

## NÁPLŇ PREDNÁŠOK A CVIČENÍ

<b>Názov predmetu:</b>	<b>Mobilizačné a mäkké techniky 3</b>		
<b>Študijný program:</b>	<i>Fyzioterapia II. stupeň</i>	<b>Obdobie štúdia:</b>	<i>Zimný semester</i>
<b>Hodnotenie predmetu:</b>	<i>Absolvovanie (ZK)</i>	<b>Záväznosť</b>	<i>povinný</i>
<b>Rozsah výučby:</b>	<i>2h. prednášky a 3h cvičenia / týždeň</i>		<i>spolu 70 hodín</i>

Pracovisko: Klinika FBLR UPJŠ LF

<b>Týždeň</b>	<b>Prednášky: PhDr. Kamila Kociová, PhD.</b> <a href="http://portal.lf.upjs.sk">http://portal.lf.upjs.sk</a>	<b>Cvičenia / Semináre</b>
<b>1.</b>	Vyšetrenie a terapia funkčných porúch v oblasti krčnej chrbtice	Postizometrická relaxácia, manuálna trakcia krčnej chrbtice, necielená mobilizácia, mobilizácia do rotácie a úklonu, trakčná mobilizácia, praktické prevedenie
<b>2.</b>	Postizometrická relaxácia, manuálna trakcia krčnej chrbtice, necielená mobilizácia, mobilizácia krčnej chrbtice	Mobilizácia laterolaterálnym, ventrodorzálnym posunom, mobilizácia do úklonu, segmentová mobilizácia, mobilizácia cervikotorakálneho prechodu do anteflexie a retroflexie, praktické prevedenie
<b>3.</b>	Vyšetrenie a terapia funkčných porúch v oblasti hrudnej chrbtice a rebier	Nešpecifická mobilizácia: trakcia dolnej, strednej a hornej hrudnej chrbtice a do retroflexie, mobilizácia do retroflexie modif., praktické prevedenie
<b>4.</b>	Nešpecifické mobilizácie hrudnej chrbtice	Segmentová – cieľná mobilizácia hrudnej chrbtice do rotácie, úklonu, ventrálным smerom, mobilizácia rebier a kostotransverzálnych kĺbov, praktické prevedenie
<b>5.</b>	Vyšetrenie a terapia funkčných porúch v oblasti torakolumbálneho prechodu	Nešpecifická mobilizácia do flexie, extenzie a segmentová mobilizácia torakolumbálneho prechodu do rotácie, rôzne modifikácie, praktické prevedenie
<b>6.</b>	Špecifické a nešpecifické mobilizácie torakolumbálneho prechodu	Trakčné techniky v oblasti krčnej, torakálnej chrbtice a torakolumbálneho prechodu, praktické prevedenie
<b>7.</b>	Vyšetrenie a terapia funkčných porúch v oblasti sakroiliakálneho kĺbu	Mobilizácia sakroiliakálneho kĺbu dorzálnym smerom, krížovým hmatom podľa Stoddarda, v polohe naboku, do rotácie, praktické prevedenie
<b>8.</b>	Mobilizácie sakroiliakálneho kĺbu	Autoterapia – automobilizácie podľa Sachseho, antigravitačné cvičenia, praktické prevedenie
<b>9.</b>	Vyšetrenie a terapia funkčných porúch v oblasti lumbálnej chrbtice	Mobilizácia lumbálnej chrbtice – priečne a pozdĺžne kožné riasy, postizometrická relaxácia chrbtových svalov, nešpecifická mobilizácia do rotácie, praktické prevedenie
<b>10.</b>	Mobilizácie lumbálnej	Trakčné mobilizácie lumbálnej chrbtice: trakčný test, trakcie za dolnú končatinu,

## NÁPLŇ PREDNÁŠOK A CVIČENÍ

		do flexie, v polohe na bruchu, necielená mobilizácia do úklonu, rotácie, dorzálnym smerom, do rotácie, segmentová mobilizácia, praktické prevedenie
<b>11.</b>	Vyšetrenie a terapia funkčných porúch v oblasti panvy, kostrče a symfýzy	Mobilizácie v SI; PIR mm. Glutei. PIR sakrokokcygeálneho spojenia, mobilizácia v sagitálnejrovine: nutácia os sakrum oproti bedrovému kĺbu a distrakcia dorzálnej časti SI kĺbu pružením os ilium oproti os sakrum, praktické prevedenie
<b>12.</b>	Mobilizácie v oblasti panvy a symfýzy	Mobilizácia do pasívnej addukcie a pasívnej abdukcie v oblasti v bedrovom kĺbe, mobilizácia protismerným pohybom, ak je panva v torzii, mobilizácia ak je panva šikmá. Praktické prevedenie
<b>13.</b>	Vyšetrenie a terapia funkčných porúch v oblasti atlantookcipitálneho prechodu a temporomandibulárneho kĺbu	Postizometrická relaxácia svalov v oblasti temporomandibulárnych kĺbov v zmysle laterolaterálnych pohybov, distrakcia kĺbu, autoterapia, praktické prevedenie
<b>14.</b>	Mobilizácie atlantookcipitálneho prechodu a temporomandibulárneho kĺbu.	Postizometrická relaxácia (PIR)extenzorov cervikokraniálneho spojenia, autoterapia, antigravitačné PIR, mobilizácie do antelexie, retroflexie, lateroflexie, rotácie, praktické prevedenie