

	<p style="text-align: center;"><b>VENEMAA MEDITSIINILISE JA SOTSIAALSE REHABILITATSIOONI AKADEEMIA</b></p> <p style="text-align: center;"><b>RAKENDUSLIKU KINESIOLOOGIA OSAKOND</b></p> <p style="text-align: center;"><b>MEDITSIINILISE KINESIOLOOGIA JA MANUAALTERAAPIA AKADEEMIA</b></p>
<p style="text-align: center;">Venemaa, Moskva, Novotšeremuškinskaja 44, korpus 3 (kontor 7)</p>	

### *Seminar 1.1.*

## **MANUAALSE LIHASTESTIMISE TEOREETILISED ALUSED JA PRAKTIKA**

### **PROGRAMM**

#### *Teoreetiline osa*

#### **1. osa. Bioloogilise tagasiside süsteem organismilt läbi närvisüsteemi reflektorse toimimise.**

*Manuaalse lihastestimise neurofüsioloogilised alused.* Arusaamine refleksikaarest, refleksitsüklidest, refleksispiraalist, lihaskontraktsiooni füüsilisest ja toonilisest olemusest (N.A. Bernšteini järgi). Lihastoonuse, lihase tugevuse, venivuse, vastupidavuse mõisted ja nende kliiniline tõendamine. Funktsionaalse nõrkuse, hüpotoonia, hüporefleksia erinevad diagnostilised kriteeriumid ja nende tähendus kliinilises praktikas.

*Manuaalse lihastestimise meetodid (MMT)* – Testi viis ettevalmistavat etappi, nende eesmärk ja läbiviimise reeglid, kolmefaasilise manuaalse lihastestimise kliiniline tõendatus (algasendid, isomeetrilise kokkutõmbumise säilitamine kuni 3 sekundit ja müotaatilise refleksi aktiveerimine). Põhilised vead, mis moonutavad MMT tulemust. Näidustused ja vastunäidustused selle läbiviimiseks. MMT kasutamine kombineerituna teiste teraapiatega nagu näiteks neuroloogiline, biomehaaniline, biokeemiline, emotsionaalne ja refleksoteraapia. Näidustused nende kasutamiseks.

Kinesiooloogilise diagnoosi panemine ja ravimeetodite mõju algoritm.

#### **2. Holistiline lähenemine organismile.**

*Organismi neurofüsioloogiline hindamine kõigi omavahel seotud ja üksteisest sõltuvate süsteemide seisukohast.*

Haiguse kui organismi keskkonna toimega mittekohanemise analüüsimine närvisüsteemi, autonoomse vegetatiivse süsteemi (humoraalne-hormonaalne), kanalite-meridiaanide süsteemi ja emotsionaalse süsteemi seisukohast (I.R. Schmidt järgi).

*Näiteks on omavahel seotud mistahes haiguse puhul esinev valu (närvisüsteemi reaktsioon), vegetatiivsed häired (muutused siseorganite töös, keha temperatuuris, hingamissageduses) ja energeetilised häired (nõrkus, unehäired), emotsionaalsed (liigne viha või hirm). Tähtis on mõista, missugused on haiguse põhjuste kliinilised ja missugused kompensatoorsed ilmingud.*

#### **3. Lihaskonna häirete põhjuste otsimine**

Lihaskonna dekompresseruva piirkonna määramine ja nende lihaste dekompensatsiooni põhjused (keskmise, segmentaalse või perifeerse tasandi kahjustused).

*Näiteks võib seljavalu olla vaagna ebastabiilsuse tulemus, mis rikub nimmeruutlihase funktsiooni (perifeersel tasandil) või ülemise nimmepõimiku kokkusurumise tagajärg (segmentaaltasandil) või müofastsiaalse ahela tagapinna patoloogiline aktiivsus (keskmisel tasandil), ja võib isegi olla, et põhjus ei ole nimmepiirkonnas, vaid näiteks pahkluu ebastabiilsuse tulemus.*

4. **Lihaskonna taastamine perifeerse kahjustuse korral** (päästiktsoonid kõhus ja kõõlustes, kinnituspunktid ebastabiilsus, sidekudede lühenemine) ja ümberõpe. Teoreetiline osa – spetsiaalsete ärritajate kasutamine erinevate tasandite häirete koosinemise korral.

#### **Praktiline osa**

1. 15 peamise lihase manuaalne testimine (põhireeglite määramine selle rakendamisel, õige arusaam arsti ja patsiendi lähteasendist, patsiendi keha fikseerimist vajava koha kindlaksmääramine, lihaste venitamise suund müotaatilise refleksi aktiveerimiseks), põhilised vead sooritamisel

2 MMT kasutamine sammumustri teostamise protsessis, et määrata kindlaks põhilised häired närvi-, vegetatiivses või emotsionaalses sfääris

3 Staatilis-dünaamiliste koormuste kasutamine kahjustuse taseme määramiseks (keskmine, perifeerne või segmentaalne)

4 Kliinilise kinesioloogilise diagnoosi panemine ja selle võrdlus neuroloogilise ja patomorfoloogilisega

5 Lihaskonna taastamine perifeerse häire puhul (päästiktsoonide diagnoosi ja korrigeerimise meetodid alakõhus ja kõõlustes, kinnituskohade ebastabiilsuse korral, fastsia lühenemisel)