

MOBILIZACJE UCISKOWE TKANEK MIĘKKICH W OBREMBIE MIEDNICY

Dr n. med. Małgorzata Chochowska
Mgr Joanna Jagiełka



Dlaczego miednica?

- Centrum układu mięśniowo-powięziowego
- Duże możliwości kompensowania zaburzeń pochodzących z innych części układu ruchu
- “Kłębowisko” mięśni i więzadeł
- Kompromis pomiędzy stabilnością a mobilnością
- Energetyczne centrum w wielu systemach medycyny “tradycyjnej”
- Całkowicie zapomniana w tradycji zachodu



CZYM UCISKAĆ? NARZĘDZIA



Czym uciskać?



Oszczędzaj palce!!!

Czym uciskać?



- Patyczek uciskowy – CTM Rakowscy



- Kamienie bazaltowe - Habys

Czym uciskać?



◦ **Therapy Presser**

Czym uciskać?



- Autoterapia – akcesoria



WIĘZADŁA I MIĘŚNIE MIEDNICY

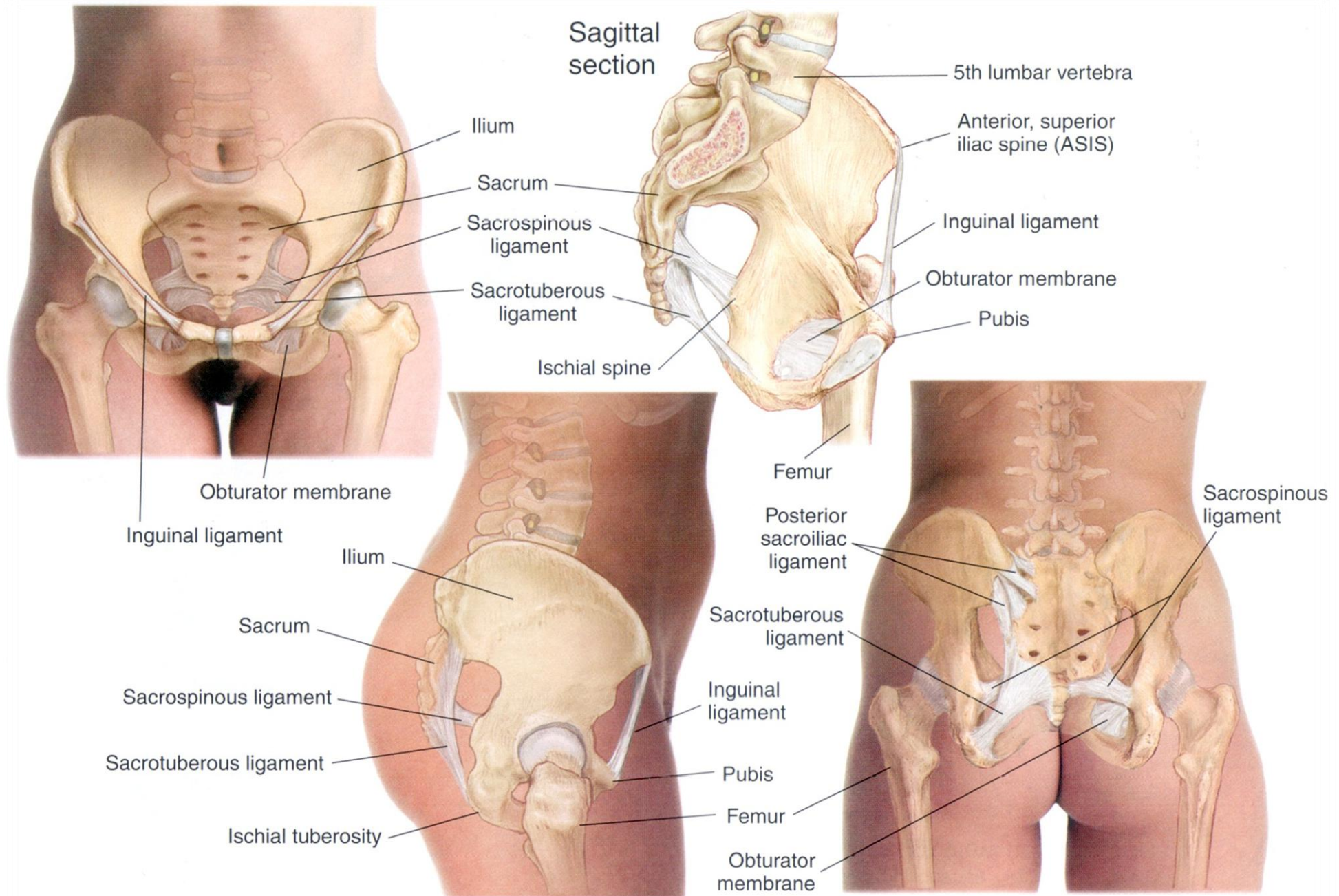


Plate 8-2 Ligaments of the pelvic region

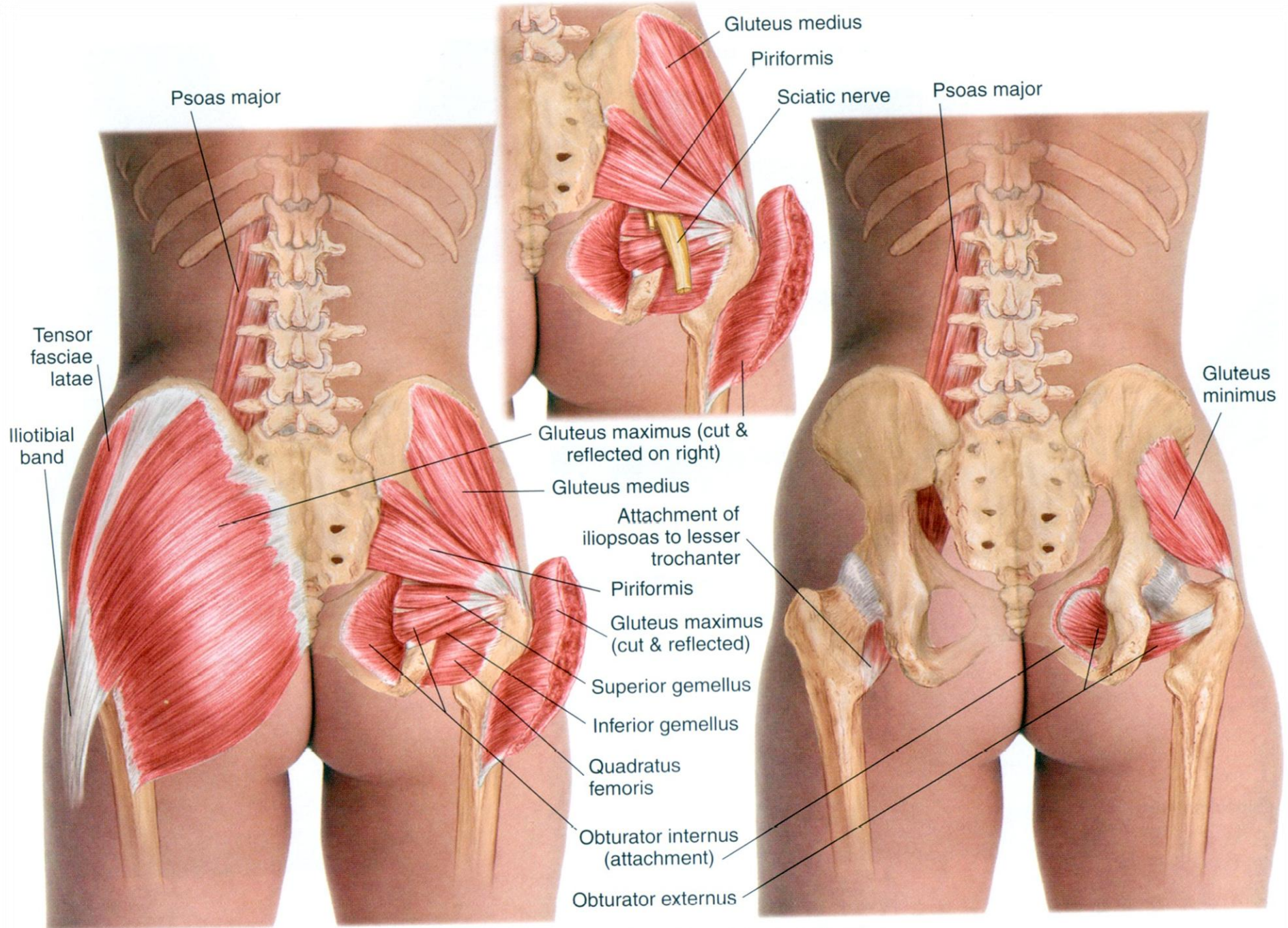


Plate 8-6 Muscles of the pelvis, posterior view

Plan działania

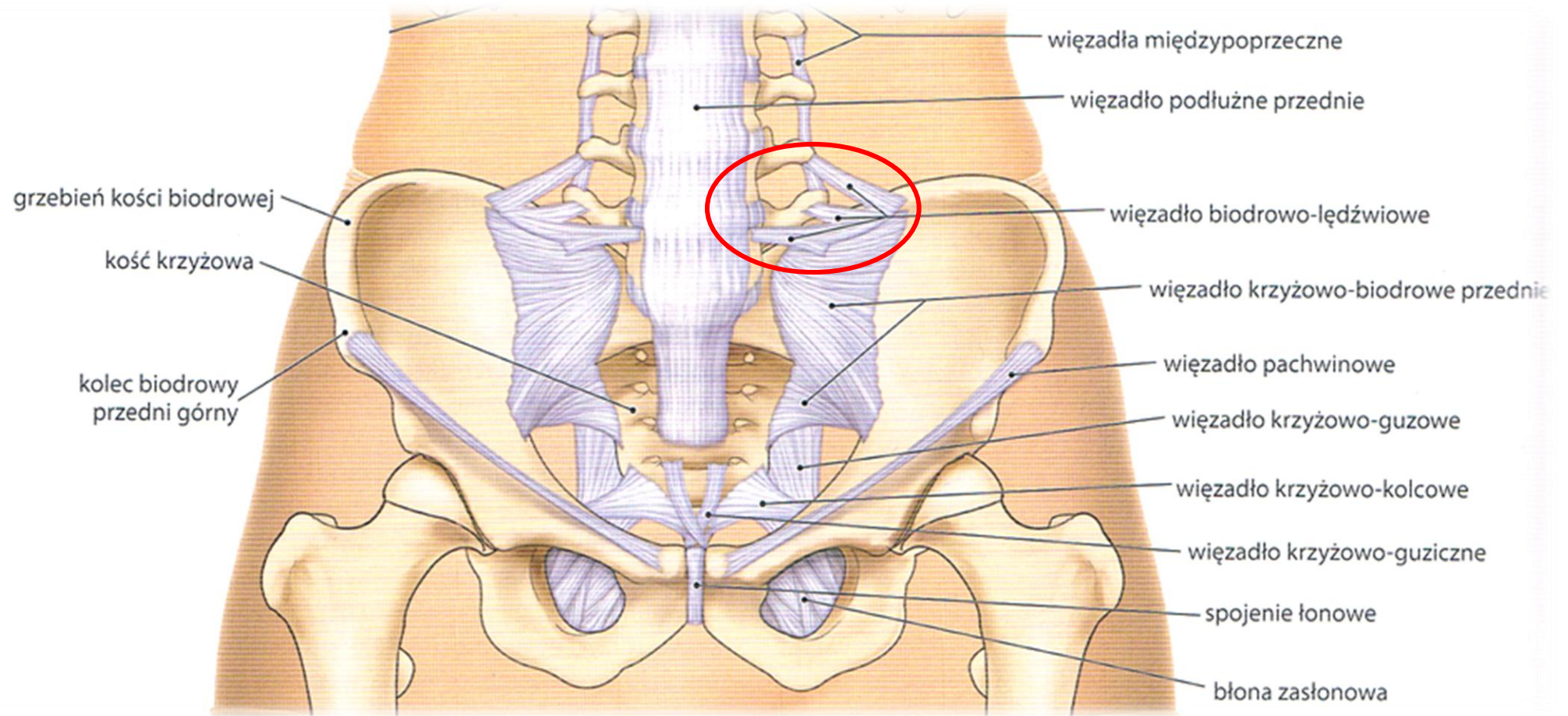
- Jaka struktura kosztowa?
- Co się do niej przyczepia?
- Po co ją mobilizować? – możliwe nieprawidłowości
- Palpacja
- Mobilizacja



