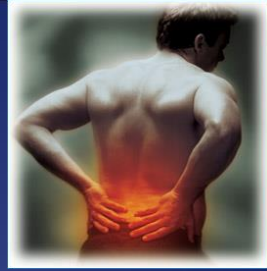


# Onemocnění pohybového systému – základy vyšetření

# Vertebrogenní Algický Syndrom VAS

- **Vertebrogenní onemocnění z pohledu rehabilitačního lékaře**
- **Základy vyšetření**
- **Doporučení pro prevenci / terapii VAS**

# Vertebrogenní algický sy.



- **Bolesti zad...**

- obtížná dif. dg. - nejen vertebrogenní onemocnění

- **Zdravotnický a ekonomický problém**

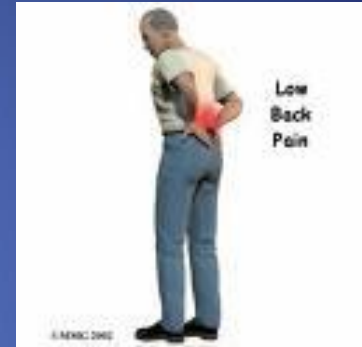
- Nejčastější bolestivý syndrom

- Jeden z nejčastějších důvodů návštěvy u PL

- Stoupá počet postižených (**civilizační onemocnění**)...  
hypomobilita, chronický stress, mladší věkové kategorie

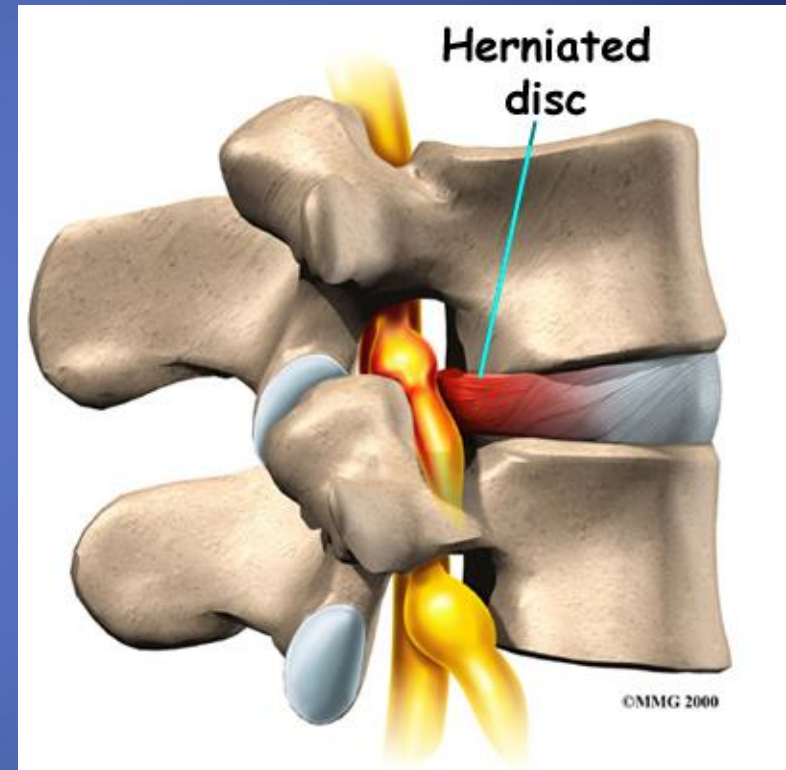
# Vertebrogenní algický sy.

- Dle lokalizace
  - Cervicago, Lumbago
  - CC, CB , Th, LF, LS, LIS
- Multifaktoriální etiopatogenze
  - **Strukturální** (diskogenní, spondylogenní)
  - **Funkční** (kloub, vaz, sval)
  - **Psychogenní** (neurastenie, deprese)
  - **Profesně – společenská** (rentové tendence)



# Strukturální příčina

- Degenerativní
- Traumata
- Novotvary
- Záněty
- VVV
- ...



