

# Obsah

<b>Předmluva</b> .....	6	3.4 Sval.....	39
<b>A Funkční svalové řetězce</b> <i>Philipp Richter</i>		3.5 Fascie.....	40
<b>1 Úvod</b> .....	12	Funkce fascií.....	40
<b>2 Modely myofasciálních řetězců</b> .....	20	Projevy myofasciálních poruch.....	40
2.1 Hermann Kabat 1950: propioceptivní neuromuskulární facilitace.....	20	Hodnocení napětí fascií.....	41
Pohybové vzorce.....	20	Příčiny muskuloskeletárních dysfunkcí.....	41
Způsob aplikace.....	21	Geneze myofasciálních poruch.....	41
Zjištění.....	21	Vzorce bolesti.....	42
2.2 Godelieve Struyff-Denys.....	21	3.6 Vegetativní inervace orgánů.....	44
Členění pěti svalových řetězců.....	22	3.7 Irvin M. Korr.....	44
2.3 Thomas W. Myers.....	25	Význam somatické dysfunkce páteře pro organismus jako celek.....	44
„Anatomy Trains“ Myofasciální meridiány.....	25	Význam míchy.....	45
Myofasciální řetězce podle W. Myerse.....	25	Význam autonomního nervového systému.....	45
2.4 Leopold Busquet.....	28	Význam nervů pro trofiku.....	45
Svalové řetězce.....	28	3.8 Sir Charles Sherrington.....	46
Myofasciální řetězce podle Busqueta.....	29	Inhibice antagonistů čili reciproční inervace.....	46
Funkce myofasciálních svalových řetězců.....	35	Postizometrická relaxace.....	46
2.5 Paul Chaffour: Le lien mécanique en ostheopathie (Mechanická vazba v osteopatii).....	35	Časová sumace a lokální, prostorová sumace.....	46
Biomechanické řetězce Paula Chouffoura.....	35	Sukcesivní indukce.....	46
2.6 Shrnutí různých modelů myofasciálních řetězců.....	36	3.9 Harrison H. Fryette.....	47
<b>3 Fyziologie</b> .....	37	Lovettovy zákony.....	47
3.1 Složky pojivových tkání.....	37	Fryetovy zákony.....	48
Buňky.....	37	Rozbor chůze.....	49
Mezibuněčná hmota.....	37	Svalová aktivita při chůzi.....	51
3.2 Výživa pojivové tkáně.....	38	Shrnutí.....	54
Difúze.....	38	<b>4 Kranioskrální model</b> .....	55
Osmóza.....	39	4.1 William G. Sutherland.....	55
3.3 „Creep“ fenomén.....	39	4.2 Biomechanika kranioskrálního systému.....	56
		4.3 Pohyby a dysfunkce kranioskrálního mechanismu.....	59
		Flexe – extenze.....	59
		Torze.....	60
		Rotace s laterální flexí.....	62
		Vertical strain a lateral strain.....	63
		Kompresní dysfunkce SSB.....	63

Nitrokostní dysfunkce .....	63	<b>7 Zink pattern</b> .....	81
Dysfunkce křížové kosti .....	66	7.1 Skladba Zink pattern .....	82
4.4 Vliv kraniálních dysfunkcí a vadného postavení na periférii .....	66	Occiput-atlas-axis (OAA) .....	82
<b>5 Biomechanický model Johna Martina Littlejohna – mechanika páteře</b> .....	68	Horní hrudní apertura .....	83
5.1 Historie .....	68	Dolní hrudní apertura .....	84
5.2 „Mechanika páteře“ a siločáry těla ..	68	Pánev .....	84
Centrální siločára (central gravity line) .....	69	7.2 Praktická aplikace Zinkových vzorců .	85
Anteriorní linie těla (anterior body line) .....	69	Occiput-atlas-axis (OAA) .....	85
Anteposteriorní linie .....	70	Horní hrudní apertura .....	85
Dvě posteroanteriorní linie .....	71	Dolní hrudní apertura .....	85
5.3 Silový polygon .....	71	Pánev .....	85
5.4 Oblouky, osy otáčení a dvojité oblouky .....	72	<b>8 Myofasciální řetězce – model</b> .....	87
Oblouky .....	72	8.1 Svalové řetězec .....	88
Body otáčení .....	72	Flekční řetězec .....	90
Dvojité oblouky .....	73	Extenční řetězec .....	94
5.5 Specific Adjusting Technique – SAT podle Dummera .....	74	8.2 Shrnutí a závěry flekčních a extenčních řetězců .....	95
Historie .....	74	Flekční řetězec .....	95
Postup .....	75	Extenční řetězec .....	95
Tři jednotky .....	75	8.3 Torze .....	96
6 Posturální svaly, fázické svaly a zkrřížené držení těla Příspěvek Vladimíra Jandy k myofasciálním metodám léčení ....	76	8.4 Zvláštnosti některých svalů a svalových skupin .....	97
6.1 Statika .....	76	M. sternocleidomastoideus .....	97
6.2 Motorika .....	76	Mm. scaleni .....	97
6.3 Posturální svalová vlákna (červená vlákna) .....	77	Bránice .....	98
6.4 Fázické svalové vzorce (bílá vlákna) .....	77	M. iliopsoas .....	101
6.5 Svaly s tendencí ke zkracování .....	77	Rotátory kyčle .....	102
6.6 Svaly s tendencí k oslabení .....	78	<b>9 Statika</b> .....	104
6.7 Zkrřížené vzory držení .....	79	9.1 Zóny s klouby jako závěsy .....	104
Horní zkrřížený vzor držení .....	79	9.2 Držení těla .....	105
Dolní zkrřížený vzor držení .....	79	9.3 Rozdíly v délce nohou .....	107
6.8 Praktické důsledky .....	80	Statické změny pánve a páteře u rozdílů délky dolních končetin .....	107
		Následky pro muskuloskeletální systém a symptomy rozdílů v délce dolních končetin .....	107
		Diagnóza rozdílů délky dolních končetin .....	108
		Vyrovňávat nebo nevyrovňávat rozdílů v délce dolních končetin? .....	109
		Shrnutí .....	109
		<b>10 Diagnóza</b> .....	111
		10.1 Anamnéza .....	111
		10.2 Vyšetření .....	111
		Pozorování .....	111
		Palpace .....	111

