

Herbert Frisch
Jacques Roex

Terapia manualna

Poradnik
wykonywania
ćwiczeń



 PZWL

Herbert Frisch
Jacques Roex

Terapia manualna

Poradnik wykonywania ćwiczeń

Tłumaczenie z języka niemieckiego:
prof. dr hab. med. Wanda **Stryła**



Spis treści

1. Pojęcia podstawowe	11
1.1. Ogólne pojęcie ruchomości	11
1.2. Ustawienia w stawach	12
1.3. Specyficzne określenia ruchomości	13
1.4. Ruchomość patologiczna	15
1.5. Mięśnie	16
1.6. Techniki leczenia	17
2. Co to jest medycyna manualna?	19
Medycyna manualna a terapia manualna	19
Terapia manualna (chiroterapia)	19
Diagnostyka manualna (chirodiagnostyka)	19
3. Biomechanika i neurofizjologia stawu	23
3.1. Mechanika stawu	23
3.2. Podstawy neurofizjologiczne	28
4. Manualna diagnostyka i terapia stawów obwodowych	32
4.1. Badanie stawów i mięśni	32
4.2. Leczenie stawów i mięśni	33
4.3. Dokumentacja badania układu ruchu z symbolami stwierdzanych objawów (wg H. Frischa)	39
4.4. Techniczne wskazówki do interpretacji wyniku badania kończyn	46
5. Badanie stawów ręki i palców	47
Program badania	47
5.1. Badanie palpacyjne ręki	48
5.2. Badanie gry stawowej stawów palców	51
5.3. Badanie gry stawowej w stawie nadgarstkowo-śródręcznym kciuka	53
5.4. Badanie gry stawowej stawów śródręczno-paliczkowych II-V	55
5.5. Badanie gry stawowej stawu promieniowo-nadgarstkowego	59
5.6. Badanie gry stawowej stawów nadgarstka	61
6. Badanie stawu łokciowego i przedramienia	66
Program badania	66
6.1. Krótki zarys badania stawu łokciowego	67
6.2. Badanie palpacyjne okolicy łokciowej	68
6.3. Badanie gry stawowej stawu łokciowego i stawów przedramienia	70
7. Badanie stawu ramiennego	75
Program badania	75
7.1. Krótki zarys badania barku i stawów obręczy kończyny górnej	76
7.2. Badanie palpacyjne okolicy barku	78
7.3. Badanie gry stawowej stawu ramiennego	82

8. Badanie obręczy kończyny górnej	84
Program badania	84
8.1. Badanie palpacyjne obręczy kończyny górnej w spoczynku	85
8.2. Badanie palpacyjne stawów obręczy kończyny górnej w ruchu	87
8.3. Badanie gry stawowej w stawie mostkowo-obojęzycznym	90
8.4. Badanie gry stawowej stawu barkowo-obojęzycznego	91
8.5. Ruch ślizgowy łopatkii	92
9. Badanie stopy i stawów palców stopy	93
Program badania	93
9.1. Badanie palpacyjne stopy	94
Przegląd gry stawowej stopy	97
9.2. Badanie gry stawowej stawów palców stopy	98
9.3. Badanie gry stawowej stawów śródstopia	100
9.4. Badanie gry stawowej stawów stępu	103
9.5. Badanie gry stawowej w dolnym stawie strzałkowo-piszczelowym (widelki kostek)	109
10. Badanie stawu kolanowego	110
Program badania	110
10.1. Krótki zarys badania stawu kolanowego	111
10.2. Badanie palpacyjne stawu kolanowego	112
10.3. Badanie gry stawowej rzepki	115
10.4. Badanie gry stawowej w stawie kolanowym	116
10.5. Ruch ślizgowy strzałki w górnym stawie piszczelowo-strzałkowym	119
11. Badanie stawu biodrowego (w okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej)	120
11.1. Krótki zarys badania stawu biodrowego	121
11.2. Badanie gry stawowej w stawie biodrowym	123
11.3. Najważniejsze testy skrócenia mięśni	124
12. Diagnostyka manualna i leczenie kręgosłupa	125
12.1. Mechanika stawu	125
12.2. Konsekwencje dla leczenia	128
13. Ogólne badanie kręgosłupa i kończyn w pozycji stojącej	130
Program badania	130
13.1. Obrysy ciała i rzeźba mięśni	131
13.2. Proporcje i krzywizny kręgosłupa	132
13.3. Orientacyjna ocena poziomu segmentów kręgosłupa	132
14. Badanie okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej w pozycji stojącej	134
Program badania	134
14.1. Badanie palpacyjne okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej w pozycji stojącej	135
14.2. Badanie gry stawowej części lędźwiowej kręgosłupa w pozycji stojącej	137
15. Badanie okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej w pozycji siedzącej	138
Program badania	138
15.1. Badanie palpacyjne okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej w pozycji siedzącej	139
15.2. Badanie gry stawowej części lędźwiowej i piersiowej kręgosłupa w pozycji siedzącej	140
16. Badanie okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej w ułożeniu na brzuchu	141
Program badania	141
16.1. Diagnostyka różnicowa stawów okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej	142
16.2. Badanie palpacyjne okolicy lędźwiowo-krzyżowej w ułożeniu na brzuchu	143
16.3. Badanie gry stawowej stawów krzyżowo-biodrowych w ułożeniu na brzuchu	145

