

„Az SZTE Kutatóegyetemi Kiválósági Központ tudásbázisának
kiszélesítése és hosszú távú szakmai fenntarthatóságának megalapozása
a kiváló tudományos utánpótlás biztosításával”



Fizioterápiás Tanszéki Tudományos Diákköri Tanács

Kutatásmódszertani alapok gyógytornászoknak 2.

2012. 05.18.

**Preszneré Domján Andrea
adjunktus**



TÁMOP-4.2.2/B-10/1-2010-0012 projekt



Mozgásvizsgálati módszerek a fizioterápiában I.

A felső végtag, az alsó végtag és a gerinc vizsgálata



A projekt az Európai Unió támogatásával,
az Európai Szociális Alap
társfinanszírozásával valósul meg.

A mozgásrendszer vizsgálatának szempontjai, menete

- Anamnézis
- Megtekintés
- Az adott testrész tapintásos vizsgálata
- Aktív és passzív ízületi mozgásterjedelem vizsgálat
- Izomvizsgálatok
- Végtag hossz és körfogat mérés
- Speciális vizsgálatok



Anamnézis

- Személyes
- Családi
- Szociális



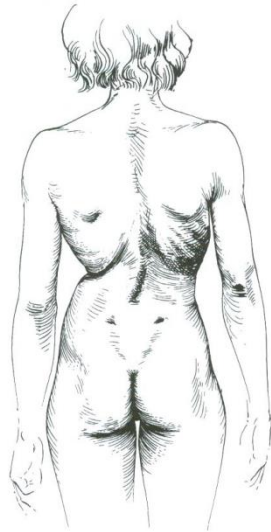
A projekt az Európai Unió támogatásával,
az Európai Szociális Alap
társfinanszírozásával valósul meg.

Megtekintés

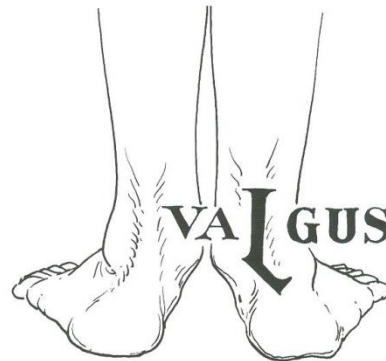
- Mindhárom fő síkban
- Összehasonlító vizsgálat
- Szimmetria-aszimmetria
- Tengelyeltérések
- Bőr állapota
- Izmok állapota
- A természetes mozgások megfigyelése: mozgás harmóniája, folyamatossága, kompenzáló mozgások, vagy kikerülő m jelenléte.



Megtekintés



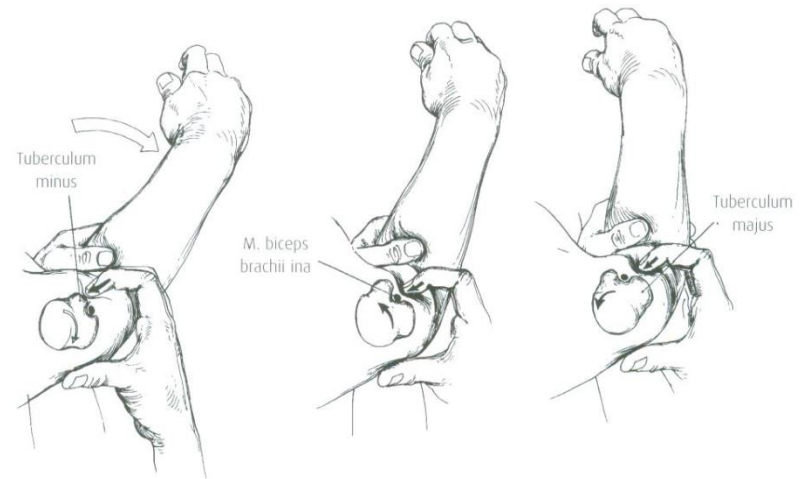
- Szimmetria-
aszimmetria



Tengelyeltérések

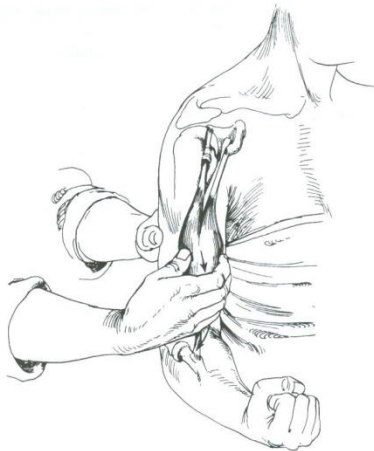
Tapintás

- Anatómiai viszonyok
- Tengelyeltérések
- Csontos képletek
- Ízületek, szalagok
- Nyomásérzékenység

