

Iegurņa un krūšu kurvja diafragmu disfunkciju diagnostika un korekcija fizioterapeita praksē.

1 diena

9.00-12.00

1. Iegurņa diafragmas anatomija un fizioloģija, inervācija.
2. Iegurņa diafragmu veidojošo muskuļu disbalanss, klīniska.
3. Starpenes muskuļu saistība ar citām anatomiskajām struktūrām (viscerālie orgāni).
4. Iegurņa diafragmas terapijas indikācijas.
5. Iegurņa apakšējās atveres muskuļu palpatora novērtēšana.
6. Tehnikas iegurņa diafragmas korekcijai.
7. Pašmobilizācijas un starpenes muskuļu nostiprinošas treniņa metodikas pacientiem.

13.00 – 17.00

1. Krūšu kurvja diafragma. Anatomija un kustību fizioloģija. Inervācija.
2. Indikācijas diafragmas atbrīvošanai.
3. Diafragmas loma organisma homeostāzes uzturēšanā.
4. Muskuļi, kas ietekmē krūšu kurvja diafragmas mobilitāti.
5. Pacienta apskate, diafragmas mobilitātes novērtēšana.
6. Diafragmas pašmobilizācijas vingrojumi pacientiem.
7. N.frenicus atbrīvošana: cervikālie skriemeļi, mm. scaleni, vidastene.
8. Krūšu diafragmas saistība ar viscerālajiem orgāniem.
9. Ribu saistība ar diafragmas kustību ierobežojumu. Apakšējo ribu disfunkciju diagnostika un specifiska korekcija.
10. Lumbālo skriemeļu saistība ar diafragmas kustību ierobežojumu. Jostas daļas artikulārās tehnikas.
11. Plaušu pleiras salīpumu diagnostika. Globāla ribu mobilitātes uzlabošana, starpribu muskuļu atbrīvošana, pleiras stiepšana.
12. Apakšējā sternokostālā savienojuma atbrīvosana.
13. Iemesli apakšējo ribu un diafragmas asimetriskai kustībai ieelpas un izelpas fāzēs.

2 diena

9.00 – 12.00

1. Sternālās diafragmālās daļas fiksācijas diagnostika un korekcija.
2. Ribū diafragmālās daļas kustību ierobežojuma diagnostika un korekcija.
 - Diafragmas pacelšanas tehnika pozīcijā guļus
 - Kupolu atbrīvošana rotācijā pozīcijā sēdus
 - Kupolu atbrīvošana ar recoil tehniku
3. Lumbālās diafragmas daļas restrikcijas diagnostika un korekcija.
4. Cīpslainā diafragmas centra sasprindzinājuma diagnostika, atbrīvošana.
 - Cīpslainā centra priekšējā daļa
 - Cīpslainā centra labā un kreisā lapiņa

13.00 – 16.00

5. Diafragmas ieelpas un izelpas restrikcija. Diagnostika, korekcijas tehnikas.
6. Diafragmas visu daļu globāla atbrīvošana
7. Diafragmas atbrīvošanas tehnikas bērnu vecumā.
8. Diafragmas pašmobilizācijas vingrojumi pacientiem.