# Funkční příčina

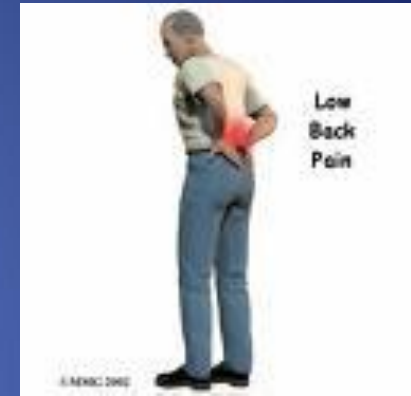
- Poruchy funkce (hybnosti)

## PERIFERNÍ komponenty:

- Kloubní (Blokády x Hypermobilita)
- Svalová (Hypertonus s TrP x Oslabení  
– **SVALOVÁ DYSBALANCE** )
- Ligamentosní ( Retrakce x Distenze )
- Fascie (změna elasticity)
- Kožní a podkožní retrakce s HAZ

## CENTRÁLNÍ komponenta (chronický VAS)

- Porucha řízení pohybu (CNS) - Patologické pohybové stereotypy
- Metabolicko-hormonální vliv

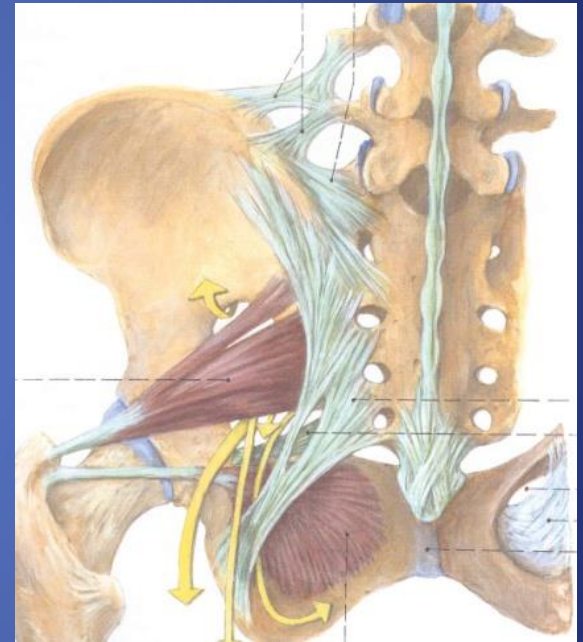


# Kloubně - svalová dysfunkce

- Kloubně-svalový vzorec

Kloubní blokáda- svalový spasmus funkčně spojeného svalu:

- Blok SIS-spasmus m.PIRIFORMIS  
- IMITUJE DG: LIS a COXARTROSU



# Diagnostika



- Anamneza  
(chronicko-intermitentní potíže)
- Vyšetření pohyb. aparátu
  - Statické, Dynamické, Zátěžové pozice
  - Základní **Neurologické** (sšo rr, s.s., Laseguae, ...) a **Ortopedické** vyšetření (aktivní a pasivní hybnoust v kloubu)
- **Topická dg.- Myoskeletální medicína (MSM)**
- Pomocné- RTG, CT, MR, laboratoř.
- Posturografie, EMG, polyEMG.



# Klinická diagnostika (terapie) podle MSM

- **Kůže+podkoží:** posunlivost, HAZ
- **Fascie:** protažitelnost
- **Sval + šlachy:** hypertonus / hypotonus, TrP – spoušťový bod, zkrácení svalů
- **Kloub:** hypomobilita – dynamický blok , porucha „joint play“ / nestabilita – hypermobilita, pasivní hybnost
- **Nerv:** reflexy, **napínací testy** ( Lasegue, Mennel, napínací testy na C5, C6, C7, C8 , TOS, sy. KT)
- CNS - **pohybové stereotypy** (aktivní hybnost, stoj,sed...)

# Pánev - SIS

- Vyšetření:
  - Kůže+podkoží
  - Svaly+fascie+upony
  - Klouby (pružení) – SIS
  - Testy na SIS

# Palpate SIS – SIPS



# Fenomén předbíhání SIS



# Spine sign – blok SIS



# Pružení SIS- v poloze na zádech/boku/ na břichu



# Palpate Piriformis - TrP



# HAZ – Küblerova řasa





# VAS - Léčebná RHC

- Nefarmakologické postupy

Specifické léčebné prostředky:

- Metody myoskeletální (manuální) medicíny
- Pohybová léčba (fyzioterapie)
- Fyzikální léčba  
( elektroth.,mechanoth.,termoth., fototh...)