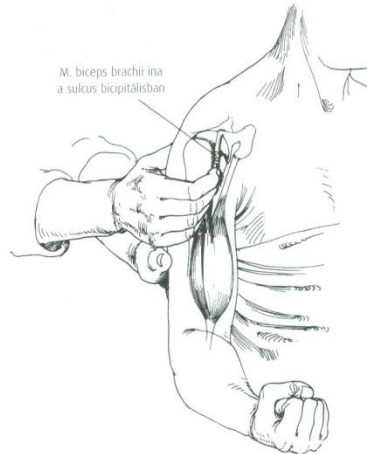


Tapintás

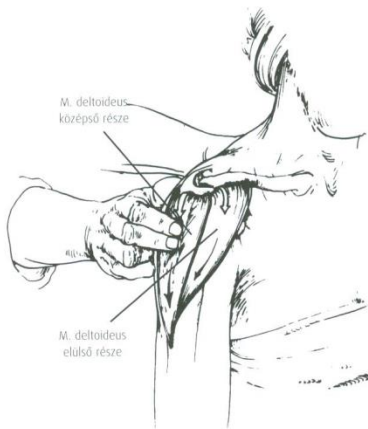
A VÁLL KLINIKAI VIZSGÁLATA



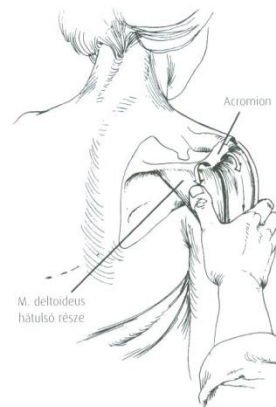
42. kép: A m. biceps tapintása.



43. kép: A m. biceps hosszú fejének ina.



44. kép: A m. deltoideus elülső és középső része.



45. kép: A m. deltoideus hátulso része.

Bőr turgora,
hőmérséklete
Izmok tónusa,
nagysága, formája
Duzzanat

Aktív és passzív ízületi mozgásterjedelem vizsgálat



48. kép: Az Aply-féle gyorsteszt: vállízületi kirotáció és abdukcio.



50. kép: Berotáció és addukció a vállízületben.

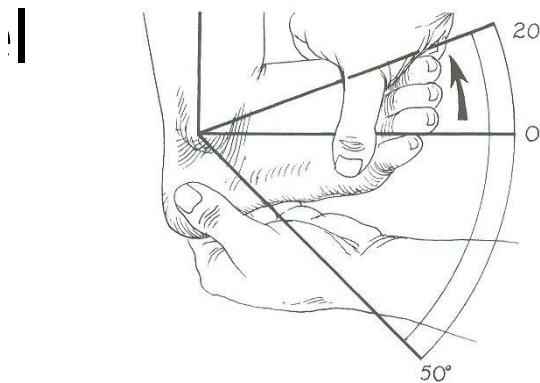
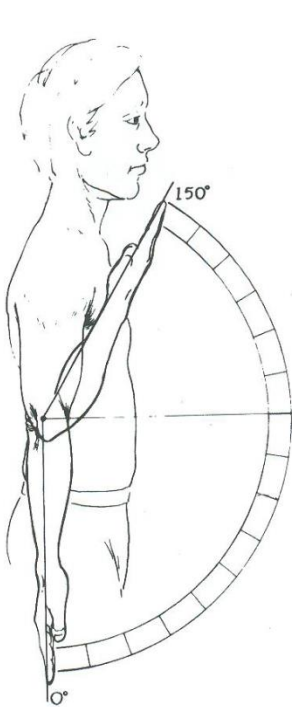
- Neutrális helyzet
- Gyorsteszték



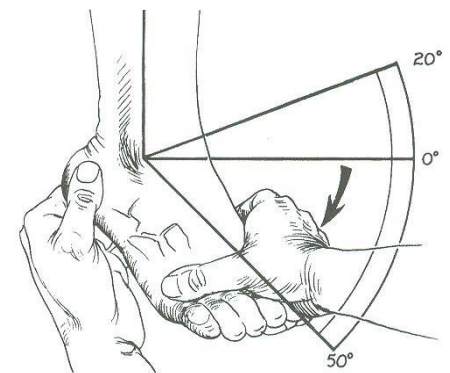
65. kép: Gyorsteszték a láb és boka mozgásterjedelmének vizsgálatára.

