

NÁPLŇ PREDNÁŠOK A CVIČENÍ

Názov predmetu:	Mobilizačné a mäkké techniky 1		
Študijný program:	<i>Fyzioterapia II. stupeň</i>	Obdobie štúdia:	<i>Zimný semester</i>
Hodnotenie predmetu:	<i>Absolvovanie (ZK)</i>	Závaznosť	<i>povinný</i>
Rozsah výučby:	<i>2h. prednášky a 2h cvičenia / týždeň</i>		<i>spolu 56 hodín</i>

Pracovisko: Klinika FBLR UPJŠ LF

<i>Týždeň</i>	<i>PhDr. Perla Ondová, PhD.; doc. PhDr. Viliam Knap, PhD. http://portal.lf.upjs.sk</i>	<i>Cvičenia / Semináre</i>
1.	Manuálna terapia, prostriedky, indikácie, kontraindikácie	Postizometrická relaxácia, antigravitačné cvičenia, antigravitačné PIR, mobilizačné cvičenia, praktické prevedenie.
2.	Zásady mobilizácie, rozdelenie	Segmentová mobilizácia, necielená mobilizácia, trakčný test a trakčná mobilizácia, praktické prevedenie.
3.	Etiopatogenéza funkčných porúch pohybového aparátu.	Možnosti nešpecifickej mobilizácie, praktické prevedenie.
4.	Mäkké a mobilizačné techniky; pojem funkčných porúch, ich prejavy a význam v liečbe funkčných porúch pohybového aparátu	Možnosti segmentovej – cielenej mobilizácie, praktické prevedenie.
5.	HAZ, trigger pointy, svalové spazmy, prenesená bolesť, klinická charakteristika, diagnostika, terapia.	Vyšetrenie palpáciou: teplota, pohyblivosť, odpor a napätie, bariéry, spúšťové body (TRP), praktické prevedenie.
6.	Anamnéza, objektívne funkčné vyšetrenie chrbtice, stoja, chôdze	Vyšetrenie aktívnych a pasívnych pohybov, praktické prevedenie.
7.	Vyšetrenie a terapia skrátených svalov I.	Vyšetrenie a terapia skrátených svalov, praktické prevedenie.
8.	Vyšetrenie a terapia skrátených svalov II	Klinické vyšetrenie: antropometriaické vyšetrenie, praktické prevedenie.
9.	Vyšetrenie a terapia oslabených svalov I.	Vyšetrenie a terapia oslabených svalov, praktické prevedenie.
10.	Vyšetrenie a terapia oslabených svalov II.	Využitie antigravitačných cvičení pri bolestiach pohybového aparátu, praktické prevedenie.
11.	Mäkké techniky, indikácie, kontraindikácie	Vyšetrenie pohybových stereotypov, praktické prevedenie.
12.	Vyšetrenie porúch pohybových stereotypov	Mobilizácia protismerným pohybom, praktické prevedenie.
13.	Diagnostika a terapia funkčných porúch, zret'azenia funkčných porúch	Postizometrická relaxácia svalov, distrakcia kĺbu, autoterapia, praktické prevedenie.
14.	Etiopatogenéza funkčných porúch pohybového systému	Postizometrická relaxácia (PIR) autoterapia, antigravitačné PIR, mobilizácie do antelexie, retroflexie, lateroflexie, rotácie, praktické prev.

