DOLNÍ KONČETINA

FLEKČNÍ VZOREC II. DIAGONÁLY

= flexe, abdukce, vnitřní rotace

Výchozí poloha :

prsty : flexe, addukce směrem tibiálním
palec : flexe
noha : plantární flexe s inverzí
koleno : extenze
kyčel : extenze, addukce, zevní rotace

Pohybové komponenty :

prsty : extenze, abdukce směrem fibulárním
palec : extenze
noha : dorzální flexe s everzí
koleno : extenze
kyčel : flexe, abdukce, vnitřní rotace

Svalové komponenty :

kyčel :	m. tensor fasciae latae
	m. rectus femoris - laterální část (jako flekční komponenta v kyčli)
noha :	m. peroneus brevis
	m.peroneus tertius
prsty :	m. extensor digitorum longus
	m. extensor digitorum brevis
	m. extensor hallucis longus
	m. extensor hallucis brevis
	m. abduktor digiti minimi
	mm. interossei dorsales
	mm. lumbricales

Manuální kontakt :
(pro pravou dolní končetinu pacienta)

pravá ruka terapeuta :
1. kořenem dlaně na laterální ploše paty
2. zřetel na periferii : na dorzolaterální ploše nohy co nejdistálněji

levá ruka terapeuta :
1. zřetel na kyčel : na anterolaterální ploše stehna
2. dopomocný kontakt : na posterolaterální ploše sterna nad fossa poplitea (nedotýkat se na

vnitřní straně stehna !)

obě ruce se zřetelem na periferii :

1. pravá ruka : na dorzolaterální ploše nohy co nejdistálněji
2. levá ruka : kořenem dlaně na laterální ploše paty

Varianty :

∗ flekční vzorec II. diagonály varianta s flexí v koleni

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 koleni :
m. biceps femoris

∗ flekční vzorec II. diagonály varianta s extenzí v koleni

Výchozí poloha : pacient leží na dolním konci lehátka.Necvičená dolní končetina flektovaná v koleni,v kyčli mírná abdukce, chodidlo na lehátku. Cvičená dolní končetina flektovaná v koleni přes okraj lehátka, ostatní stejné jako u základního vzorce.
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 koleni :
m. vastus lateralis
m. vastus intermedius
m. rectus femoris - laterální část
(odpadá účast m. rectus femoris - laterální část jako flekční komponenty v kyčli)