Aktív és passzív ízületi mozgásterjedelem vizsgálat

- Eszközös vizsgálatok:
- Ízületi szögmérővel



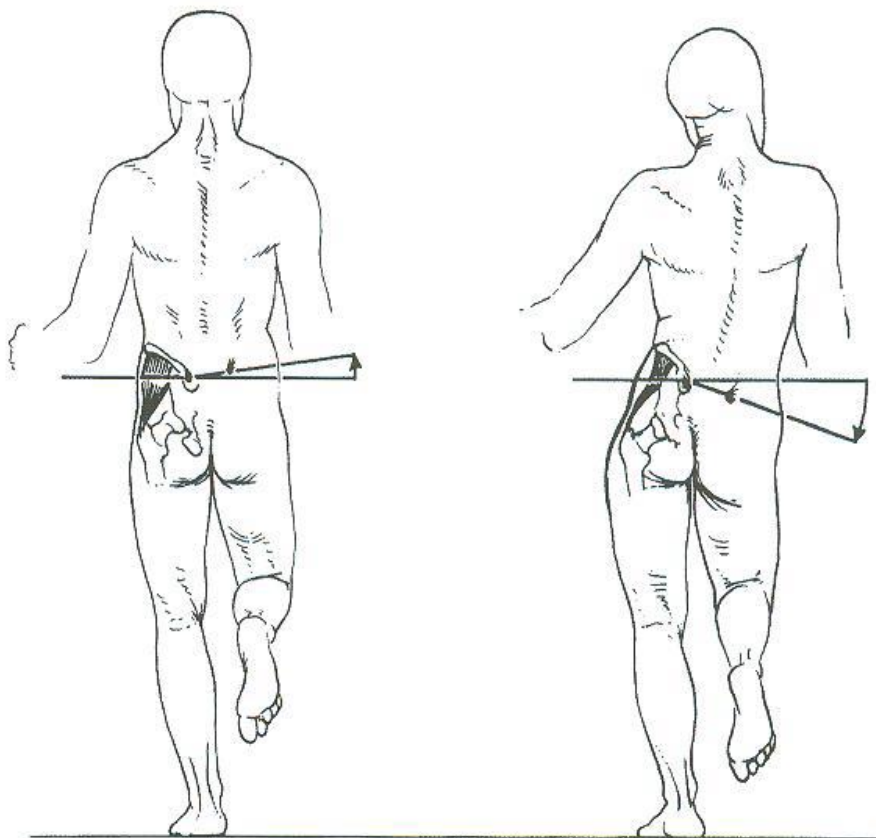
66. kép: A dorszálflexió mozgásterjedelme a felső ugróízületben.



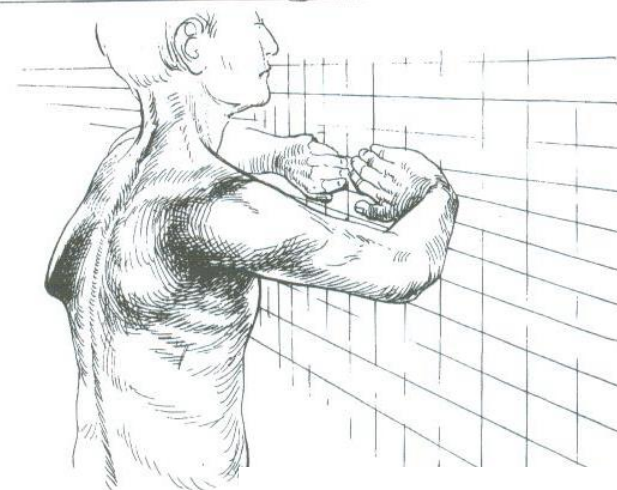
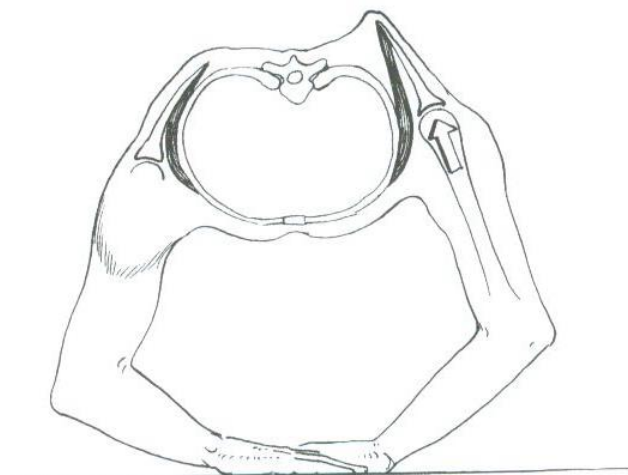
67. kép: A plantárflexió mozgásterjedelme a felső ugróízületben.

Izomvizsgálatok

- Izometriás teszt
- Izomerő vizsgálat Janda szerint, 0-5-ös skálán
- Izomhossz vizsgálata: a maximális megnyújthatóság vizsgálata
- Funkcionális izomerő vizsgálat

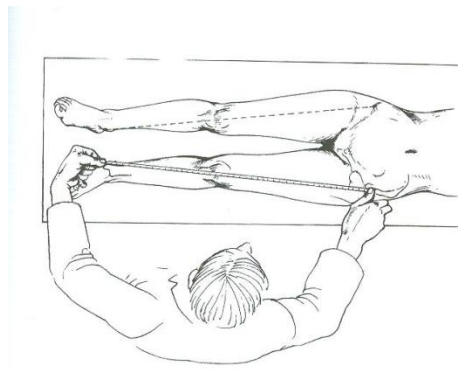


56. kép: A Trendellenburg-teszt. **Balra:** negatív. **Jobbra:** pozitív.

