

Metody antropologie I Bi 7351

Jméno:
Ročník:

Datum:

Název cvičení: **Antropometrie**

Hodnocené charakteristiky („nácvik na vlastní osobě před zrcadlem“):

<p>Obvod hrudníku Pásová míra Měříme přes thelion v normální poloze - míra probíhá vzadu těsně pod dolními úhly lopatek, vpředu těsně nad prsními bradavkami (u mužů, u žen tento rozměr zjišťujeme v rovině bodu mesosternale</p>	
<p>Obvod pasu Pásová míra měříme horizontálně v nejužším místě mezi posledním žebrem a hřebenem kyčelní kosti.</p>	
<p>Obvod břicha Pásová míra - měříme ve výši pupku v horizontální rovině</p>	
<p>Obvod gluteální Pásová míra měříme v horizontální rovině nejmohutněji vyvinutého gluteálního svalstva</p>	
<p>Obvod stehna střední Pásová míra obvod měřený v poloviční vzdálenosti mezi trochanterem a zevním epikondylem femuru</p>	
<p>Obvod lýtky maximální Pásová míra měříme v místě největšího vytvoření lýtkového svalu</p>	
<i>Nácvik zdvihání kožních řas</i>	
<p>Na tváři řasa probíhá vodorovně ve spojnici tragus-nozdry, zdvihneme přímo nad spánkem tak, aby nebyl zavzat tukový polštář tváře</p>	
<p>Na podbradku (pod bradou nad jazyčkou) řasa probíhá svisle, měříme přímo nad jazyčkou, hlava mírně zvednutá, krk nesmí být napjat</p>	
<p>Na hrudníku I (v přední axilární čáře) – řasa probíhá šikmo, zdvihneme nad velkým prsním svalem v místě předního podpažního záhybu</p>	
<p>Suprailiakální řasa probíhá podél hřebene kosti kyčelní, zdvihneme v průsečíku hřebene a přední axilární čáry</p>	
<p>Na břiše řasa probíhá vodorovně, zvedáme ji v místě jedné čtvrtiny vzdálenosti pupek - horní přední kyčelní trn, tj. blíže pupku</p>	
<p>Nad bicepsem (nad m. biceps brachii) řasa probíhá svisle podél osy paže, zdvihneme nad dvouhlavým svalem pažním. Horní končetina je zcela uvolněná, ruka otočená dlaní dopředu</p>	
<p>Na volární straně předloktí (v místě maximálního obvodu)</p>	

Jméno:

Datum:

Zdviháme na volární straně v místě největší šířky	
Na stehně nad čtyřhlavým svalem zdviháme na stehně nad čtyřhlavým svalem v poloviční vzdálenosti od rozkroku ke kolenu, dolní končetina je uvolněná	

Hodnocené charakteristiky – antropometrie ze záznamu (poskytnutá fotografie, 3D model)

SW ImageJ	Foto	Model
Tělesná výška Vzdálenost bodu vertex od podložky		
Výška horního okraje sterny vzdálenost bodu suprasternale (sst) od podložky		
Výška nadpažku vzdálenost bodu akromiale (a) od podložky		
Výška hrotu středního prstu vzdálenost bodu daktylion (da) od podložky		
Šířka biakromiální (šířka ramen) přímá vzdálenost mezi pravým a levým nadpažkem lopatky – akromiale		
Šířka bideltoidní největší vodorovná vzdálenost pravého a levého deltového svalu v místě největšího rozvoje		

Hodnocené charakteristiky (hodnocená osoba - osoba blízká):

Obvod hrudníku) Pásová míra Měříme přes thelion v normální poloze - míra probíhá vzadu těsně pod dolními úhly lopatek, vpředu těsně nad prsními bradavkami (u mužů, u žen tento rozměr zjišťujeme v rovině bodu mesosternale	
Obvod pasu Pásová míra měříme horizontálně v nejužším místě mezi posledním žebrem a hřebenem kyčelní kosti.	
Obvod břicha Pásová míra - měříme ve výši pupku v horizontální rovině	
Obvod gluteální Pásová míra měříme v horizontální rovině nejmohutněji vyvinutého gluteálního svalstva	
Obvod stehna střední Pásová míra obvod měřený v poloviční vzdálenosti mezi trochanterem a zevním epikondylem femuru	
Obvod lýtky maximální Pásová míra měříme v místě největšího vytvoření lýtkového svalu	
Obvod paže relaxované (obvod paže v extenzi) Pásová míra měříme v poloviční vzdálenosti mezi bodem akromiale a hrotem lokte	