- Edukace na autoterapii a režimová optření
  - vedení nemocného k **aktivní spolupráci** a vlastní odpovědnosti za svůj zdravotní stav

# Terapie



## V akutní algické fázi.

### – **Analgetizace** všemi prostředky

- Farmakoterapie
- Fyzikální terapie
  - Elektroterapie (TENS, IF proudy)
  - Mechanoterapie ( Trakce, ortéza – L pás, C límec)
  - Termoterapie (parafin, lavaterm ) /  
KRYOTHERAPIE (u otoku- he disci?)

### – **Fyzioterapie**

- Klidová terapie + antalgické polohování
  - Reflexní terapie (na TP obstrík, AKU, press th.-ploska, MSM,...)
- ### – Prevence vzniku chronicity

# Rehabilitační terapie subakutní stadium



- **Kůže-pokoží** - Uvolňovací techniky na měkké tkáně
- **Klouby** - Mobilizace, manipulace, trakce
- **Svaly** (relaxační techniky-stretch / aktivace)
- **Pohybové stereotypy** –
- **LTV** (fyzioterapie) – cvičení na **dynamizaci a stabilizaci páteře** (např. McKenzie, DNS, Spinální cvičení,...)
- **EDUKACE + AUTOTERAPIE !!!** ( cvičení + škola zad)

## Adjuvantní terapie

- Korekční a substituční **pomůcky** (ortézy, taping)
- **FT- Elektroterapie** s cílem- analgetizace, myorelaxace/ myostimulace, eutrofizace.
- **FT- hydroterapie** (podvodní masáže, bazén,...)

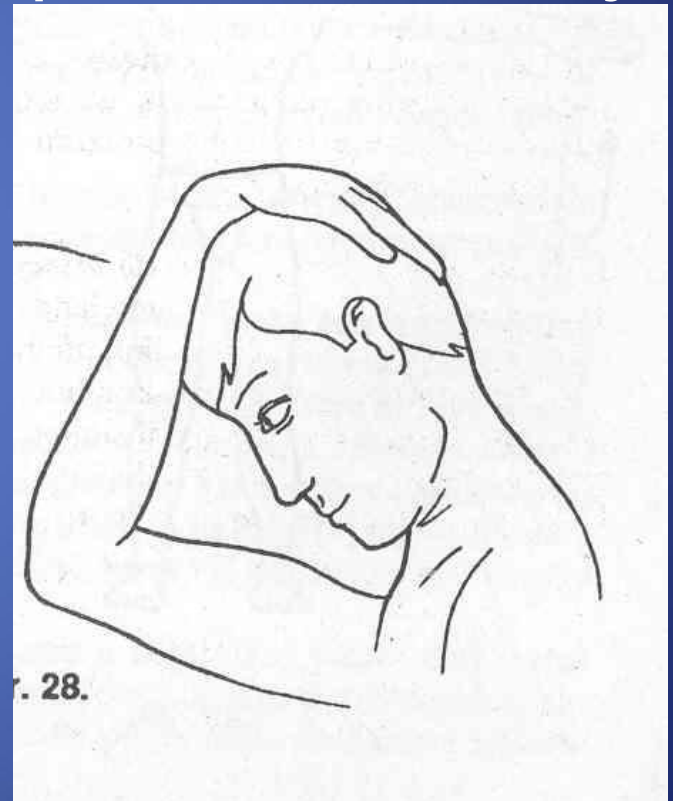
# Terapie – nové trendy



- Inovace metodik na NF podkladě
  - přes senzitivní *afereční* složku působíme na **CNS** – zde potom složkou *eferentní* se dostávají informace zpět na periferii –
    - reflexní terapie dle Vojty (RL) – využití i u dospělých
    - metoda dle Mojžíšové (pán dno + žebra...vliv na VAS
    - DNS, PNF, SM systém,...přes NS – vliv na periferii
- Virtuální a robotická rehabilitace
  - Biofeedback posturální terapie
  - Mechanické dynamické trakce (lehátka)

