



Agnieszka Oponowicz, Radosław Koczkodan, Aleksander Ronikier

Diagnostyka funkcjonalna człowieka

Przewodnik do ćwiczeń z fizjoterapii

QSW

Agnieszka Oponowicz, Radosław Koczkodan, Aleksander Ronikier

Diagnostyka funkcjonalna człowieka

Przewodnik do ćwiczeń z fizjoterapii

Olsztyńska Szkoła Wyższa *im. Józefa Rusieckiego*
Olsztyn 2010

Spis treści

Wstęp.....	7
Rozdział I. Diagnostyka krążeniowo-oddechowa i ocena wydolności fizycznej..	15
1.1. Ocena funkcjonalna układu krążenia	15
Ćwiczenie 1. Test marszu 6-minutowego	16
Ćwiczenie 2. Ocena tolerancji wysiłku w schorzeniach układu krążenia. Wyznaczenie wartości tętna bezpiecznego	17
Ćwiczenie 3. Ocena fizjologicznej reakcji układu krążenia na pracę kończyn górnych i kończyn dolnych	18
Ćwiczenie 4. Reakcja organizmu na wysiłek fizyczny w środowisku wodnym i powietrznym	19
Ćwiczenie 5. Ocena reakcji organizmu na wysiłek statyczny lokalny i uogólniony	20
1.2. Ocena funkcjonalna układu oddechowego	23
Ćwiczenie 6. Oznaczanie statycznych i dynamicznych pojemności płuc – spirometria	24
Ćwiczenie 7. Wpływ prowokacji wysiłkowej na parametry czynnościowe układu oddechowego.....	26
1.3. Ocena wydolności fizycznej i metody doboru obciążeń wysiłkowych.....	27
Ćwiczenie 8. Próba Ruffiera	28
Ćwiczenie 9. Próba harwardzka (Harvard Step-up Test).....	29
Ćwiczenie 10. Zmodyfikowana próba harwardzka.....	30
Ćwiczenie 11. Test I. Åstrand	31
Ćwiczenie 12. Zmodyfikowany dla fizjoterapii test PWC ₁₇₀	33
1.4. Reakcje organizmu na zmianę pozycji ciała	35
Ćwiczenie 13. Próba ortostatyczna	35
Ćwiczenie 14. Próba Cramptona.....	36
Ćwiczenie 15. Reakcja układu krążenia na zmianę pozycji ciała z przysiadu do pozycji stojącej (modyfikacja testu Cramptona wg Malareckiego).....	37
Ćwiczenie 16. Próba Martineta.....	38
Rozdział II. Fizjologiczne podstawy planowania treningu rehabilitacyjnego.....	39
2.1. Znaczenie rozgrzewki w diagnostyce	39

Ćwiczenie 1. Wpływ rozgrzewki na organizm	39
2.2. Dobór form treningowych w rehabilitacji.....	41
Ćwiczenie 2. Fizjologiczna ocena efektywności różnych form wysiłku.....	41
2.3. Restytucja powysiłkowa jako kryterium diagnostyki wysiłkowej.....	42
Ćwiczenie 3. Ocena skuteczności restytucji powysiłkowej po wysiłkach o róż- nej intensywności.....	43
Rozdział III. Diagnostyka aparatu ruchu.....	44
3.1. Ocena siły mięśniowej	45
3.2. Ocena lokomocji	47
Ćwiczenie 1. Fizjologiczna ocena różnych form lokomocji.....	48
3.3. Ocena gibkości i zakresu ruchomości stawowej.....	49
Ćwiczenie 2. Ocena gibkości tułowia na podstawie skłonu w przód w siadzie (wg Stupnicki i wsp. 2003)	50
3.4. Badanie postawy ciała i badanie korekcyjne	51
Ćwiczenie 3. Wzrokowa ocena postawy ciała	52
Ćwiczenie 4. Kontrola sprawności fizycznej mięśni w utrzymaniu prawidłowej postawy ciała.....	53
Rozdział IV. Diagnostyka neurologiczna	56
4.1. Metody badania równowagi oraz odruchów przedsionkowo-rdzeniowych	56
Ćwiczenie 1. Test Flaminga (wg Stupnicki i wsp. 2003).....	56
Ćwiczenie 2. Próba Romberga (33).....	57
Ćwiczenie 3. Test marszu (Unterbergera).....	58
Ćwiczenie 4. Doświadczenie Barany'ego.....	58
Ćwiczenie 5. Odruch przedsionkowo-oczny	59
4.2. Czucie głębokie.....	58
Ćwiczenie 6. Ocena ilościowa czucia proprioceptywnego.....	60
Ćwiczenie 7. Ocena siły ręki i różnicowania kinestetycznego (wg Stupnicki i wsp. 2003).....	60
Ćwiczenie 8. Badanie powtarzalności zakresu ruchu	61
Ćwiczenie 9. Ocena czucia ułożenia kończyn	62
4.3. Badanie reakcji odruchowych.....	62
Ćwiczenie 10. Odruchy na rozciąganie.....	63

Ćwiczenie 11. Odruch zginania	64
Ćwiczenie 12. Odruchy skórne (eksteroceptywne).....	65
4.4. Badanie czucia powierzchniowego (skórnego).....	66
Ćwiczenie 13. Badanie rozmieszczenia receptorów dotyku na skórze.....	66
Ćwiczenie 14. Badanie czucia umiejscowienia	67
4.5. Diagnostyka fizjoterapeutyczna bólu	68
Rozdział V. Specyfika diagnostyki funkcjonalnej w zależności do płci i wieku...	72
5.1. Różnice w diagnostyce kobiet i mężczyzn	72
Ćwiczenie 1. Różnice w reakcjach fizjologicznych na wysiłek u kobiet i mężczyzn.....	72
5.2. Specyfika diagnostyki u dzieci i osób starszych.....	73
Ćwiczenie 2. Test Astranda dla dzieci.....	74
Ćwiczenie 3. Test sprawności fizycznej dla osób starszych Fullertona (<i>The Fullerton Functional Fitness Test</i>)	77
Rozdział VI. Metodyka i bezpieczeństwo testów diagnostycznych.....	81
Rozdział VII. Międzynarodowa klasyfikacja funkcjonalna (ICF)	86
Bibliografia	99