

# Centralizace / L

# Zelené světlo



Fungující léčebné  
strategie neměníme

Dbej na plný rozsahu pohybu

NL / BE / NZ

# Oranžové světlo



1 - progrese sil

Myslete na počet opakování ~40

2 - alternativy sil

# Periferizace / Z

## Červené světlo



1 - snížení síly

Pohybuj se ve středním rozsahu

2 - alternativy sil

# DERANGEMENT SYNDROM

## DEFINICE

BLOKÁDA V SEGMENTU

CO JE TYPICKÝ KLINICKÝ OBRAZ?  
SMĚROVÁ PREFERENCE

-----  
CO SE MŮŽE OBJEVIT?

Variabilita klinické prezentace  
(často) Centralizace

Akutní deformita  
Recidivy

Omezení rozsahu pohybu (někdy minimální)

## Zjednodušené vysvětlení

Něco je zablokované / ohnutý prst

## 4 fáze léčby derangementu

1. Redukce
2. Udržení redukce
3. Obnova funkce
4. Prevence



# DYSFUNKČNÍ SYNDROM

## DEFINICE

Pouze produkce b. v maximu omezení

## CO JE TYPICKÝ KLINICKÝ OBRAZ?

Vždy lokální bolest ( ⚠️ výjimka - FNK)

Intermitentní

Obtíže minimálně několik týdnů

Bolest na konci omezeného rozsahu pohybu

Stereotypní prezentace u opakovaných pohybů

-----

## Příčina vzniku

Nedostatečné používání, zánět, hojení

## Zjednodušené vysvětlení

Něco je zkrácené / skřípnutý provaz ve dveřích

## Léčebný princip

Remodeling strukturálně změněné tkáně



# POSTURÁLNÍ SYNDROM

## DEFINICE

Bolest vyvolaná dlouhodobou statickou zátěží zdravé tkáně

## CO JE TYPICKÝ KLINICKÝ OBRAZ?

Lokální bolest (možno na více úrovních)  
Intermitentní

Produkce pouze s prolongovanou statickou zátěží  
Žádné omezení rozsahu pohybu  
Opakované pohyby – BE

---

## Nejčastěji

u mladých lidí a sedavého způsobu života

## Zjednodušené vysvětlení

Ohnutý prst

## Léčebný princip

Edukace



# PROGRESE SIL A TLAKŮ

5

MANIPULACE

4

MOBILIZACE

3

PŘETLAK TERAPEUTA

2

PŘETLAK PACIENTA

1

PACIENTOVA SÍLA

# LATERÁLNÍ KOMPONENTA

## CO MUSÍ BÝT PŘÍTOMNO?

bolest asymetrická/ unilaterální  
**a / nebo**  
omezení ve frontální rovině / v laterálním směru

## DŮLEŽITÉ:

vyčerpali jsme sagitální rovinu  
zelené světlo v laterálním směru /  
frontální rovině

