

等速肌力训练在膝关节损伤后康复中的应用

产品名称	等速肌力训练在膝关节损伤后康复中的应用
公司名称	山东沐恒医疗科技有限公司
价格	.00/台
规格参数	产地:山东
公司地址	山东省潍坊市高密市醴泉街道人民大街（西）1777号（注册地址）
联系电话	15689810326

产品详情

等速肌力训练在膝关节损伤后康复中的应用

膝关节损伤常见于体育运动中的接触性或非接触性损伤，包括膝关节半月板损伤、膝关节韧带损伤、髌骨脱位、肌腱断裂等一系列损伤性疾病。受伤后膝关节疼痛、活动受限、膝关节屈伸不利，出现肿胀、积液等表现。

等速肌力训练在膝关节损伤后康复中的应用

膝关节出现创伤之后，活动范围缩小、功能降低，而手术等治疗措施会导致不同程度的屈伸肌萎缩和肌力下降，结果是对膝关节的稳定性和功能恢复造成严重影响。

因此膝关节损伤后需要进行肌力训练来增强肌力。增进肌力的方法根据肌肉的收缩形态分为等长、等张、增强式与等速训练。等速训练相较于其他肌力训练具有一定的优势。

等速训练仪器能够提供一种与肌肉实际收缩力相匹配的顺应性阻力，这种顺应性阻力使肢体在整个关节活动范围内的每一瞬间或不同角度下均承受相应的大阻力，使肌肉能够产生大张力和力矩输出，进行等张和等长收缩，对关节肌肉的恢复具有较好的效果。且等速训练中运动速度相对稳定，不会产生爆发式加速运动。通过这样的等速运动可以大幅度降低因使用重量块进行的重力训练所产生加速度与减速度的运动伤害，避免旧伤未愈又添新伤。

同时肌力的下降是膝关节受伤的一个重要因素，等速肌力测试可检测出用传统肌力检测方法不能检测出的一些潜在肌力的改变，如由器质性疾病间接引起的肌力改变，进而预防损伤的发生。

目前等速运动被越来越广泛地应用于康复医学中，并在运动医学领域受到了广泛的认可。

等速肌力训练在膝关节损伤后康复中的应用

