

Gra stawowa w stawie

W terapii manualnej przyjmuje się, że gra stawowa obejmuje:

- a) separację, do której dochodzi podczas wykonywania trakcji kości i która określana jest mianem TRAKCJI,
- b) translatoryczny ślizg, występujący podczas przesunięcia równoległego kości, oznaczany jako ŚLIZG lub POŚLIZG.

Trakcja w terapii manualnej stawów

W terapii manualnej stawów trakcja oznacza bierne działanie translatoryczne, które w wyniku ciągu prowadzi do oddalenia jednej kości od drugiej (separacji).

Trakcja przeprowadzana się zawsze prostopadle do płaszczyzny leczniczej.

Istnieją trzy stopnie trakcji

Stopień I

Bez widocznej separacji, przy użyciu takiej siły trakcyjnej aby jedynie wyrównać ciśnienie wewnątrzstawowe (wywołane przez tonus mięśniowy lub przykurczone struktury) z ciśnieniem atmosferycznym. Znosimy wówczas siły kompresyjne powodujące zwarcie stawu, staw jest wówczas rozluźniony. Ten stopień trakcji wykorzystujemy podczas testów trakcyjnych, testów ślizgowych, mobilizacji ślizgowych oraz w celu zmniejszenia bolesności.

Stopień II

Swoboda ruchu jest zniesiona, a tkanki miękkie wokół stawu są napięte. Drugi stopień trakcji służy nam w czasie wykonywania testów trakcyjnych oraz w celu zmniejszenia bolesności.

Stopień III

Przy tym stopniu trakcji dochodzi do przekroczenia aktualnej swobody ruchu, a więc siła potrzebna do jej wykonania powoduje rozciągnięcie napiętych struktur. Wykorzystujemy ten stopień by wykonywać testy oraz mobilizacje.

Trakcja w pozycji spoczynkowej

To ustawienie stawu jest uzależnione od aktualnego stanu stawu. W tej pozycji można wykonać:

- trakcję jako grę stawową w stopniu I, II, III (opór końcowy)
- trakcję w celu zmniejszenia bolesności w stopniu I oraz II
- trakcję jako mobilizację w stopniu III (techniki podstawowe).

Trakcja poza pozycją spoczynkową

Ustawienie to będzie uzależnione od aktualnego stanu badanych i leczonych struktur.

W ustawieniach poza pozycją spoczynkową można wykonać:

- trakcję jako grę stawową w stopniu I, II, III (opór końcowy)
- trakcję jako mobilizację w stopniu III (techniki dla zaawansowanych).

Ślizg w terapii manualnej stawów

Przez ślizg w terapii manualnej rozumiemy bierne, translatoryczne (prostolinijne), równoległe przesunięcie kości, które prowadzi do prostoliniżnego ślizgu pomiędzy powierzchniami stawami. Ślizg wykonywany jako test stanowi część gry stawowej.

W terapii manualnej stawów ślizg będzie wykonywany zawsze równolegle (równoległe) do płaszczyzny leczniczej.

Podział ślizgu na stopnie wynika z zasad trakcji.

Stopień I

Następuje poprzez bardzo mały impuls skierowany równoległe do płaszczyzny leczniczej, będący wibracją lub oscylacją przebiegającą bez widocznego ruchu ślizgowego w stawie.

Stopień II

Następuje poprzez równoległy do płaszczyzny leczniczej ruch kości powodujący napięcie tkanek miękkich w kierunku leczniczym (zniesienie swobody ruchu).

Stopień III

Jest kontynuacją stopnia drugiego w celu rozciągnięcia tkanek miękkich w kierunku leczniczym.