

# DOLNÍ KONČETINA

## FLEKČNÍ VZOREC I. DIAGONÁLY

= flexe, addukce, zevní rotace

### Výchozí poloha :

prsty : flexe, addukce směrem fibulárním

palec : flexe, addukce

noha : plantární flexe s everzí

koleno : extenze

kyčel : extenze, abdukce, vnitřní rotace

### Pohybové komponenty :

prsty : extenze, abdukce směrem tibiálním

palec : extenze, abdukce

noha : dorzální flexe s inverzí

koleno : extenze

kyčel : flexe, addukce, zevní rotace

### Svalové komponenty :

kyčel :	m. iliopsoas
	m. obturator externus
	m. pectineus
	m. gracilis
	m. adduktor longus
	m. adduktor brevis
	m. sartorius (jako flekční komponenta v kyčli)
	m. rectus femoris - mediální část ( jako flekční komponenta v kyčli)
noha :	m. tibialis anterior
prsty :	m. extensor digitorum longus
	m. extensor digitorum brevis
	m. extensor hallucis longus
	m. extensor hallucis brevis
	m. abduktor hallucis
	mm. interossei dorsales
	mm. lumbricales

### Manuální kontakt :

(pro pravou dolní končetinu pacienta)

### pravá ruka terapeuta :

1. prsty na mediální ploše paty

2. zřetel na periferii : na dorzomediální ploše nohy co nejdálěji (pozor, vyhnout se kontaktu palcem na plantě)

levá ruka terapeuta :

1. zřetel na kyčel : na anteromediální ploše stehna nad patellou
2. dopomocný kontakt : na posteromediální ploše stehna nad fossa poplitea

obě ruce se zřetelem na periferii :

1. pravá ruka : na dorzomediální straně nohy co nejdálěji (pozor, vyhnout se kontaktu palcem na plantě )
2. levá ruka : prsty na mediální ploše paty

### **Varianty :**

#### **\* flekční vzorec I. diagonály varianty s flexí v kolenní**

Výchozí poloha : stejná

Kontakt : stejný

Pohybové komponenty : zpočátku stejné, ale před osou těla se přidává flexe v kolenním kloubu, dále pak pohyb v kyčli ( jako u základního vzorce)

Svalové komponenty : stejné jako u základního vzorce, ale při flexi v kolenní :

- m. semitendinosus
- m. semimembranosus
- m. sartorius
- m. gracilis - jako flekční komponenta v kolenní
- (odpadá účast a m. sartorius jako flekční komponenty v kyčli)

#### **\* flekční vzorec I. diagonály varianty s extenzí v kolenní**

Výchozí poloha : stejná, ale koleno je ve flexi

Kontakt : stejný

Pohybové komponenty : zpočátku stejné, ale před osou těla se přidává extenze v kolenním kloubu, dále pak pohyb v kyčli ( jako u základního vzorce)

Svalové komponenty : stejné jako u základního vzorce, ale při extenzi v kolenní :

- m. rectus femoris - mediální část
- m. vastus medialis
- (odpadá účast m. rectus femoris jako flekční komponenty v kyčli)