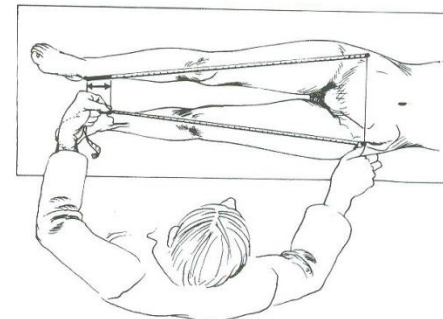


Végtag hossz és körfogat mérése

- Összehasonlító vizsgálat



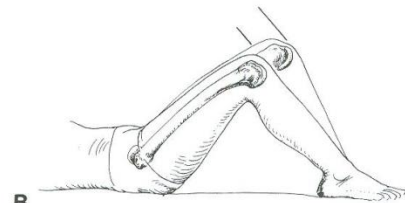
57. kép: A valódi végtaghossz mérése két fix csontos képlet között.



58. kép: Valódi végtaghosszkülönbség.



A

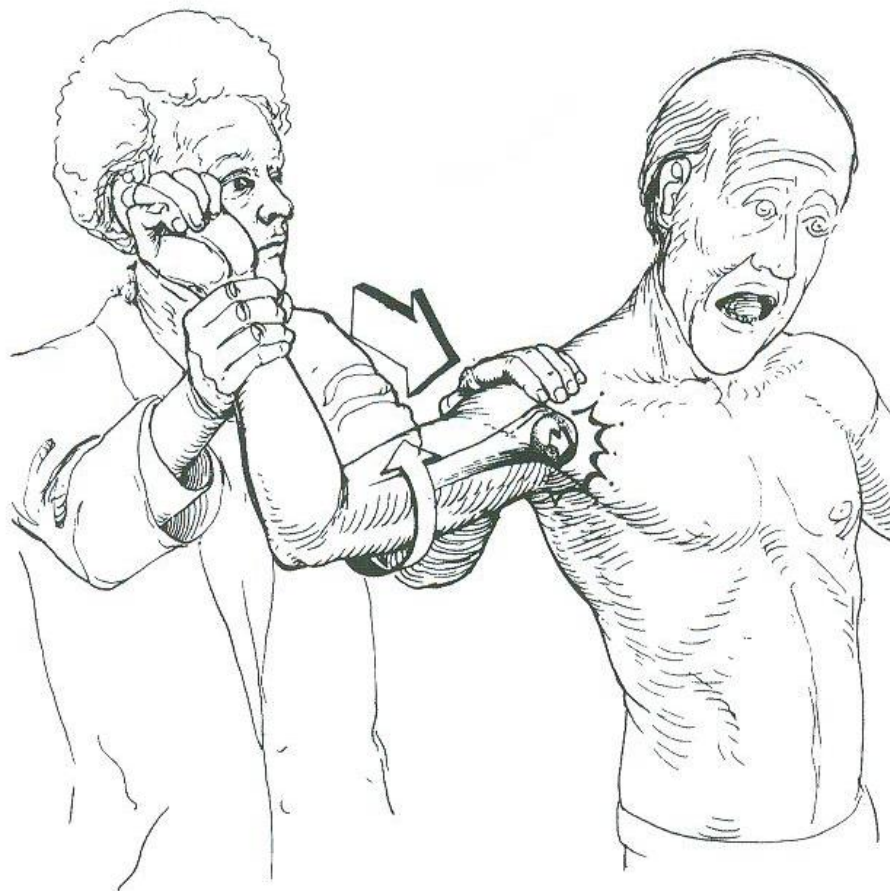


B

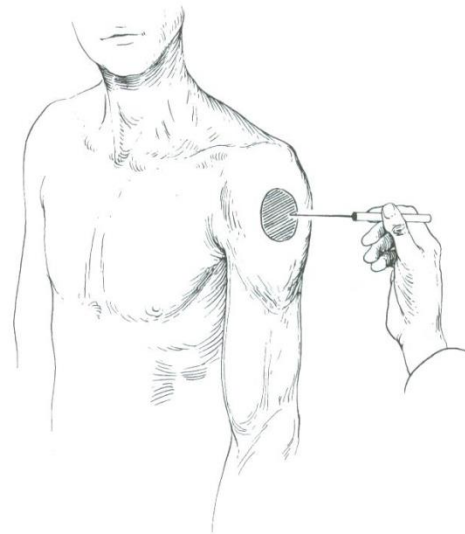
59. kép: A. Hosszkülönbség a tibiák között. B. Hosszkülönbség a femurok között.