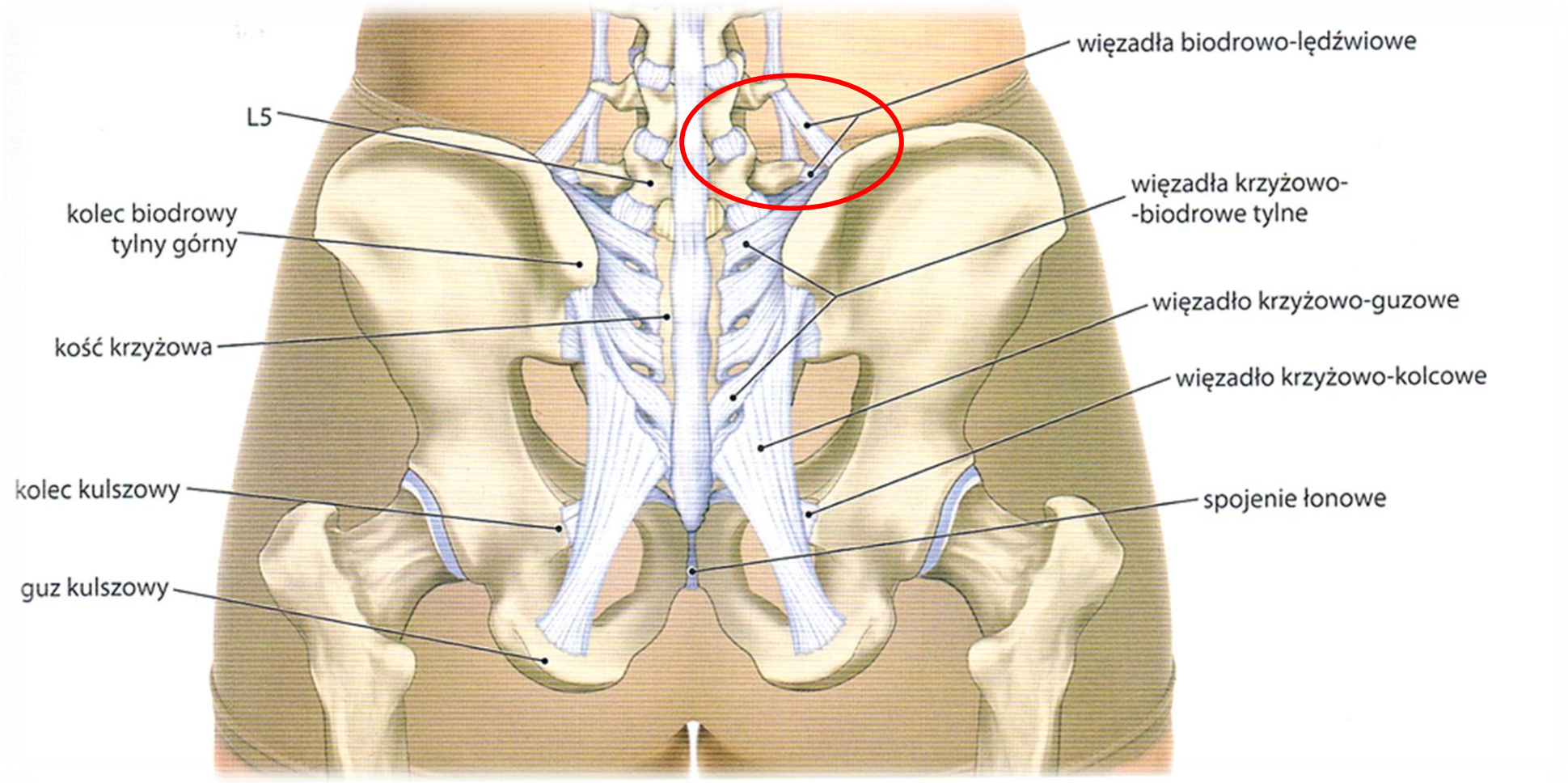


WIĘZADŁO BIODROWO-LĘDŹWIOWE

Więzadło biodrowo - lędźwiowe



Więzadło biodrowo - lędźwiowe



Objawy

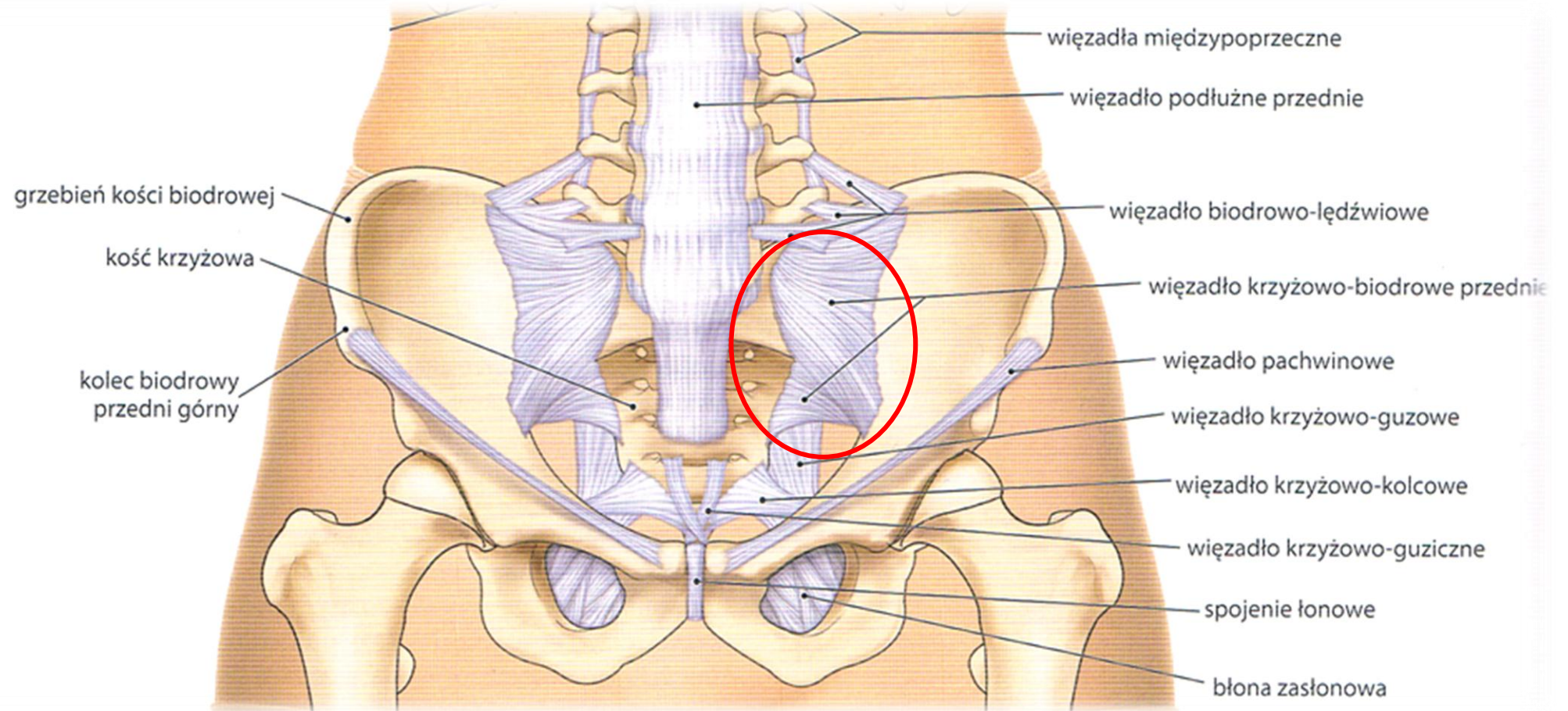
- Bóle okolicy przejścia lędźwiowo – krzyżowego
- Bóle pośladka oraz górnej tylnej powierzchni uda
- Ból pachwiny
- U mężczyzn bóle jądra
- Ból w rzucie m. prostego uda (najczęściej występujący)
- Bólowe ograniczenie zgięcia w stawie biodrowym (czynne i bierne)