Pohybové testy .....	111	Mm. multifidi (Mm. transversospinales).....	151
<b>11 Terapie</b> .....	116	Mm. recti capitis posterior major et minor, Mm. obliqui capitis inferior et superior.....	152
11.1 Svalově energetické techniky (MET) ..	116	19.2 Svaly související s bolestí v horní části hrudníku a v rameni a paži .....	153
Definice .....	116	M. levator scapulae .....	153
Indikace a kontraindikace .....	117	Mm. scaleni .....	155
Předpoklady pro optimální aplikaci MET .....	117	M. supraspinatus .....	156
Technické předpoklady a pomůcky (enhancer) pro MET .....	117	M. infraspinatus .....	157
Varianty MET .....	118	M. teres minor .....	158
Fyziologické principy .....	118	M. teres major .....	159
11.2 Techniky myofasciální release .....	119	M. latissimus dorsi .....	159
Provedení techniky .....	120	M. subscapularis .....	160
11.3 Neuromuskulární techniky (NMT) ...	120	Mm. rhomboidei .....	161
Provádění technik .....	120	M. deltoideus .....	162
11.4 Technika myofasciální release s ischemickou kompresí .....	121	M. coracobrachialis .....	164
Postup .....	121	M. biceps brachii .....	165
<b>B Spouštěcí body a jejich terapie</b> <i>Eric Hebggen</i>		M. brachialis .....	166
<b>12. Definice</b> .....	124	M. triceps brachii .....	167
<b>13. Klasifikace spouštěcích bodů</b> .....	125	M. anconaeus .....	168
<b>14. Patofyziologie spouštěcích bodů</b> .....	126	19.3 Svaly související s bolestmi lokte a prstů .....	169
<b>15. Diagnóza</b> .....	130	M. brachioradialis a extenzory zápěstí .....	169
<b>16. Terapie spouštěcích bodů</b> .....	133	M. extensor digitorum et indicis .....	171
<b>17. Faktory podporující spouštěcí body</b> .....	135	M. supinator .....	173
<b>18. Facilitovaný segment</b> .....	136	M. palmaris longus .....	174
<b>19. Spouštěcí body</b> .....	138	Mm. flexores carpi radialis et ulnaris, digitorum superficialis et profundus, pollicis longus, M. pronator teres.....	175
19.1 Svaly způsobující bolesti hlavy a šíje ..	138	M. adductor et opponens pollicis .....	177
M. trapezius .....	138	M. abductor digiti minimi .....	180
M. sternocleidomastoideus .....	140	M. interossei .....	181
M. masseter .....	141	19.4 Svaly související s bolestí v horní polovině trupu .....	184
M. temporalis .....	143	M. pectoralis major .....	184
M. pterygoideus lateralis .....	144	M. pectoralis minor .....	186
M. pterygoideus medialis .....	145	M. subclavius .....	186
M. digastricus .....	145	M. sternalis .....	188
M. orbicularis oculi, M. zygomaticus major, platysma .....	146	M. serratus posterior superior .....	188
M. occipitofrontalis .....	148	M. serratus posterior inferior .....	189
M. splenius capitis et cervicis .....	149	M. serratus anterior .....	190
Mm. semispinalis capitis et cervicis,		M. erector spinae .....	191
		M. rectus abdominis, M. obliquus internus et externus abdominis, M. transversus abdominis, M. pyramidalis .....	193
		19.5 Svaly související s bolestmi v dolní části trupu .....	196
		M. quadratus lumborum .....	196

M. iliopsoas	197	M. tibialis anterior	216
Svaly dna pánevního	199	M. tibialis posterior	217
M. gluteus maximus	200	M. peroneus longus, brevis	218
M. gluteus medius	201	et tertius	219
M. gluteus minimus	202	M. gastrocnemius	220
M. piriformis	203	M. soleus a plantaris	221
19.6 Svaly související s bolestí v kyčlích, stehnech a kolenou	205	M. extensor digitorum longus et hallucis logus	223
M. tensor fasciae laetae	205	M. extensor digitorum longus	223
M. sartorius	205	M. flexor digitorum longus et hallucis longus	224
M. pectineus	206	Vlastní povrchové svaly nohy	226
M. quadriceps femoris	207	Vlastní hluboké svaly nohy	229
M. gracilis, M. adductor longus, brevis et magnus	210	<b>20 Literatura</b>	234
M. biceps femoris, M. semitendinosus, M. semimembranosus	212	<b>21 Ilustrace</b>	238
M. popliteus	214	<b>22 Zkratky</b>	239
19.7 Svaly související s bolestí v bércích, kotnících a dolní části nohy	216		