**HORNÍ KONČETINA**

**EXTENČNÍ VZOREC I. DIAGONÁLY**

= extenze, abdukce, vnitřní rotace

Výchozí poloha :

prsty : flexe, addukce směrem radiálním

palec : zevní rotace, flexe, addukce ( „mistička“ )

zápěstí : palmární flexe s radiální dukcí

předloktí : supinace

loket : extenze

rameno : flexe, addukce, zevní rotace

lopatka : abdukce, zevní rotace

akromion : anteriorní elevace

klíček : přiblížen u sterna

Pohybové komponenty :

prsty : extenze, abdukce směrem ulnárním

palec : extenze, abdukce kolmo do dlaně

zápěstí : dorsální flexe s ulnární dukcí

předloktí : pronace

loket : extenze

rameno : extenze, abdukce, vnitřní rotace

lopatka : addukce, vnitřní rotace

akromion : posteriorní deprese

klíček : oddaluje se od sterna

Svalové komponenty :

lopatka : m. levator scapulae

m. rhomboideus maior

m. rhomboideus minor

rameno : m. teres maior

m. latissimus dorsi

m. deltoideus - zadní část

m. triceps brachii - caput longum ( jako extenční komponenta v rameni )

předloktí : m. pronator quadratus

zápěstí : m. extensor carpi ulnaris

prsty : m. extensor digitorum communis

1. extensor digiti minimi

m. abduktor digiti minimi

mm. interossei dorsales

mm. lumbricales

palec : m. abduktor pollicis brevis ( staví palec kolmo do dlaně )

m. extensor pollicis longus

Manuální kontakt :

pravá ruka terapeuta :

uchopí pravou ruku pacienta. Kontakt co nejdistálněji na prstech pacienta z dorzální strany („zaháčkovat“) včetně palce a malíku, dlaně se nedotýkají !

levá ruka terapeuta :

1. zřetel na distální část : dorzoulnární část předloktí
2. zřetel na rameno : posterolaterální část paže, prsty směřují k lokti. Během pohybu ruku

plynule přetočíme přes kořen dlaně, prsty pak směřují k rameni.

1. zřetel na lopatku : vertebrální okraj lopatky