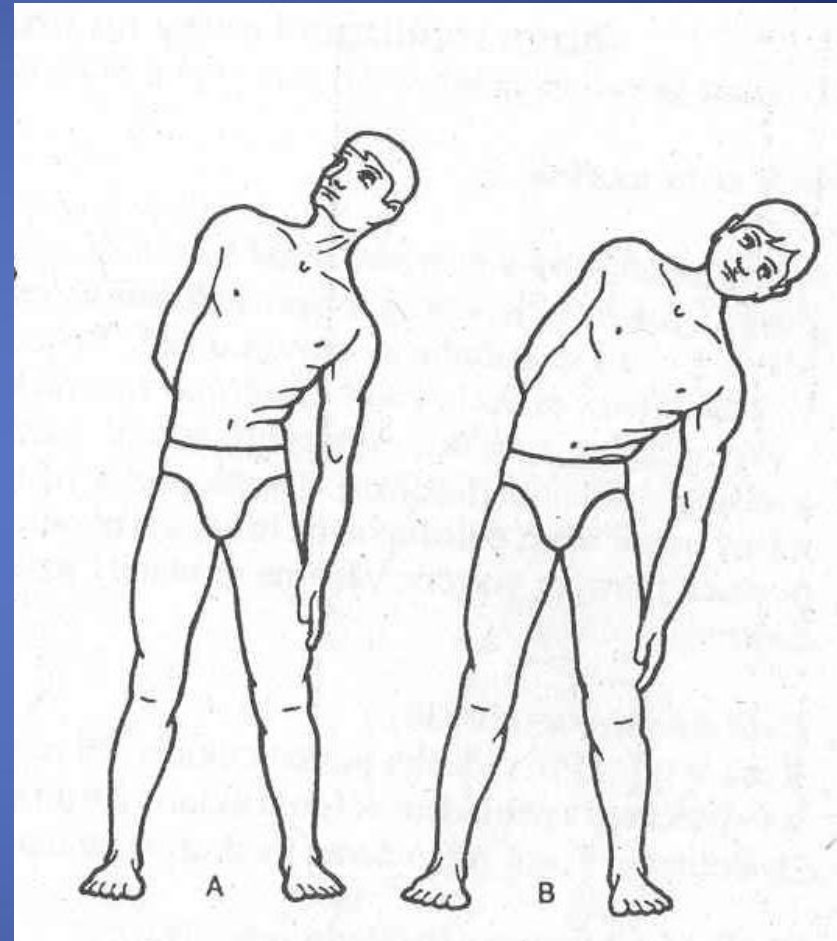
# VAS - Cervikalgie - MF ošetření

- Retrahovaná fascie Cp, Spasmus EXT.šije  
+ dynamický Blok Cp
- **AUTO-Terapie:**
- **Mobilizace + PIR  
do AF Cp**