16.4. Badanie palpacyjne części lędźwiowej kręgosłupa w ułożeniu na brzuchu	148
16.5. Badanie gry stawowej stawów części lędźwiowej kręgosłupa w ułożeniu na brzuchu	151
17. Badanie okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej w ułożeniu na boku	152
Program badania	152
17.1. Badanie palpacyjne kręgosłupa lędźwiowego w ułożeniu na boku	152
18. Badanie okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej w ułożeniu na plecach	154
Program badania	154
18.1. Ustalenie strony zaburzenia ruchu	155
18.2. Badanie palpacyjne okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej w ułożeniu na plecach	156
18.3. Badanie gry stawowej w części lędźwiowej kręgosłupa w ułożeniu na plecach	157
19. Badanie klatki piersiowej w pozycji siedzącej	158
Program badania	158
19.1. Badanie palpacyjne klatki piersiowej w pozycji siedzącej	159
20. Badanie klatki piersiowej w ułożeniu na brzuchu i w ułożeniu na boku	162
Program badania	162
20.1. Badanie palpacyjne klatki piersiowej w ułożeniu na brzuchu i na boku, w spoczynku i w ruchu	163
20.2. Badanie gry stawowej w części piersiowej kręgosłupa w ułożeniu na brzuchu	167
21. Badanie klatki piersiowej w ułożeniu na plecach	168
Program badania	168
21.1. Badanie palpacyjne klatki piersiowej w ułożeniu na plecach	169
22. Badanie kręgosłupa szyjnego w pozycji siedzącej	171
Program badania	171
22.1. Biomechanika stawów głowy	172
22.2. Badanie palpacyjne i badanie ruchomości w segmencie C_0/C_1 w pozycji siedzącej	173
22.3. Ocena ruchomości w segmencie C_1/C_2 w pozycji siedzącej	175
22.4. Ocena ruchomości w segmencie C_2/C_3 w pozycji siedzącej	176
22.5. Badanie ruchomości na przejściu szyjno-piersiowym kręgosłupa w pozycji siedzącej	178
22.6. Badanie gry stawowej w części szyjnej kręgosłupa w pozycji siedzącej	180
22.7. Testy oporowe mięśni szyi	182
23. Badanie kręgosłupa szyjnego w ułożeniu na plecach	183
Program badania	183
23.1. Sposoby segmentowej oceny ruchomości w części szyjnej kręgosłupa w ułożeniu na plecach	184
23.2. Badanie gry stawowej w części szyjnej kręgosłupa w ułożeniu na plecach	185
24. Piśmiennictwo do doskonalenia zawodowego	186
25. Adresy seminariów doskonalących	187
Skorowidz	189