

Obsah

1	Úvod	5
2	Testování nejčastějších svalových zkrácení	7
	A) Hodnocení s použitím goniometru	7
	M. trapezius - pars superior	7
	M. pectoralis major	8
	M. piriformis	11
	M. iliopsoas a m. rectus femoris	12
	M. tensor fasciae latae	16
	Adduktory kyčelního kloubu	18
	Ischiokrurální svaly (m. biceps femoris, m. semitendinosus, m. semimembranosus)	20
	M. triceps surae	22
	B) Hodnocení s použitím páskové míry	24
	Paravertebrální zádové svaly	24
	M. quadratus lumborum	25
3	Funkční testy páteře	27
	Test dle Schobera	27
	Test dle Stibora	27
	Test dle Otty	27
	Test dle Čepoje	28
	Test dle Forestiera (flèche)	28
	Test dle Lenocha	28
	Zkouška rotace krční páteře	28
	Zkouška úklonu krční páteře	29
	Test dle Thomayera	29
	Zkouška lateroflexe	29
4	Testování konstituční hypermobility - Beighton scale	31
	Vyšetření dorzální flexe malíku	31
	Vyšetření palmární flexe zápěstí s přiblížením palce k předloktí	31
	Vyšetření hyperextenze v loketním kloubu	32

	Vyšetření hyperextenze v kolenním kloubu.....	32
	Vyšetření předklonu	32
	Stanovení celkové (konstituční) hypermobility	33
5	Závěr.....	35
6	Literatura.....	37
7	Obrazová příloha	39