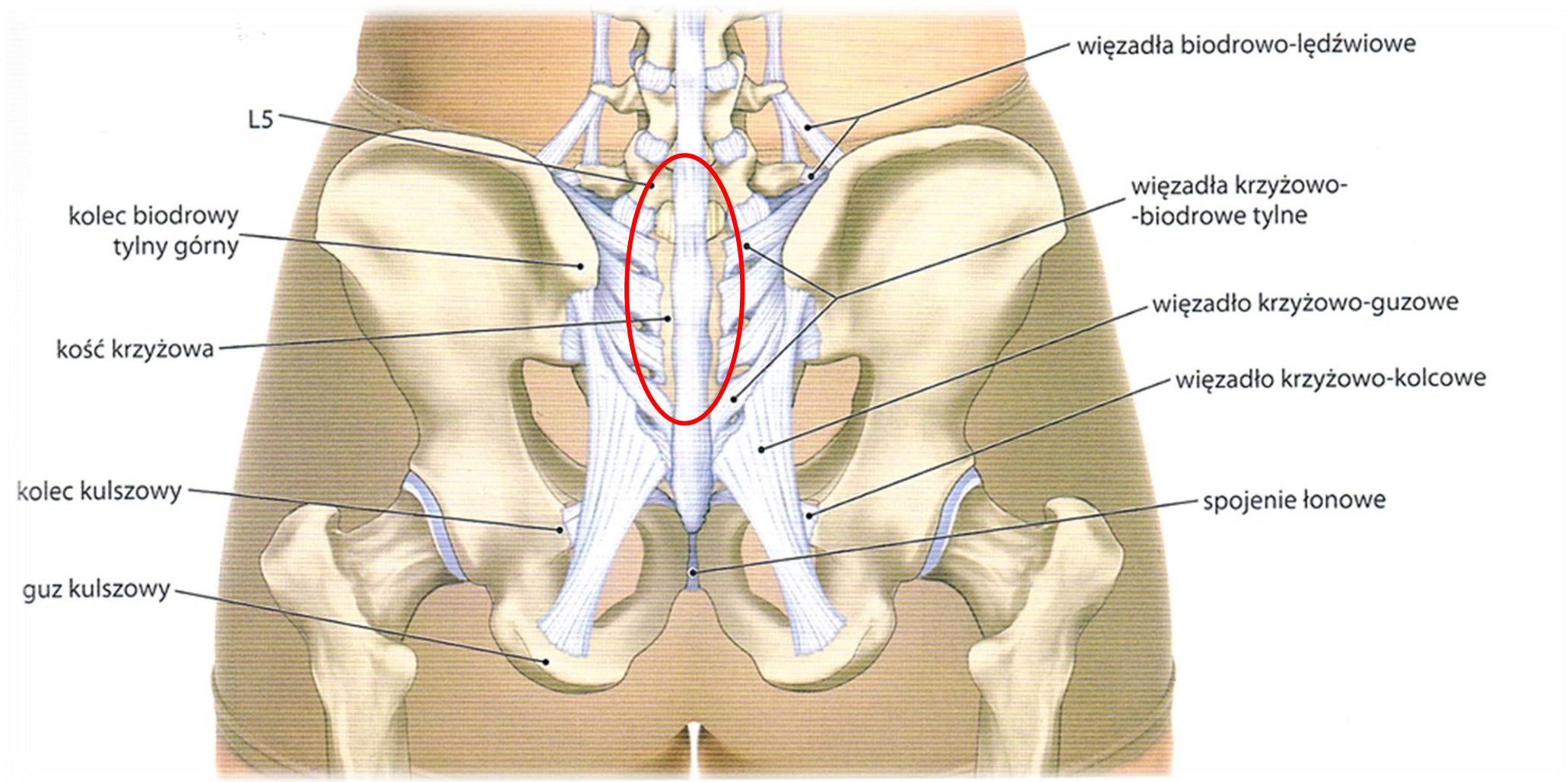


WIĘZADŁO KRZYŻOWO-BIODROWE

Więzadło krzyżowo - biodrowe



Więzadło krzyżowo - biodrowe



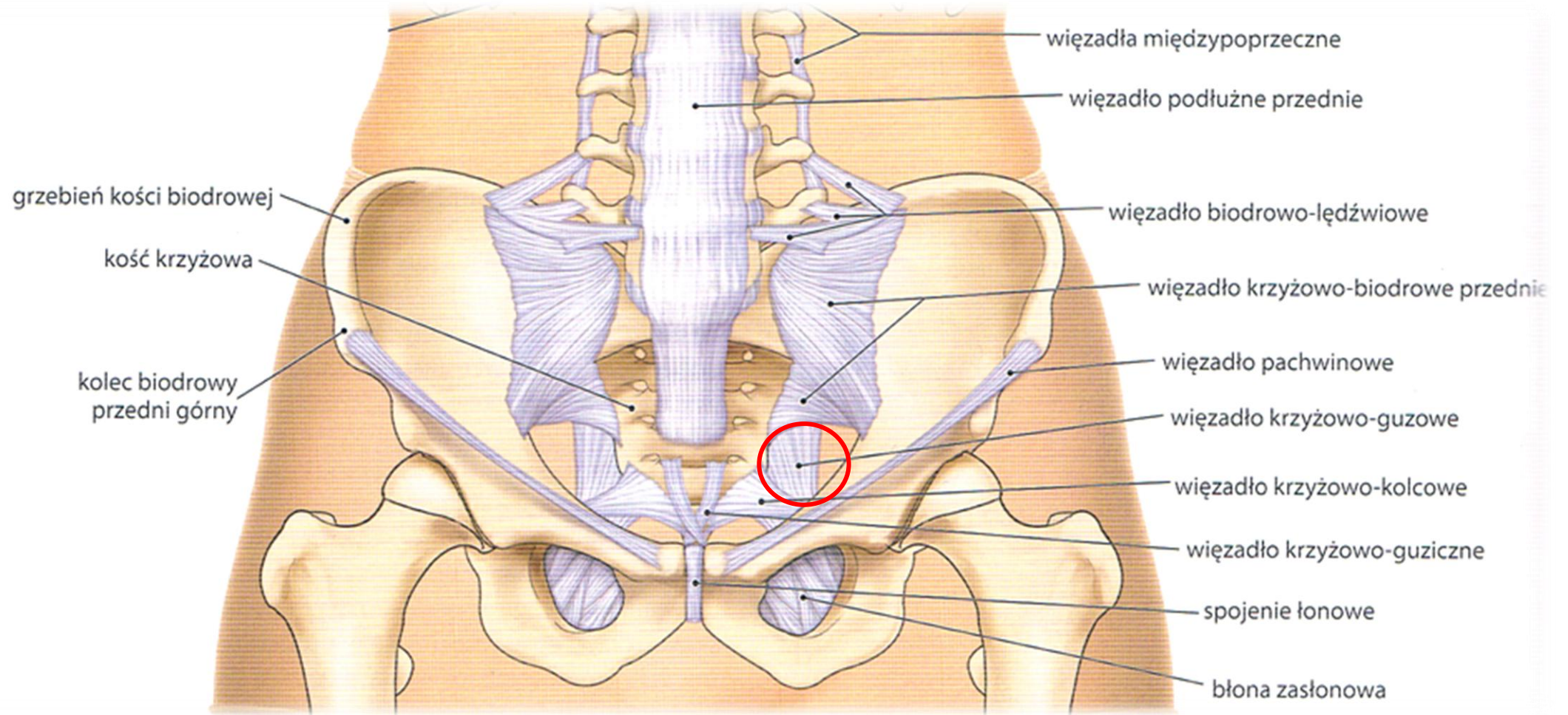
Objawy

- Ból miejscowy zlokalizowany w rzucie sskb
- Ból lędźwiowy
- Dolegliwości rejonu gardła I krtani
 - chroniczne anginy,
 - chrypka,
 - potrzeba ciągłego odchrząkiwania
- Dolegliwości migrenowo – wegetatywne
 - Połowicze bóle głowy
 - Zawroty
 - Nagłe utraty przytomności
- Objawy pseudoginekologiczne u kobiet:
 - Zaburzenia miesiączkowania
 - Ból podczas miesiączki
 - Zbyt obfite lub zbyt skąpe miesiączki
 - Nieregularność miesiączkowania
 - Trudności z zachodzeniem w ciążę
 - Tendencje do samoistnych poronień