Speciális vizsgálatok

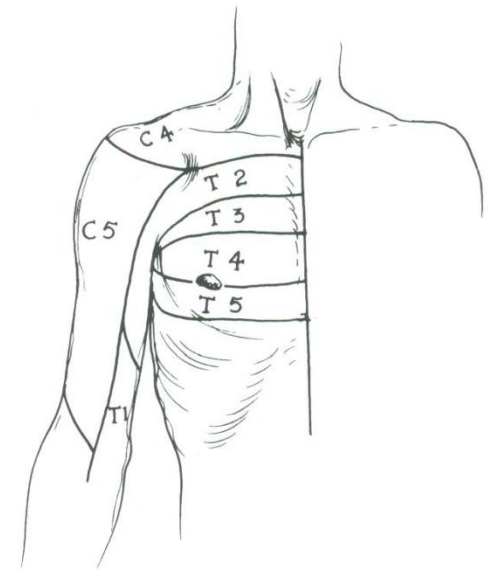
- Ízületi instabilitási tesztek
- Szalagtesztek
- Fájdalom eredetének tisztázását célzó tesztek
- Reflex és érzés vizsgálatok



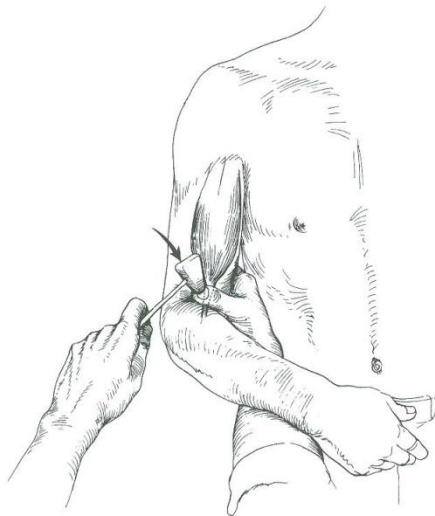
74. kép: A vállízület insatbilitási tesztje habituális vállficam gyanúja esetén.



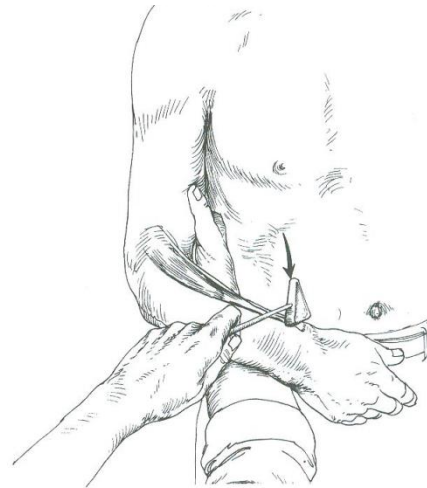
67. kép: A felkar laterális részének érzésvizsgálata.



68. kép: A váll-vállövi régió dermatómái.



43. kép: A bicepsreflex vizsgálata.



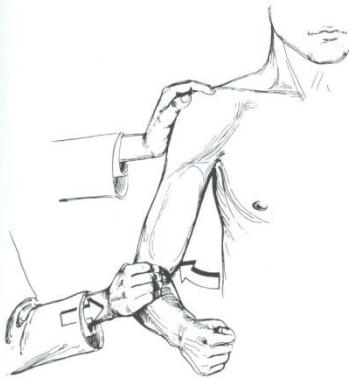
44. kép: A brachioradialis reflex vizsgálata.

Mozgásvizsgálati módszerek a fizioterápiában II.

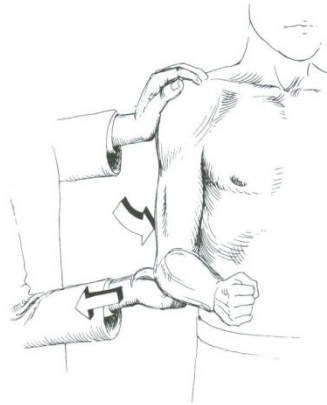
A felső végtag, az alsó végtag és a gerinc vizsgálata



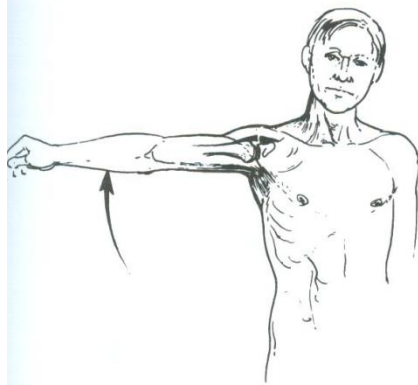
1. A felső végtag vizsgálatának gyakorlati vonatkozásai



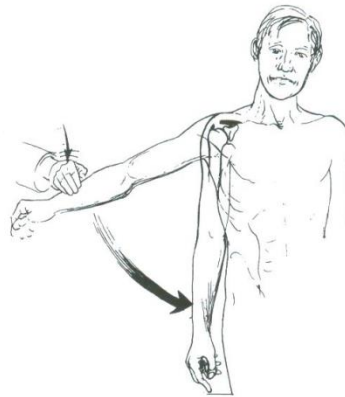
59. kép: A vállízületi abduktorok izomerő vizsgálata.



