

## Kursu programma -Perifēro locītavu novērtēšana un terapija: mobilizāciju tehnikas

### 1.DIENA

#### TEORIJAS DAĻA 9.00- 12.00

- Mobilizācijas nozīme perifērijā ( kad mobilizēt, tehnikas izvēle, izvēlēties, mobilizācijas mērķis).
- Perifēro locītavu klīniskā nozīme un saistība ar proksimālajām locītavām.
- Bariera (fizioloģiskā, pataloģiskā)
- Funkcionālā pieeja terapijā- kas tas nozīmē? Kā domāt par pacienta problēmu?
- Muskuļu “ķēžu” gaita- izmantojums ikdienas praksē( kā tās saskatīt un “lasīt” novērtējot pacientu?
- Klīniskie piemēri- video, diskusija

#### PRAKTISKĀ DAĻA 12.45- 18.00

##### Augšējās ekstremitātes

- **Interfalangiālās locītavas** – trākcija, mobilizācija, klīniskā nozīme
- **Metakarpālie locītava**- mobilizācijas, klīniskā nozīme
- **Īkšķa** – karpometakarpālā locītava- trākcija, mobilizācija, klīniskā nozīme.
- **Plaukstas locītava (mediokarpālā un radiokarpālā dist. locītava)** – trākcija, mobilizācija, klīniskā nozīme, limitēta dorsālā un plantārā fleksija, tās terapija. Sporta traumas, TFCC kompleksa traumas un terapija, cyriax patterns.
- **Karpālie kauli** – trākcija, mobilizācijas, klīniskā nozīme un disfunkcijas, blokāžu klīniskā prezentācija (Karpālā kanāla sindroms).
- **Elkoņa locītava** – trākcija, mobilizācija, klīniskā nozīme, disfunkcijas klīniskā prezentācija, cyriax pattern

- **Caput radius** mobilizācija – klīniskā nozīme, disfunkcijas klīniskā prezentācija, muskuļu “ķēžu” reakcijas. Akūtas sāpes elkonī un pleca locītavā bērniem.
- **Pleca locītava** – trakcija, mobilizācija, centrācija, novērtēšana kā daļa no terapijas, cyriax patterns. Autoterapija jeb mājas vingrojumi pacientiem.
- **Lāpstiņa** – nespecifiska mobilizācija, lāpstiņas centrācija. Disfunkcijas klīniskā prezentācija. Autoterapija jeb mājas vingrojumi pacientiem.

\* Muskuļu “ķēžu” reakcijas, ietekme uz augšējo ekstremitāti funkciju (plauksta, elkonis, pleca locītava), lāpstiņu un tās stabilitāti, cervikālo un torokālo daļu.

## 2.DIENA

### PRAKTISKĀ DAĻA 9.00- 12.00, 12.45- 17.00

#### Apakšējās ekstremitātes

- **Falangas** – mobilizācijas, disfunkcijas, klīniskā nozīme
- **Īkšķa locītava** – trakcija, mobilizācija, klīniskā prezentācija (blokāde, hallux valgus), muskuļu “ķēžu” reakcijas. Klīniskā ietekme uz apakšējo ekstremitāti funkciju (pēda, celis, gūžas locītava, iegurnis)
- **Lisfranka un Chopart locītava** – mobilizācijas, klīniskā nozīme, disfunkcijas klīniskā prezentācija, Muskuļu “ķēžu” reakcijas.
- **Tarsālo kaulu mobilizācijas** – mobilizācijas, klīniskā nozīme
- **Subtalārā locītava**– trakcija, mobilizācija, klīniskā nozīme.
- **Talokruālā locītava** – mobilizācija, klīniskā nozīme, terapija pēc potīte sastiepuma/ lūzumiem. Cyriax patterns.
- **Tibiofibularā locītava**– mobilizācijas, disfunkcijas klīniskā prezentācija. Ietekme uz celi, SI locītavu, iegurni. Saistība ar funkcionālu disfunkciju mugurkaulā.
- **Ceļa locītava** – mobilizācija, klīniskā nozīme, difereciāldiagnostika (saišu un menisku bojājumi), cyriax paterns

- **Patello-femorālā locītava** – mobilizācija, klīniskā nozīme, terapija pēc operācijām. Muskuļu “ķēžu” reakcijas
- **Gūžas locītava** – trākcija, centralizācija, klīniskā nozīme, disfunkcija (impigement sindroms), cyriax paterns