

# **Wpływ aktywności ruchowej na występujące dolegliwości bólowe kręgosłupa lędźwiowego u kobiet w ciąży.**

**Wstęp.....2**

1. Wpływ ciąży na układ kostno-szkieletowy i mięśniowy.....3

2. Etiologia, mechanizm i epidemiologia bólów kręgosłupa w ciąży.....4

3. Leczenie bólu kręgosłupa w ciąży

3.1. Rola fizjoterapii w odcinku lędźwiowym kręgosłupa.....7

**4.Znaczenie i zasady aktywności fizycznej w ciąży.....9**

5. Cel pracy.....10

5.1. Materiał i metoda badań.....11

**6.Wyniki badań.....12**

6.1. Omówienie wyników i dyskusja.....22

6.2. Wnioski.....23

**Piśmiennictwo.....24**

**Streszczenie.....25**

**Wykaz tabel i rycin.....26**

**Załączniki**