- Osłabienie kkd
- Objawy zaburzenia czynności struktur dna miednicy
- Objawy ZZSK

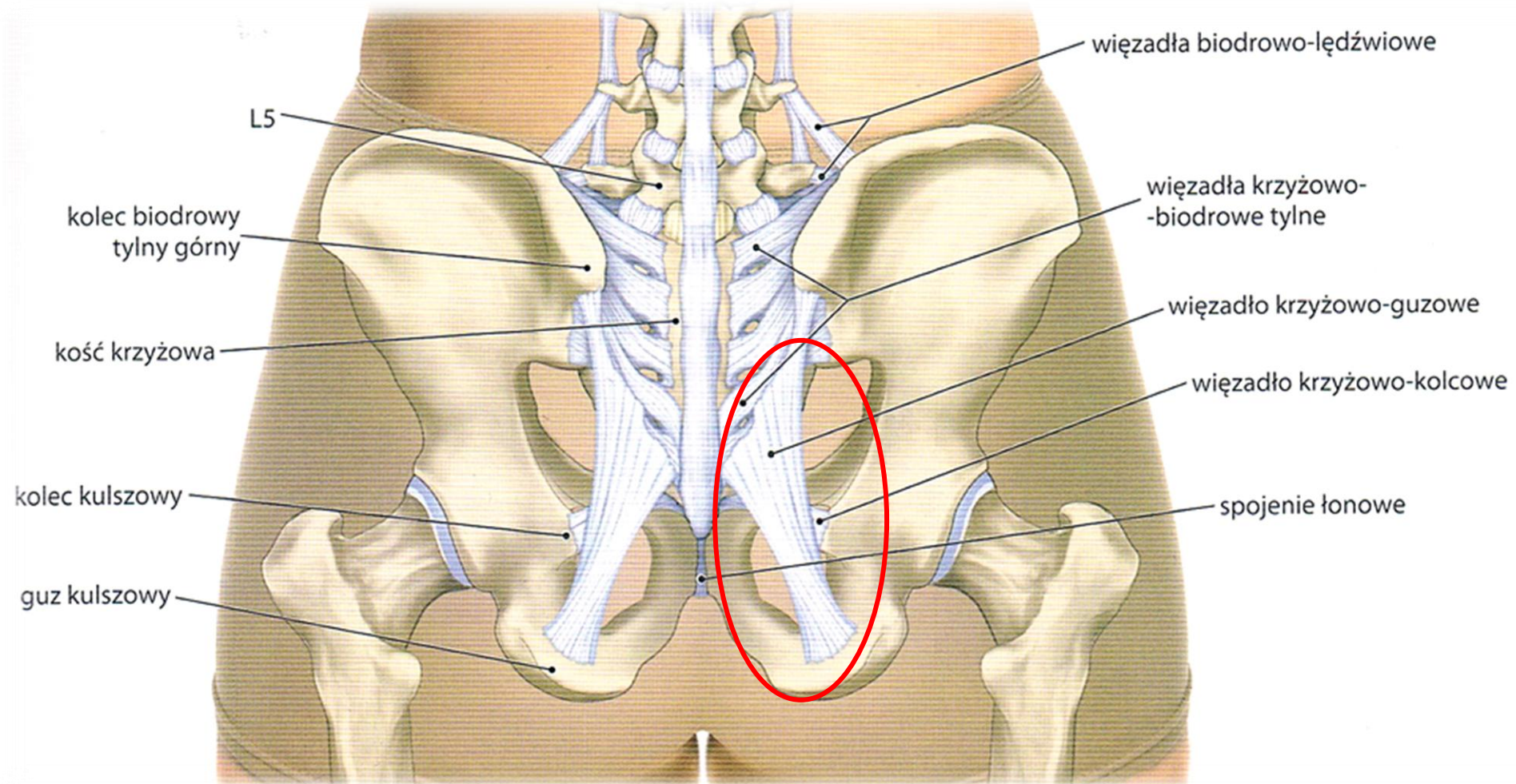


WIĘZADŁO KRZYŻOWO-GUZOWE

Więzadło krzyżowo-guzowe



Więzadło krzyżowo - guzowe



Objawy

- Ból:
 - Odcinka lędźwiowego kręgosłupa
 - Pośladka, stawy krzyżowo – biodrowego
 - Promieniujący, rzutowany tylnej powierzchni kończyny dolnej często błędnie uznawany jako rwa kulszowa
 - W rzucie mięśnia dwugłowego uda
 - W dole podkolanowym
 - Łydek, ścięgna Achillesa, pięty, rozścięgna podszwowe
- Zaburzenia:
 - czynności struktur dna miednicy (ból krocza, odbytu, sromu, łechtaczki, prącia, moszny)
 - Seksualności
 - Czynności statycznych

