

# 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 sternu

### 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 sternu

### 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  
m. 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 nejdálěji 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.
3. zřetel na lopatku : vertebrální okraj lopatky