

TERAPIA MANUALNA W MASAŻU

Kręgosłup lędźwiowy, miednica, kończyna dolna - w koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego

Streszczenie: Koncepcja Terapii Manualnej Rakowskiego. Miednica, stawy biodrowe, segmenty ruchowe kręgosłupa lędźwiowego i przejścia piersiowo-lędźwiowego. Brzuszny mechanizm wspomagania prostowania i stabilizacji tułowia (BMWPIST).

1. Wprowadzenie do koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego.

- sfery osobowości, integrująca rola narządu ruchu
- dostęp do aferencji
- patogeneza dysfunkcji
- czynnościowa zmiana stanu tkanek czst (definicja, cechy, fazy rozwoju, rodzaje aktywności)
- bodźce zabiegowe
- techniki zabiegowe
- wskazania i przeciwwskazania
- seans zabiegowy
- reakcje pozabiegowe
- test kontrolny.

2. Miednica, zespół stawów krzyżowo-biodrowych

- anatomia, patogeneza, objawy
- badanie
 - przez ocenę równowagi statycznej miednicy
 - ruchomości skb
 - przez punkty swoiste dla dysfunkcji wg. K. Sell'a
 - badanie spojenia łonowego
- techniki
 - kołysanie stawu krzyżowo-biodrowego
 - mobilizacje uderzeniowe niespecyficzne
 - mobilizacje uderzeniowe uspecyficznione S1, S3 brzusznie
- postępowanie w nierówności pozornej i rzeczywistej kończyn dolnych
 - różnicowanie pozornego i rzeczywistego skrócenia kończyny dolnej,
 - mobilizacje stawów krzyżowo-biodrowych,
 - technika mobilizacji obwodzeniem stawów biodrowych,
 - warunki doboru wkładki wyrównującej

3. Zespoły więzadeł miednicy

- anatomia, patogeneza, objawy
 - zespół więzadeł krzyżowo-biodrowych
 - zespół więzadła krzyżowo-guzowego
 - zespół więzadła biodrowo-lędźwiowego
 - zespół więzadeł nadkolcowych kości krzyżowej
- badanie
 - określenie wrażliwości uciskowej
 - testy na rozciąganie
- techniki
 - mobilizacje uciskowe
 - techniki uzupełniające

4. Zespół dysfunkcji stawu biodrowego

- anatomia, czynność, patogeneza, objawy
- badanie
 - punkty swoiste dla dysfunkcji stawów biodrowych
 - dystrakcja stawów biodrowych
 - test patrick'a
 - mięśnie znamionowe dla stawu biodrowego (m.in. m. gruszkowaty)
- terapia
 - program „biodro” czyli autoterapia
 - odtwarzanie dystrakcji stawów biodrowych
 - techniki trakcji stawów biodrowych
 - mobilizacje uciskowe okostnej krętarza większego, okostnej głowy strzałki oraz tkanek segmentów ruchowych przejścia piersiowo-lędźwiowego
- koksalgia i koksartroza
 - pozycje ułożeniowe
 - techniki przeciwbólowe

5. Zespoły segmentów ruchowych kręgosłupa lędźwiowego i przejścia lędźwiowo-krzyżowego

- anatomia, patogeneza, objawy
 - zespoły więzadłowe
 - zespół I5/s1
 - zespół I4, I3
 - zespół pseudołąkotkowy kolana
 - rwa udowa
- badanie
 - przez wyrostki kolczyste
 - wrażliwości uciskowej więzadeł nadkolcowych i międzykolcowych oraz tkanek okołostawowych stawów kręgosłupa
 - test na rozciąganie
- techniki
 - mobilizacje uciskowe struktur łącznotkankowych (więzadeł międzykolcowych, nadkolcowych, tkanek okołostawowych stawów kręgosłupa)
 - mobilizacje przez wyrostki kolczyste
 - mobilizacje przez wyrostki poprzeczne
 - technika obwodzeniem niespecyficzną i uspecyficzną
 - technika kołysaniem
 - trakcje przejścia lędźwiowo-krzyżowego przez kość krzyżową
 - trakcje przejścia lędźwiowo-krzyżowego przez talerze biodrowe

6. Mięśniowa równowaga i nierównowaga statyczna

- zespół hiperlordozy lędźwiowej sztywnej i wiotkiej
- zespół dyslordozy lędźwiowej.

7. Zespoły mięśniowe

- anatomia, patogeneza, objawy
 - czst mięśni: grupy kulszowo-goleniowej, prostego uda, napinacza powięzi szerokiej, przywodzicieli, gruszkowatych
- badanie
- terapia
 - techniki miękkie
 - praca odruchowa poprzez segmenty ruchowe kręgosłupa, stawy krzyżowo-biodrowe oraz więzadła miednicy

8. Postępowanie w stanach ostrych czynnościowego przejścia lędźwiowo-krzyżowego i lędźwiowego odcinka kręgosłupa, więzadeł oraz mięśni

- patogeneza, objawy
 - aktywny konflikt dyskowo-korzeniowy
 - stany ostre pozakorzeniowe
- badanie
 - analiza dokumentacji medycznej
 - interpretacja próby lasegue'a
 - określenia kierunków wolnych od bólu
- postępowanie
 - terapia ułożeniowa
 - mobilizacje czynne
 - inne techniki wspomagające
 - różnicowanie z ostrym zespołem przeciążeniowym segmentu ruchowego kręgosłupa
 - różnicowanie z ostrym zespołem przeciążeniowym więzadeł miednicy.

9. Zespoły segmentów ruchowych przejścia piersiowo-lędźwiowego

- anatomia, patogeneza, objawy
 - zespoły segmentów th8-th12
 - zespół th12, l1
- badanie
 - przez wyrostki kolczyste
 - wrażliwości uciskowej więzadeł nadkolcowych i międzykolcowych oraz tkanek okołostawowych stawów kręgosłupa
 - badanie punktu grzebieniowego tylnego i bocznego
- terapia
 - mobilizacje przez wyrostki kolczyste
 - mobilizacje przez wyrostki poprzeczne
 - technika obwodzeniem niespecyficzną i uspecyficzną
 - technika kołysaniem.

10. Zespoły struktur Th/L

- anatomia, patogeneza, objawy
 - czst stawów żeber 8-12
 - czst okostnej koniuszka żebra 12
- badanie
 - wrażliwości koniuszka żebra 12

- wrażliwości tkanek okołostawowych stawów żeber
- postępowanie
 - mobilizacje uciskowe stawów żeber
 - postępowanie w zespole koniuszka żebra 12.

11. Zespoły mięśni znamionowych dla przejścia Th/L

- anatomia, patogeneza, objawy
 - zespół m. biodrowo-lędźwiowego
 - zespół m. czworobocznego lędźwi
 - zespół m. prostownika grzbietu
 - zespół m. prostego brzucha (kwadranty dolne i środkowe)
- badanie
- terapia
 - techniki miękkie
 - praca odruchowa poprzez segmenty ruchowe kręgosłupa.

12. Brzuszny mechanizm wspomagania prostowania i stabilizacji tułowia - BMWPiST

- anatomia, patogeneza, objawy dysfunkcji
- rola hiperlordozy lędźwiowej
- badanie
- terapia
- trening stabilizacji miednicy, łopatek, obręczy barkowej
- znaczenie dysfunkcji bmnwst w prowokowaniu dolegliwości kręgosłupa, klatki piersiowej, miednicy, kończyn dolnych i górnych, głowy
- dno miednicy – znaczenie dla BMWPiST