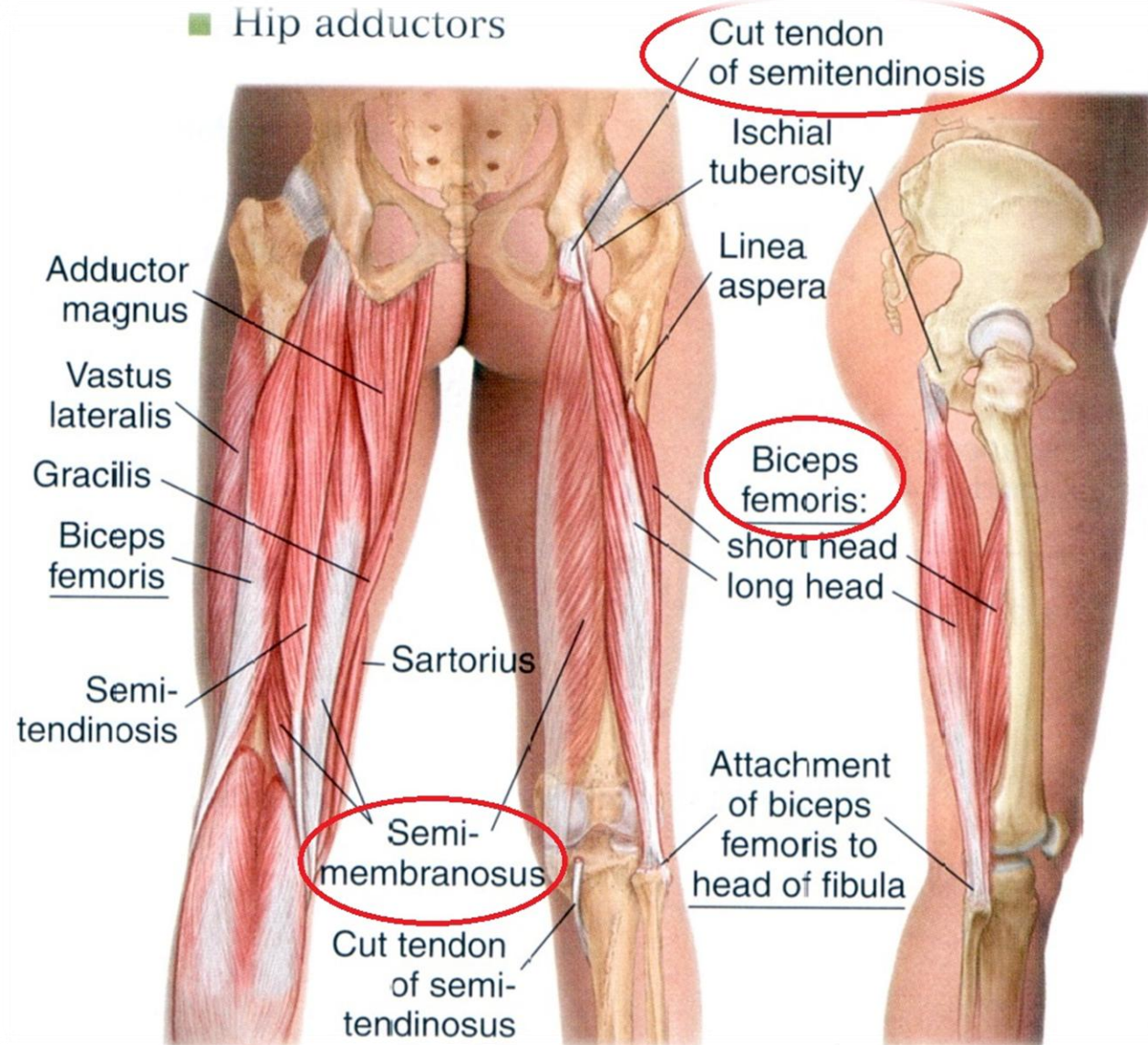


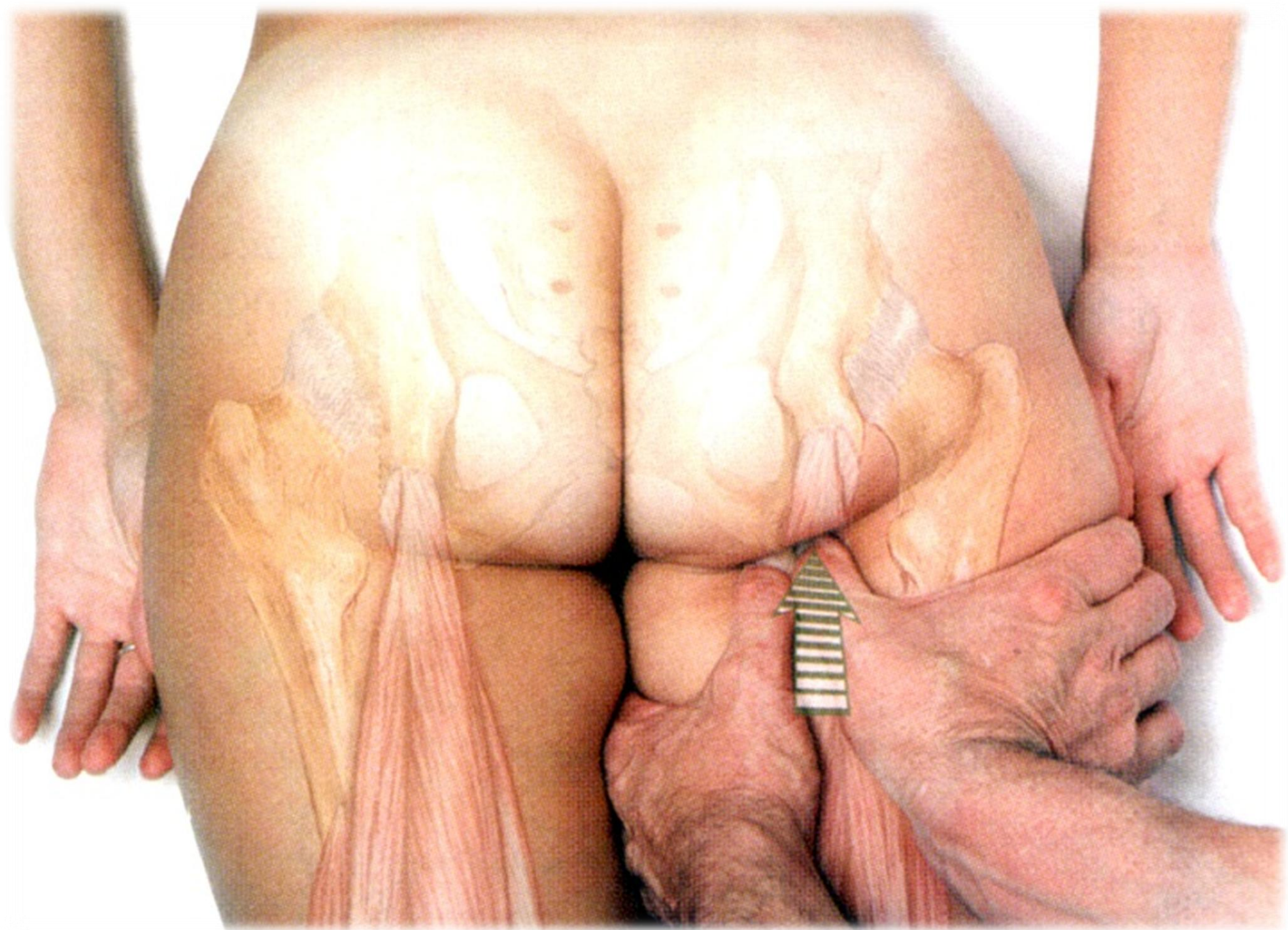


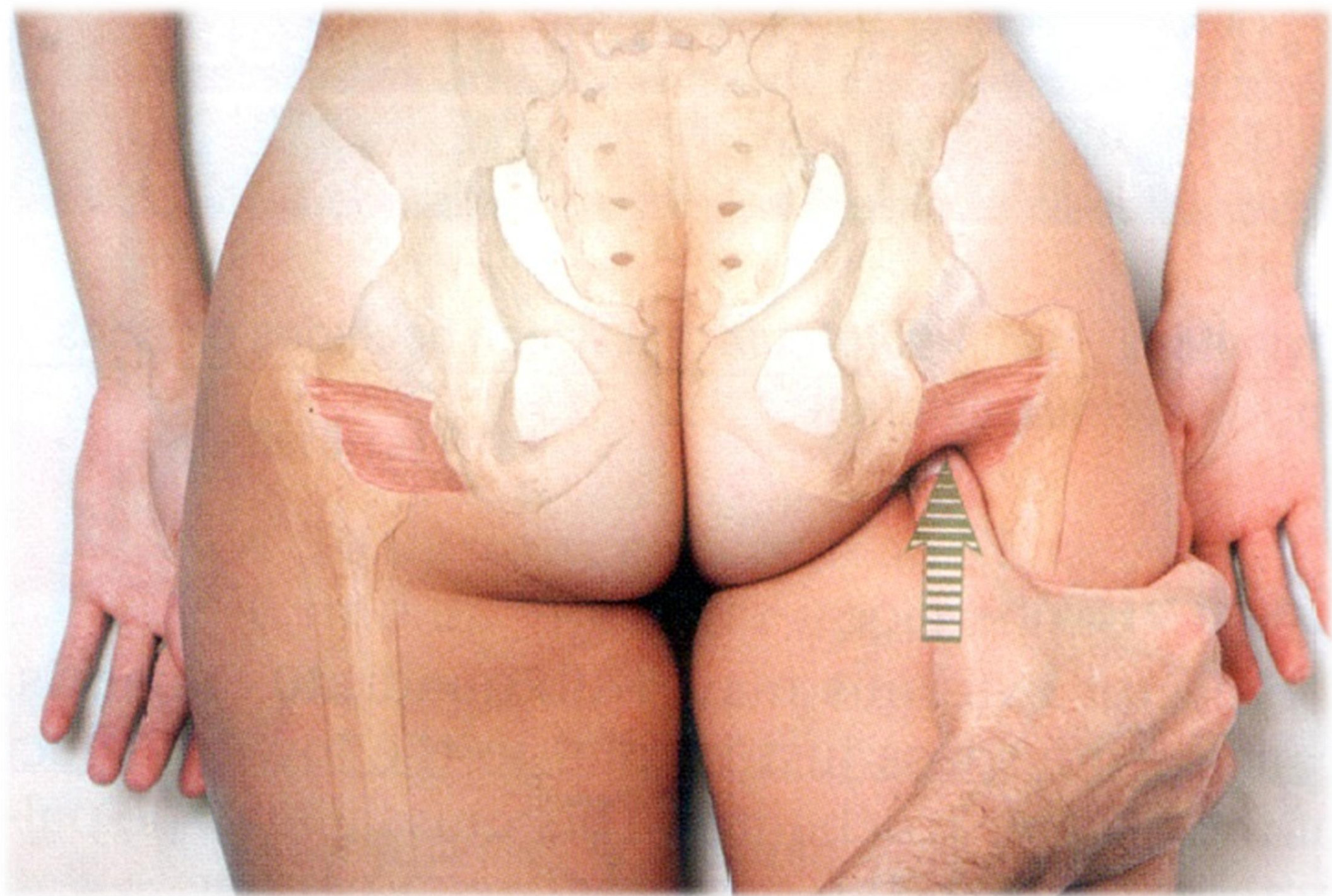