60. kép: A vállízületi adduktorok izomerő vizsgálata.



72. kép: A hullókar teszt: a rotátorköpeny szakadását vizsgál.

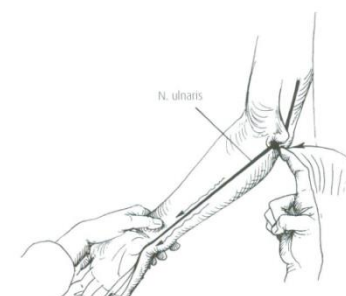
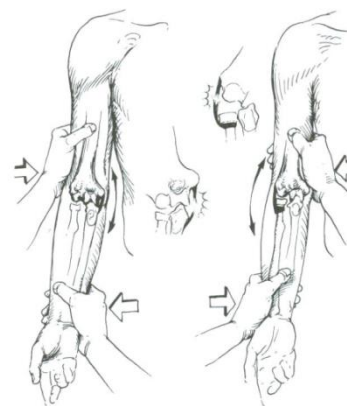
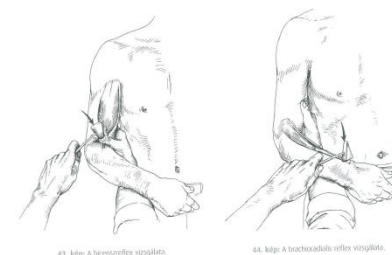
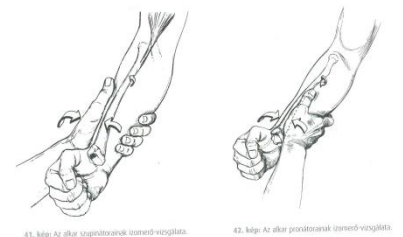


73. kép: Ha a rotátorköpeny szakadt, a páciens nem képes leengedni a karját: a kar leesik.

- A vállöv vizsgálata
- A vállövre ható izmok vizsgálata
- A vállöv és a vállízület együttes mozgásainak vizsgálata
- A vállízület vizsgálata
- A vállízületre ható izmok vizsgálata
- A vállöv és a váll speciális tesztjei

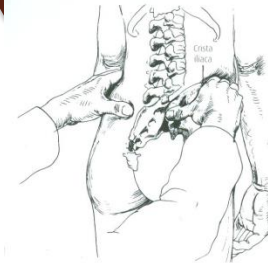
A felső végtag vizsgálata

- A könyök és az alkar vizsgálata, mozgásterjedelmük
- A könyökre és az alkarra ható izmok vizsgálata
- A könyök és az alkar speciális tesztjei
- A kéz vizsgálata: tengelye, tenyéri boltozat, a kéz ízületei, mozgásterjedelem
- A kézre ható izmok vizsgálata
- A kéz funkcióinak vizsgálata

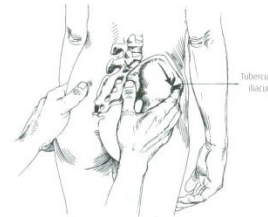


2. Az alsó végtag vizsgálatának gyakorlati vonatkozásai

- A medence vizsgálata.
- Az alsóvégtag hosszának mérése
- A medence ízületeinek mozgásvizsgálata: nutáció, kontranutáció, Spine teszt, előzési tünet, szalag tesztek
- A csípőízület vizsgálata
- A csípőre ható izmok vizsgálata
- A csípő és a medence speciális tesztjei: ízületi stabilitási vizsgálatok, szalag tesztek



12. kép: A spina iliaca posterior superior és a crista iliaca kitá-
pintásának kiinduló helyzete.



13. kép: A crista iliaca hátsó része és a tuberculum iliacum.



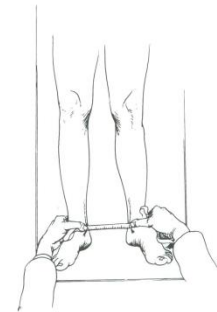
14. kép: A trochanter major.



16. kép: A csípőízület abduktio normál mértéke: 45-50°.



17. kép: A csípőízület addukció normál mértéke: 20-30°.



18. kép: A csípőízület abduktio normál mértékét en-ben is megadhatjuk,
ha a mellekhez modulusok közötti ívvel mérjük meg.

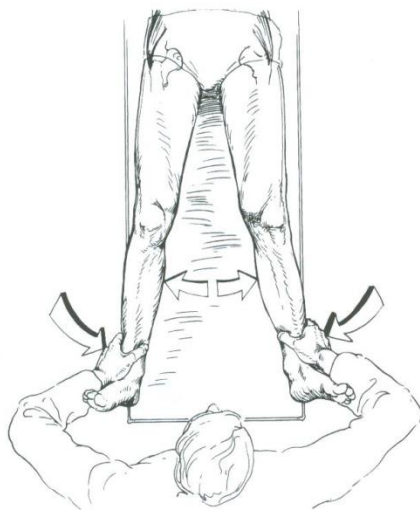
251



51. kép: Izomerő-vizsgálat csípőízületi abdukcióban.



