

Výukový materiál v rámci projektu OPVK 1.5 Peníze středním školám

- **Číslo projektu:** CZ.1.07/1.5.00/34.0883
- **Název projektu:** Rozvoj vzdělanosti
- **Číslo šablony:** III/2
- **Datum vytvoření:** 6.5. 2013
- **Autor:** Mgr. Barbora Boudová
- **Určeno pro předmět:** Teorie masáže
- **Tematická oblast:** Masážní techniky
- **Obor vzdělání:** Masér sportovní a rekondiční
(69-41-L/02) 2. ročník
- **Název výukového materiálu:** Typy funkčních kloubních poruch
- **Popis využití:** výukový materiál s využitím dataprojektoru a notebooku k prohlubování a upevňování učiva
- **Čas:** 30 minut

Funkční blokáda

- Vzniká při jakékoli místní změně hybného systému
- Vzhledem k propojenosti jednotlivých oblastí se změny týkají kůže, podkoží, fascie, svalů a kloubů
- Při postižení větší části tělesných segmentů dochází k tzv. řetězení funkčních poruch

Úkol

- Teoreticky zdůvodněte problém uvolňování kloubních blokád a poté se prakticky pokuste toto aplikovat na svém spolužákovi či spolužačce

Řešení úkolu

- Pro uvolnění kloubních blokád stačí v některých případech změna polohy, popřípadě adekvátní lehké protažení
- Je – li blokáda dlouhodobá, může nastat její fixace v pohybovém aparátu

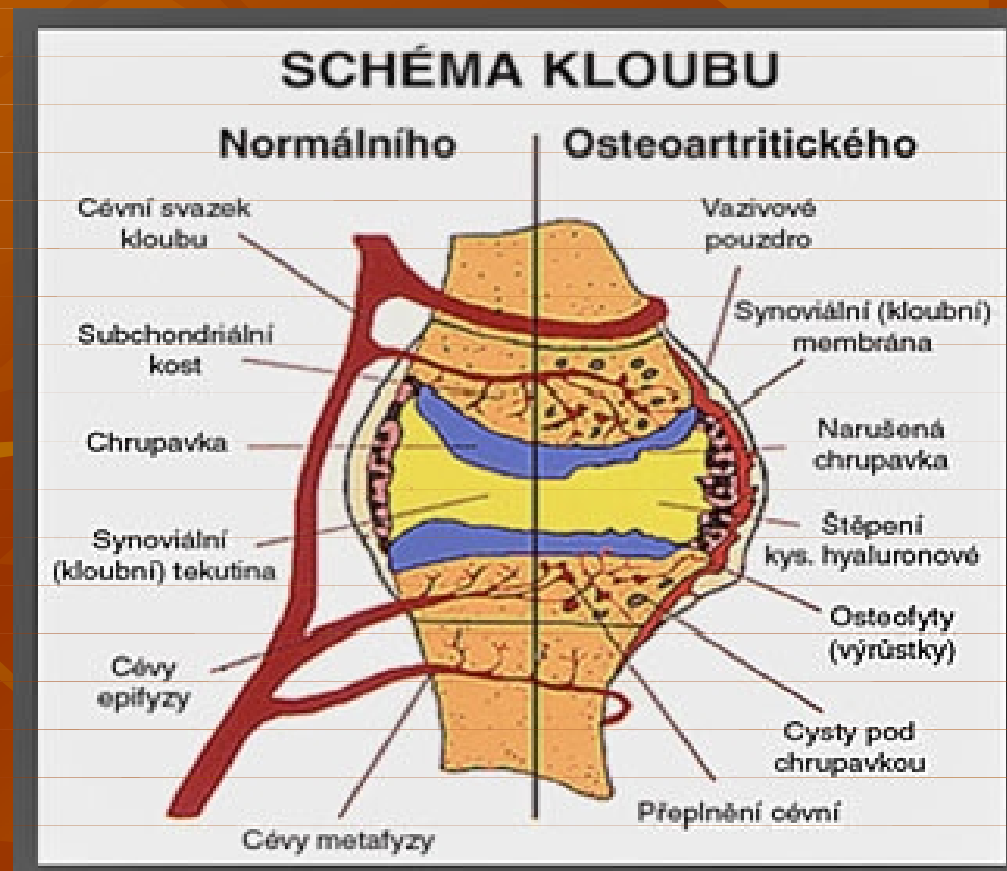
Příčiny funkčních blokád

- Funkční blokáde se nevyhne žádný jedinec
- Jsou způsobeny především:
 - Nesprávnými pohybovými stereotypy
 - Dlouhodobou strnulou polohou
 - Jednostrannou zátěží bez následné kompenzace
 - Mikrotraumatizací jednotlivých částí hybného systému

Viscerální vztahy

- Funkční poruchy objevovat také při interních onemocněních vnitřních orgánů
- Při často opakujících se potížích v jedné oblasti je potřeba myslet také na onemocnění určitého orgánu
- V případě zhoršení interních onemocnění dochází často k recidivě funkčních poruch

Úkol – charakterizujte příčinu a průběh snížení kloubní pohyblivosti



Řešení úkolu

- II. Snížení kloubní pohyblivosti – funkční blokáda charakterizovaná zvýšeným odporem v průběhu pohybu při vyšetření joint play
- Dochází k omezení jak aktivního pohybu, tak i uvnitř kloubu
- Například při funkční poruše v oblasti prvního krčního obratle dochází k omezení kloubní pohyblivosti sacroiliacálního skloubení

Odkazy

- Obrázek č.

1:<http://www.orling.cz/uploads/thumbnails/thumbnail-326304-schema-kloub-1355685102.jpg>