GUZ KULSZOWY

Guz kulszowy

■ Hip adductors



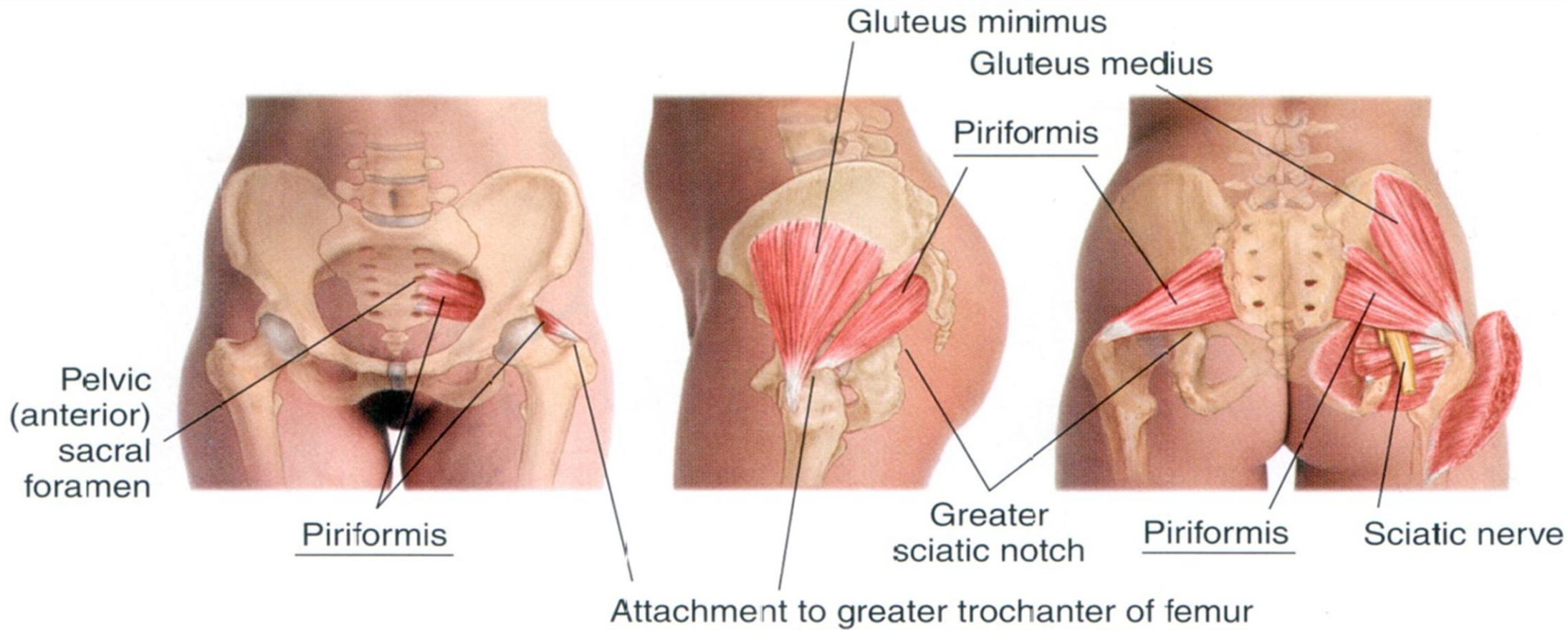




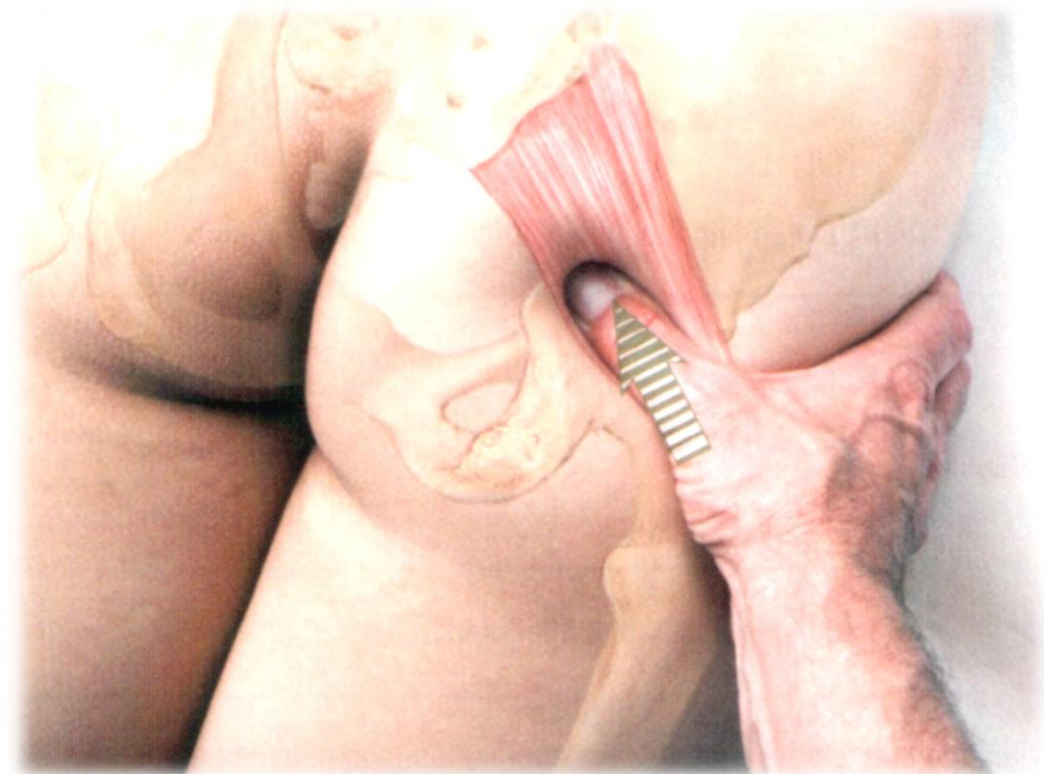