Jméno:

Datum:

olecranon na paži volně visící podél těla	
Obvod paže kontrahované (obvod paže ve flexi) Pásová míra největší obvod paže při maximální kontrakci svalů paže	
Obvod předloktí Pásová míra měříme v nejsilnějším místě	
<i>Nácvik zdvihání kožních řas</i>	
Na tváři řasa probíhá vodorovně ve spojnici tragus-nozdry, zdvihneme přímo nad spánkem tak, aby nebyl zavzat tukový polštář tváře	
Na podbradku (pod bradou nad jazylkou) řasa probíhá svisle, měříme přímo nad jazylkou, hlava mírně zvednutá, krk nesmí být napjat	
Na hrudníku I (v přední axilární čáře) – řasa probíhá šikmo, zdvihneme nad velkým prsním svalem v místě předního podpažního záhybu	
Suprailiakální řasa probíhá podél hřebene kosti kyčelní, zdvihneme v průsečiku hřebene a přední axilární čáry	
Na břiše řasa probíhá vodorovně, zvedáme ji v místě jedné čtvrtiny vzdálenosti pupek - horní přední kyčelní trn, tj. blíže pupku	
Nad bicepsem (nad m. biceps brachii) řasa probíhá svisle podél osy paže, zdvihneme nad dvouhlavým svalem pažním. Horní končetina je zcela uvolněná, ruka otočená dlaní dopředu	
Na volární straně předloktí (v místě maximálního obvodu) Zdvihneme na volární straně v místě největší šířky	
Nad tricepsem (nad m. triceps brachii) řasa probíhá svisle, zdvihneme nad trojhlavým svalem pažním (polovina vzdálenosti mezi acromion a olecranon na zadní ploše). Paže visí volně podél těla	
Na stehně nad čtyřhlavým svalem zdvihneme na stehně nad čtyřhlavým svalem v poloviční vzdálenosti od rozkroku ke kolenu, dolní končetina je uvolněná	
Subskapulární řasa probíhá mírně šikmo podél průběhu žeber, zdvihneme přímo pod dolním úhlem lopatky	
Na lýtku (pod fossa poplitea) řasa probíhá svisle, zdvihneme asi 5 cm pod podkolenní jamkou. Dolní končetina je zcela uvolněná	

Nácvik palpace základních antropometrických bodů – osoba blízká

	Poznámka – bod dobře hmatný (1); problémy s vyhledáním (2); jiné (3)
Vertex – bod na temeni lebky, který při poloze hlavy v orientační rovině leží nejvíce nahoře	
Suprasternale – bod ležící na horním okraji hrudní kosti v mediální rovině	

Jméno:

Datum:

Akromiale – bod ležící nejvíce laterálně na akromiálním výběžku lopatky (akromiu) při vzpřímeném postoji s připáženou končetinou	
Mesosternale – bod na přední straně hrudníku ve střední čáře v místě úponu 4. žebra, uprostřed hrudní kosti.	
Radiale – bod na horním okraji hlavičky kosti vřetenní, který na připážené končetině leží nejvýše. Prstem vyhmatáme na zevní straně paže štěrbinu mezi kostí pažní a kostí vřetenní.	
Stylian – bod, který je <i>na processus styloideus radii</i> připážené končetiny položen nejvíce dole. Nahmatáme jej na palcové straně předloktí	
Daktylion – bod na konci prstu, který na připážené končetině leží nejnižší. Používá se hlavně daktylion 3. prstu	
Iliocristale – bod ležící na crista iliaca při vzpřímeném postoji nejvíce nahoře a nejvíce laterálně (na horní zevní hraně crista iliaca)	
Iliospinale (anterius) – bod ležící v místech spina iliaca anterior superior nejvíce vpředu. Nahmatáme jej, jedeme- li po hřebenu kosti kyčelní směrem dopředu	