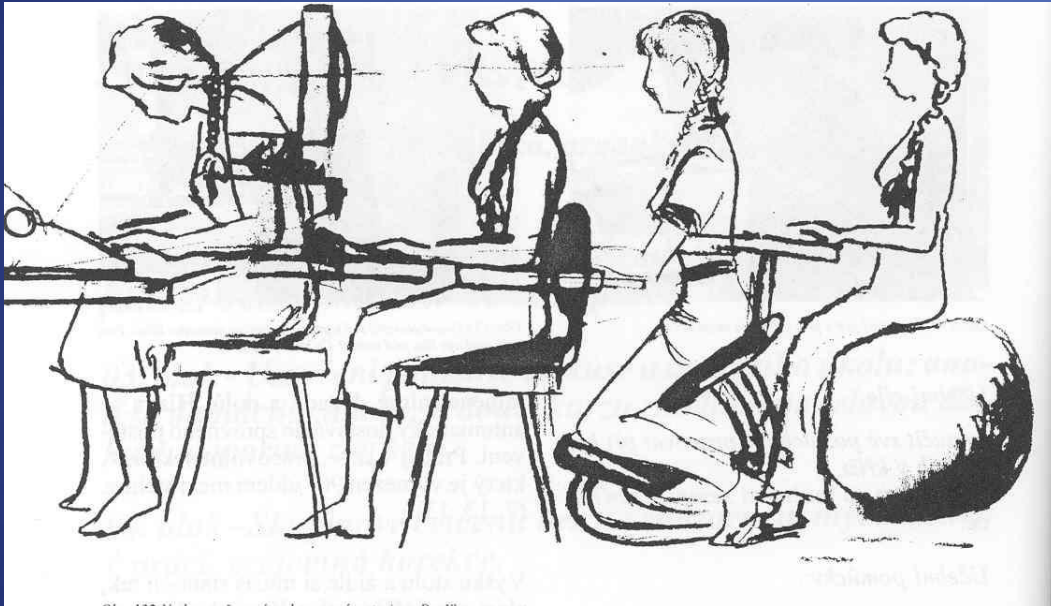


# VAS - Lumbalgie – MF ošetření

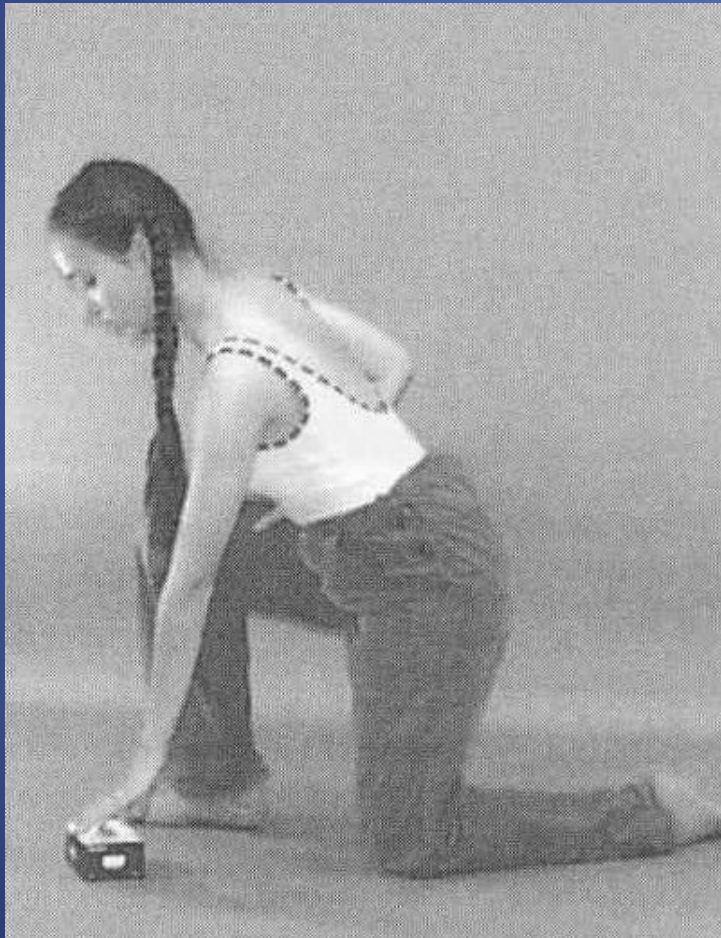
- Blok THL p.
  - ES THL p,
  - Fascie TD
- 
- **AUTO-Terapie:**
  - **Mobilizace + PIR**
- do LF**



