

OBSAH

1 Dynamická neuromuskulární stabilizace.....	8
1.1 Teoretická východiska.....	8
1.2 DNS testování	13
1.2.1 Test bráničního dýchání	14
1.2.2 Test nitrobřišního tlaku	15
1.2.3 Test elevace paží	17
1.2.4 Test extenze trupu	18
1.2.5 Test pozice na čtyřech	20
1.2.6 Medvěd.....	22
1.2.7 Squat (dřep)	23
1.3 Terapeutické využití a cvičební program	25
1.4 Indikace a kontraindikace.....	30
1.5 Seznam literatury.....	31
2 Bazální posturální programy	32
2.1 Teoretická východiska.....	32
2.2 Praktické provedení jednotlivých atitud.....	36
2.2.1 Atituda 3. – 5. měsíc – poloha na zádech.....	36
2.2.2 Atituda 3. – 5. měsíc – poloha na břiše	38
2.2.3 Atituda koleno loket.....	40
2.2.4 Poloha na boku	43
2.2.5 Šikmý sed s flektovaným loktem	45
2.2.6 Bazální sed	45
2.3 Vyšetření pacienta z pohledu konceptu BPP.....	46
2.3.1 Motorický vývoj dítěte ve vztahu ke konceptu BPP	47
2.4 Indikace a kontraindikace.....	52
2.5 Seznam literatury.....	52
3 Vojtův princip	54
3.1 Teoretická východiska konceptu	54

3.2 Vojtův princip	54
3.2.1 Polohové reakce (testy posturální reaktivity)	56
3.3 Reflexní plazení.....	73
3.3.1 Spoušťové zóny reflexního plazení.....	75
3.4 Reflexní otáčení.....	76
3.4.1 První fáze.....	77
3.4.2 Druhá fáze	78
3.5 Účinky	80
3.6 Indikace a kontraindikace.....	82
3.7 Seznam literatury.....	82
4 Bobath koncept.....	83
4.1 Teoretická východiska.....	83
4.2 Terapeutické prvky a techniky	85
4.2.1 Inhibice a facilitace	85
4.2.2 Handling.....	88
4.2.3 Placing, holding a guiding.....	90
4.2.4 Tapping.....	90
4.3 Indikace a kontraindikace.....	90
4.4 Seznam literatury.....	91
5 Neurac	92
5.1 Teoretická východiska.....	92
5.2 Cvičení v redcordu, dávkování zátěže.....	96
5.3 Neurac	98
5.3.1 Klinické vyšetření podle Neuracu	101
5.3.2 Léčebný postup podle Neuracu	103
5.4 Neurac protokol Back and Pelvis	104
5.4.1 Supine pelvic lift	105
5.4.2 Supine bridging	108
5.4.3 Prone bridging.....	112
5.4.4 Side-lying hip abduction	115

5.4.5 Side-lying hip adduction	118
5.5 Indikace a kontraindikace.....	122
5.6 Seznam literatury.....	122