## JAKOU REAKCI MÁME V SAGITÁLNÍ?



ORANŽOVÉ SVĚTLO  
ČERVENÉ SVĚTLO



přestože jsme používali adekvátní síly a tlaky

## POTVRZENÍ REDUKCE:

**Zelené světlo** při návratu do sagitální roviny





# ALTERNATIVY SIL

Zatížení / Odlehčení

Statický / Dynamický

Změna úhlu / Kombinace

Změna roviny / Směru

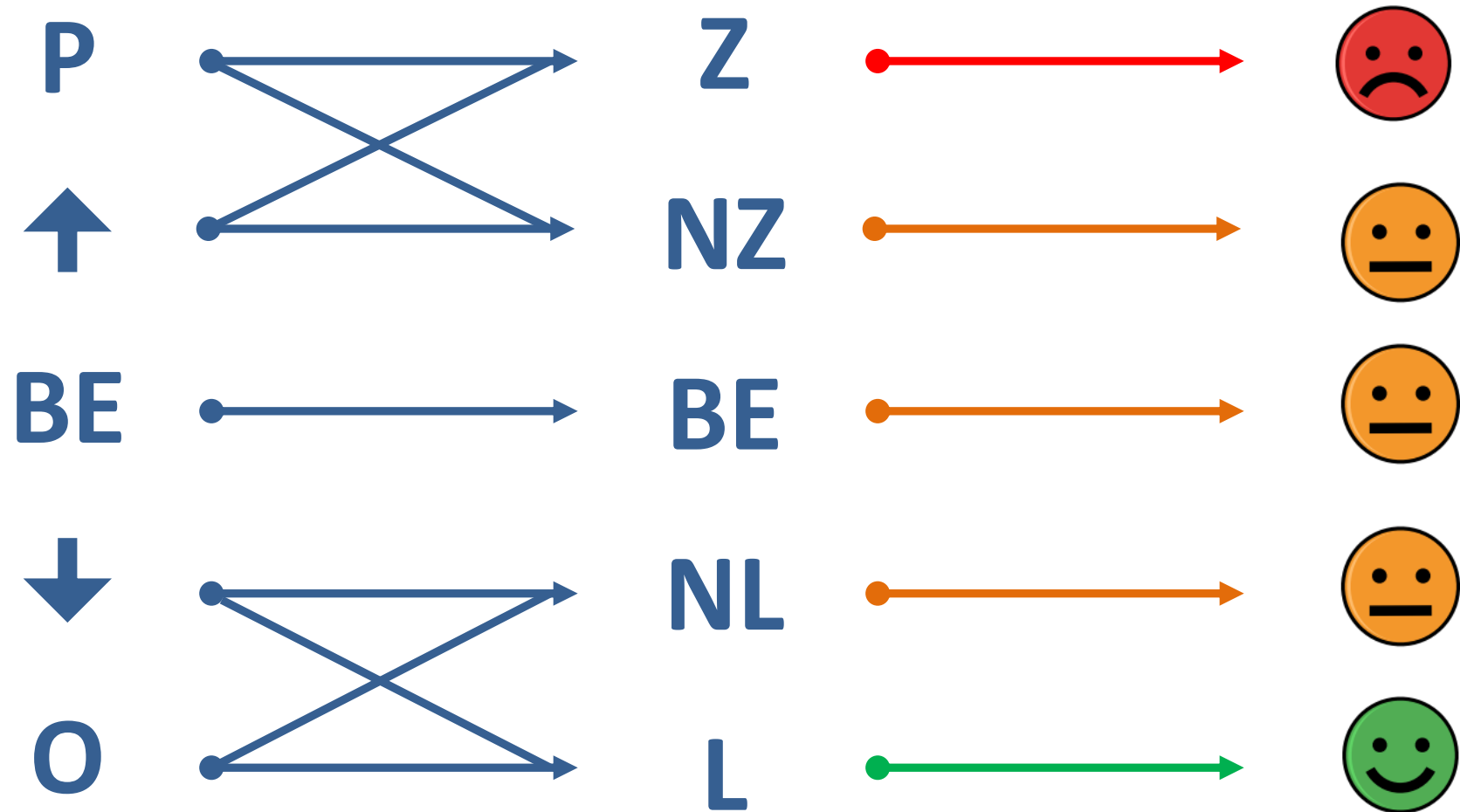


# PROGRESE SIL A TLAKŮ

Zvyšování síly a tlaků

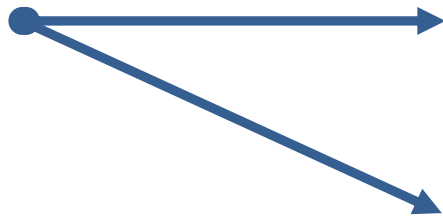


# Intenzita



# Lokalita symptomů

PF



PF



NZ



BE



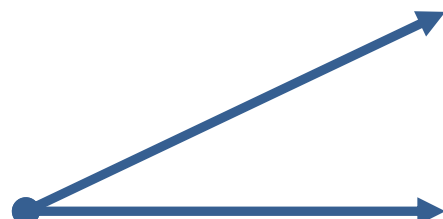
BE



NL



C



C