# Škola Zad - Chráněná pozice páteře: **SED**



# Škola Zad - Chráněná pozice páteře: ZVEDÁNÍ





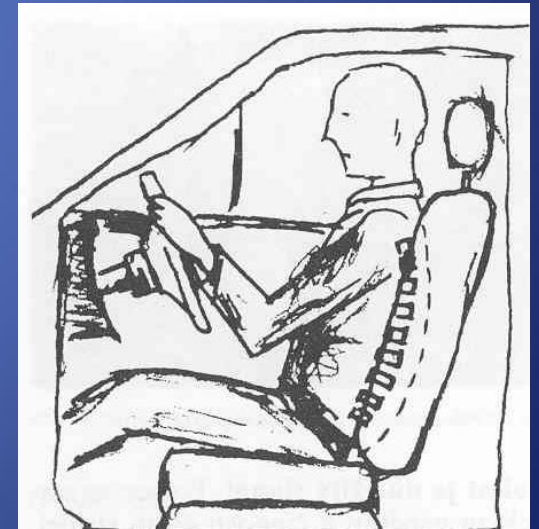
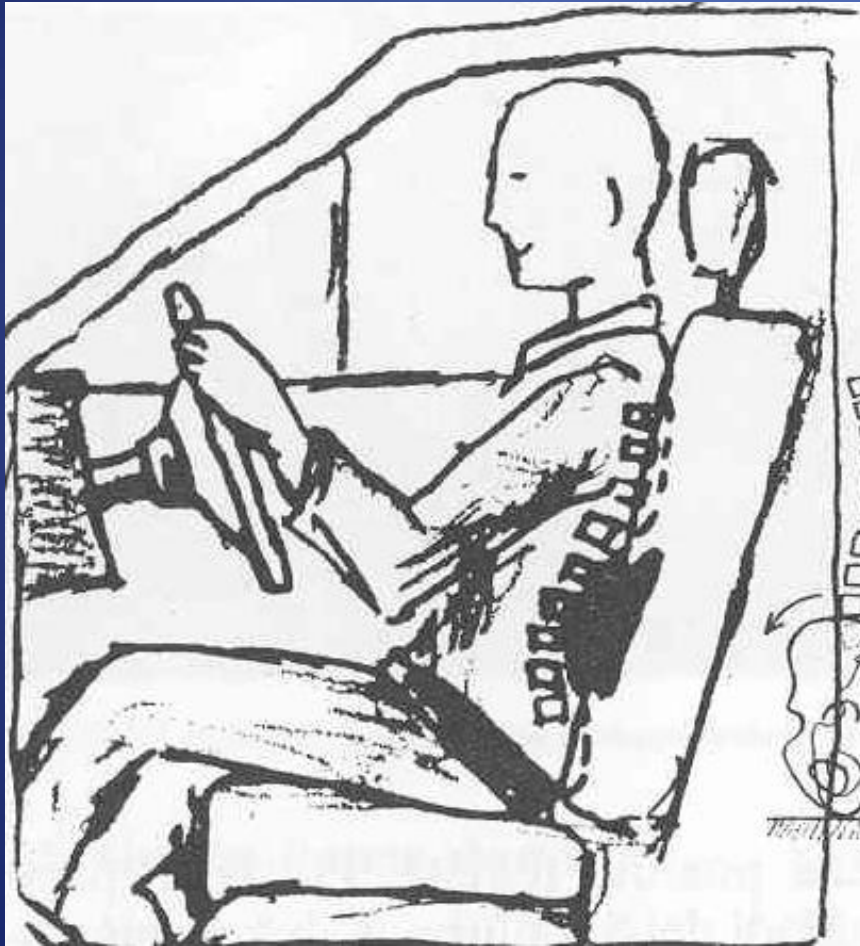
# Škola Zad - Chráněná pozice páteře: **PŘEDKLON (UMÝVÁNÍ)**



# Škola Zad - Chráněná pozice páteře: **ZVEDÁNÍ BŘEMEN**



# Škola Zad - Chráněná pozice páteře: auto (bederní opěrka)



# Škola zad-závěr:

- Odstranit bolest + uvolnit svalové napětí
- Cvičení-protažení / posílení
- Chránit páteř před přetížením- zajistit  
„ CHRÁNĚNOU POZICI PÁTEŘE „  
( ŠKOLA ZAD, POMŮCKY- PÁS,...)

... Naučit, pochopit a uplatňovat !

# Optimální pohybová aktivita prevence VAS

- Aktivní cvičení zaměřené na celkovou stabilizaci a dynamizaci páteře
  - Např. rehabilitace chůzí (severská chůze)



**Děkuji za pozornost !**

