

Za pomocą testu oporowego:

- sprawdzamy siłę mięśnia
- prowokujemy powstanie w nim lub w miejscach jego przyczepów dolegliwości bólowych

Według Cyriaxa test oporowy musi wywołać maksymalny skurcz mięśnia, przy czym ustawienie stawu powinno być zbliżone do pośredniej pozycji spoczynkowej. Test ten wykonuje się jako skurcz izometryczny — mięsień kurczy się bez zmiany długości.

Jeśli podczas testowania mięśni nie powodujemy ruchu w stawie, to wszystkie powstałe przy tym dolegliwości bólowe mają swoje źródło poza stawem. Pamiętać trzeba, że nie do uniknięcia jest pewien stopień kompresji przy wykonywaniu tego testu; aby rozpoznać, czy powstały ból jest wynikiem kompresji w stawie, można przed wykonaniem testu oporowego wykonać bierny test kompresji.

Interpretacja testu oporowego wg Cyriaxa:

- bolesność + duża siła = małe uszkodzenie ścięgnisto-mięśniowe
- bolesność + mała siła = duże uszkodzenie ścięgnisto-mięśniowe
- bezbolesność + mała siła = uszkodzenie neurologiczne
- bezbolesność + duża siła = stan prawidłowy