

Poštovana, poštovani

pozivamo vas na predavanje u petak, **13.09.2019. od 12-14h** na Fakultetu sporta i fizičkog vaspitanja (amfiteater 3)

***Development of Muscular-Skeletal Disorder due to muscles Imbalance
Specific Soft Tissue Mobilization – Workshop***

Predavač: Elisha Vered

Head of BPT studies at Physiotherapy Department
Faculty of Health Sciences in Ben-Gurion University of the Negev,
Israel.

Kratak opis predavanja i radionica

Specifične Mobilizacije mekih tkiva – Radionica

Istegnuća tetiva, ligamenata i mišića su veoma česte povrede u sportskoj i ortopedskoj medicini. Nakon povrede nastaje smanjenje u toleranciji povređenih tkiva da se suprotstavljaju opterećenju tokom aktivnosti. Jedan od važnih faktora u obnavljanju normalne funkcije tkiva je pravilno određivanje faze oporavka u kojoj se tkiva nalaze i kada se može početi sa aktivnim pokretom ili istezanjem i time podržati proces oporavka.

Na predavanju će se govoriti o procesu oporavka – određivanje faze oporavka i prikaz kako kroz manuelni tretman poboljšati i ubrzati vreme oporavka.

Tokom radionice biće demonstrirano kako manuelnim tretmanom tj. pasivnom mobilizacijom pomoći kod povrede medijalnog ligamenta kolena i kod teniskog lakta

Nastanak mišićno-skeletnih poremećaja/msd/ zbog mišićnih disbalansa

Jedan od faktora koji doprinose nastanku MSD, kao što je patelofemoralni bol, bol u ramenu, Nespecifični bol u donjem delu leđa su mišićni disbalansi. Mišićni disbalans može biti između agoniste-antagoniste, agoniste – sinergiste, bilateralnih mišića ili mišićnih lanaca. Za efikasno tretiranje pacijenata sa takvim poremećajima moramo dobro da razumemo šta je uzrok tog poremećaja.

Na radionici će se pričati o načinu na koji definisati mišićne disbalanse, uzroke mišićnih disbalansa i kako evaluirati disbalanse.

Na radionici će biti pokazano kako evaluirati mišićne disbalanse u ramenom zglobu.