

Cel

Test przykurczu pasma biodrowo-piszczelowego.

P.w.

Na zdrowym boku (np. na lewym). Kończyna dolna (KKD) podkurczona dla wyrównania lordozy lędźwiowej. Badający obejmuje prawą ręką staw kolanowy kończyny badanej, lewą ręką opiera się na powierzchni boczno-przedniej obszaru przyczepu mięśnia prostego uda (lekko poniżej kolca biodrowego przedniego górnego) w celu stabilizacji miednicy i kontroli napięcia mięśnia.

Ruch

Badający po odwiedzeniu wykonuje próbę przywiedzenia kończyny prawej. Inny sposób: odwiedzenie wyprostowanej kończyny dolnej do określonego stopnia, a następnie jej opuszczenie.

Wynik

Jeśli kończyna nie osiąga odpowiedniego stopnia przywiedzenia lub pojawia się rotacja i ruch zgięcia, świadczy to o przykurczu pasma biodrowo-piszczelowego. Test ocenia napięcie pasma biodrowo-piszczelowego (ITB) oraz mięśnia napinacza powięzi szerokiej; zwiększone napięcie może być przyczyną bólu bocznego kolana oraz ograniczenia odwodzenia stawu biodrowego.



Kończyna dolna nie obniża się poniżej linii poziomej; badający stabilizuje miednicę przed uniesieniem i trzyma kończynę w wyproście, nie pozwalając na wewnętrzną rotację.