

Test oporowy

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 musi być zbliżone do pośredniej pozycji spoczynkowej.

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.