49. kép: A m. iliopsoas izomerő-vizsgálata csípőízületi flexió-



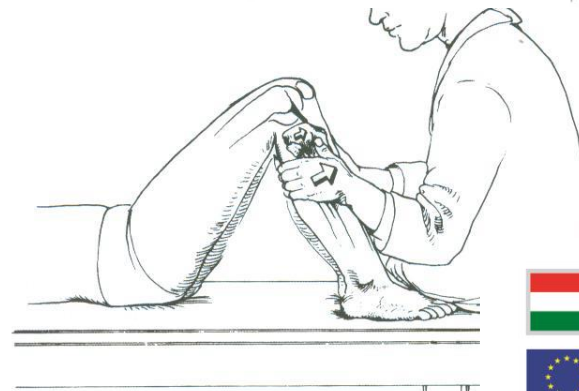
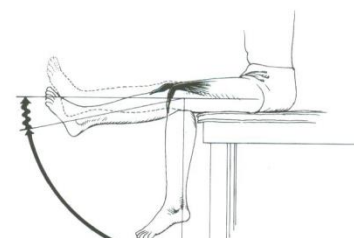
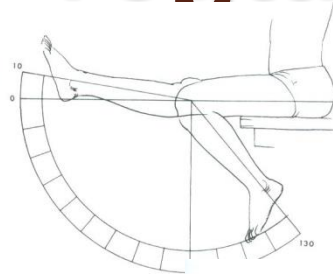
52. kép: A csípőízületi abduktorok izomerő-vizsgálatának változata (m. gluteus medius).



53. kép: A csípőízületi adduktorok izomerő-vizsgálata.

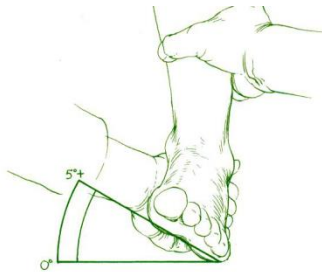
Az alsó végtag vizsgálata

- A térdízület vizsgálata
- A térdízület speciális tesztjei: meniscus, keresztszalag, oldalszalag, patella tesztek, Q szög mérése.
- A térdízületre ható izmok vizsgálata



Az alsó végtag vizsgálata

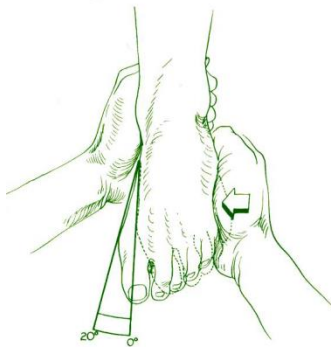
- A láb vizsgálata: tengelye, ízületei, talp boltozatok vizsgálata
- A lábra ható izmok vizsgálata
- Speciális vizsgálatok



72. kép: A szupináció vizsgálata.



73. kép: A pronáció vizsgálata.



74. kép: Az előláb addukciójának vizsgálata.

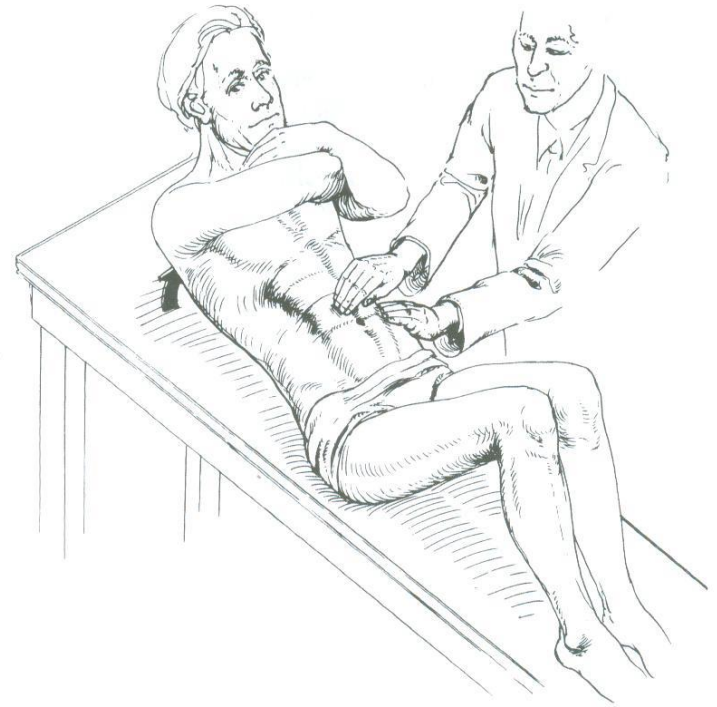


75. kép: Az előláb abdukciójának vizsgálata.

