30 %
- Pomiar 2 (Tydzień 5): 12,70 %
- Pomiar 3 (Tydzień 8): 17,60 %
- Pomiar 4 (Tydzień 13): 16,40 %
- Pomiar 5 (Tydzień 22): 12,40 %



Body Composition Chart (BCC)

BCC zapewni idealną kontrolę postępów jak i również kontrolę zmian składu ciała. Decyzje w sprawie dalszego leczenia zostały wykonane na tej podstawie. Pięć pomiarów pokazuje zmiany w ciągu 21 tygodni:

Pierwszego pomiaru dokonano bezpośrednio po zranieniu, w trakcie początkowych badań. **Drugi punkt pomiarowy** odnotowano po 4 tygodniach, a **trzeci** po 7 tygodniach. W tym czasie zawodnik nie trenował, był jedynie poddany kilku zabiegom fizjoterapeutycznym.



Ze względu na znacznie ograniczoną częstotliwość treningu zmniejszyła się masa mięśniowa (punkty pomiarowe poruszają się w lewo) i masa tłuszczu nieznacznie wzrosła. Po tej fazie spoczynku, stosunkowo długiej jak na zadbanego sportowca, specjalistyczny trening odzyskiwania formy został rozpoczęty. W ciągu następnych 5 tygodni (**punkt pomiarowy 4**) możliwe było zmniejszenie masy tłuszczu (przemieszczenia w dół) i przyrostu masy mięśniowej (przemieszczenie na prawo).

W końcowej fazie, obciążenia i objętość treningu stale wzrastały: bieganie, trening z piłką, reintegracja do treningu zespołowego. **Piąty punkt pomiarowy** został odnotowany po kolejnych 9 tygodniach. Zawodnik zagrał swój pierwszy mecz (zastępstwo) po kontuzji, po ponad 5 miesiącach. Skład jego ciała w tym momencie był praktycznie na tym samym poziomie jak przed urazem.

4 Podsumowanie

Chociaż masa ciała jest praktycznie niezmienną, z pomiaru z seca mBCA jasno wynika, że w trakcie przerwy spowodowanej urazem, wzrosła masa tłuszczowa, a masa mięśniowa się zmniejszyła. Zmiany te, mniej lub bardziej anulują się wzajemnie. W trakcie leczenia, można było monitorować i od czasu do czasu również dostosowywać określone metody rehabilitacji. Kierowanie treningiem odzyskiwania formy było możliwe szczególnie za pomocą właściwej oceny składu ciała.

Wykresy pomiarów seca mBCA pomagają monitorować skuteczność wybranych metod fizjoterapii i pozwalają dostosowywać je w miarę upływu czasu, tak aby sportowiec odzyskał swoją sprawność fizyczną.

seca | mBCA



Zeskanuj kod do informacji o produkcie seca mBCA lub zobacz bezpośrednio na mbca.seca.com