235

3. A gerinc vizsgálatának gyakorlati vonatkozásai

- A gerinc vizsgálata
- A gerinc mozgásterjedelmének vizsgálata egészében
- Az egyes gerincszakaszok mozgásterjedelmének vizsgálata
- A mellkas felépítése, ízületeinek és mozgásainak vizsgálata
- A törzsizmok vizsgálata
- A nyakizmok vizsgálata
- A gerinc speciális vizsgálatai



26. kép: A páciens helyzete az előlelő hasizmok tanításkor

„Az SZTE Kutatóegyetemi Kiválósági Központ tudásbázisának
kiszélesítése és hosszú távú szakmai fenntarthatóságának megalapozása
a kiváló tudományos utánpótlás biztosításával”



Köszönöm figyelmüket!



Szeged, 2012. május 18.



„Az SZTE Kutatóegyetemi Kiválósági Központ tudásbázisának
kiszélesítése és hosszú távú szakmai fenntarthatóságának megalapozása
a kiváló tudományos utánpótlás biztosításával”



Fizioterápiás Tanszéki Tudományos Diákköri Tanács

Kutatásmódszertani alapok gyógytornászoknak 2.

2012. 05.19.

**Preszneré Domján Andrea
adjunktus**



TÁMOP-4.2.2/B-10/1-2010-0012 projekt



A projekt az Európai Unió támogatásával,
az Európai Szociális Alap
társfinanszírozásával valósul meg.

PNF technikák I.



A projekt az Európai Unió támogatásával,
az Európai Szociális Alap
társfinanszírozásával valósul meg.

A PNF jelentése és története

Proprioceptív: szenzoros receptorokon keresztül ad információkat a mozgásról és a testhelyzetről

Neuromuszkuláris: magába foglalja az izmokat és idegeket

Facilitáció: könnyítés

Vagy másként:

People

Need

Fun

Gyökerek:

1940-es évek Dr. Herman Kabat, Margaret Knott kezdték, majd Valejoba költöztek és tovább fejlesztették. Kezdetben poliomyelitises betegeket kezeltek, majd gyorsan világossá vált, hogy széles diagnosztikus tartományban használható. 3-6 hónapos kurzusokat indítottak Valejóban.



A PNF filozófia

- Pozitív visszacsatolás: olyan mozgással kezdünk, amire képes a beteg.
Pl.: a nem érintett oldallal kezdünk, de a mozgás célorientált legyen
- Az embert mint egészet vizsgáljuk, ha egy testrésszel dolgozunk tudnunk kell az milyen motorikus reakciót vált ki az egész testben.
- Tartalékok mobilizálása: gyakran változtassuk a mintákat és a kiinduló helyzeteket, megelőzve az elfáradást.
- Funkcionálisan dolgozzunk: elérhető célokat tűzzünk ki ami a hétköznapiakat segíti.
- Pozitív hozzáállás a pácienshez.
- Irradiáció használata.
- Ne okozz fájdalmat.

A facilitáció alapeljárásai

Exteroceptív ingerek

1. Taktilis stimuláció/ Manuális kontaktus
2. Verbális stimuláció/ Parancsok
3. Vizuális stimuláció

Proprioceptív ingerek

4. Optimális ellenállás
5. Ízületi stimuláció
6. Nyújtás /Strech
7. Irradiáció és megerősítés
8. Időzítés/Timing
9. Terapeuta mozgása
10. Minták

PNF technikák II.



A PNF indikációi

- A mindennapi aktivitások alapja
- Az irradiáció miatt funkcionális reakciókat provokál, indirekt kezelés Pl. törzs extenziós minta ellenoldali karban támaszkodási reakciót indukál.
- Izomnyújtás, mobilizáció
- Helyváltoztatás facilitálása

A PNF technikák célja

Elősegíteni a funkcionális mozgást az izomcsoportok
facilitálása, gátlása, erősítése és lazítása által.



PNF technikák 1.

1. Agonista technikák

- Ritmikus mozgástanítás
- Izotóniás kombináció
- Ismételt nyújtás a mozgás kezdetén
- Ismételt nyújtás a mozgás alatt
- Replikáció



A projekt az Európai Unió támogatásával,
az Európai Szociális Alap
társfinanszírozásával valósul meg.

PNF technikák III.



PNF technikák 1I.

2. Lazító technikák

- Hold-relax
- Contract –Relax

3. Antagonista technikák

- Dinamikus fordítás
- Stabilizáló fordítás
- Ritmikus stabilizáció



„Az SZTE Kutatóegyetemi Kiválósági Központ tudásbázisának
kiszélesítése és hosszú távú szakmai fenntarthatóságának megalapozása
a kiváló tudományos utánpótlás biztosításával”



Köszönöm figyelmüket!



Szeged, 2012. május 18.