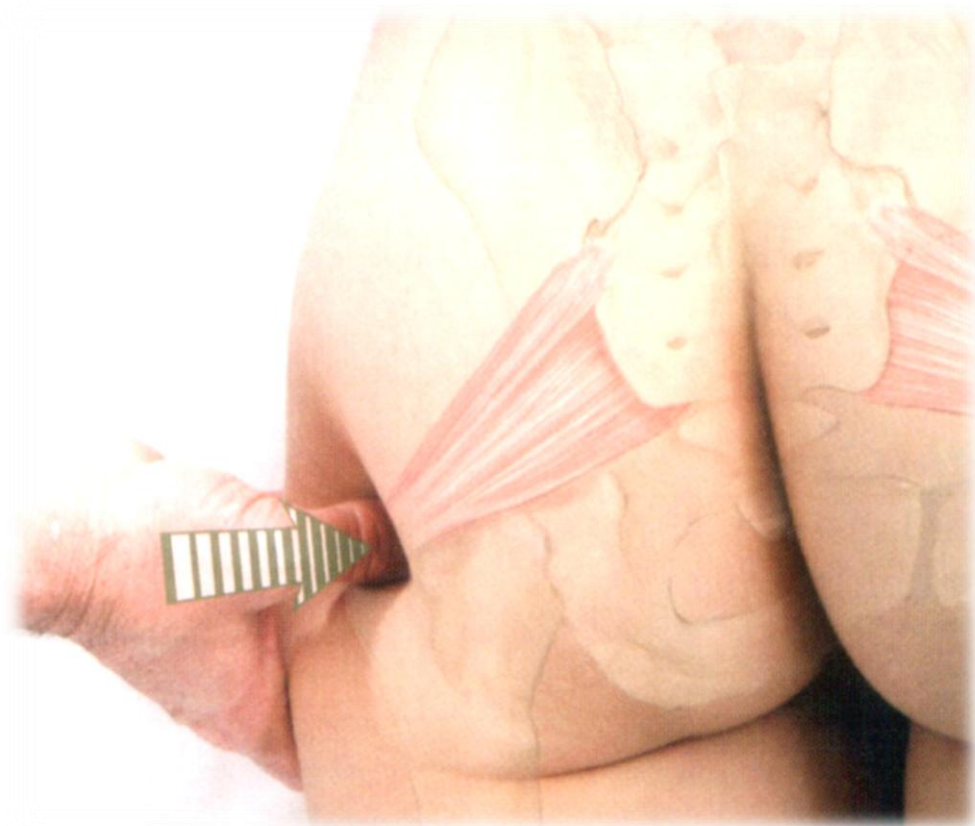


MIĘSIENŃ GRUSZKOWATY

Mięsień gruszkowaty



Mięsień gruszkowaty



Objawy

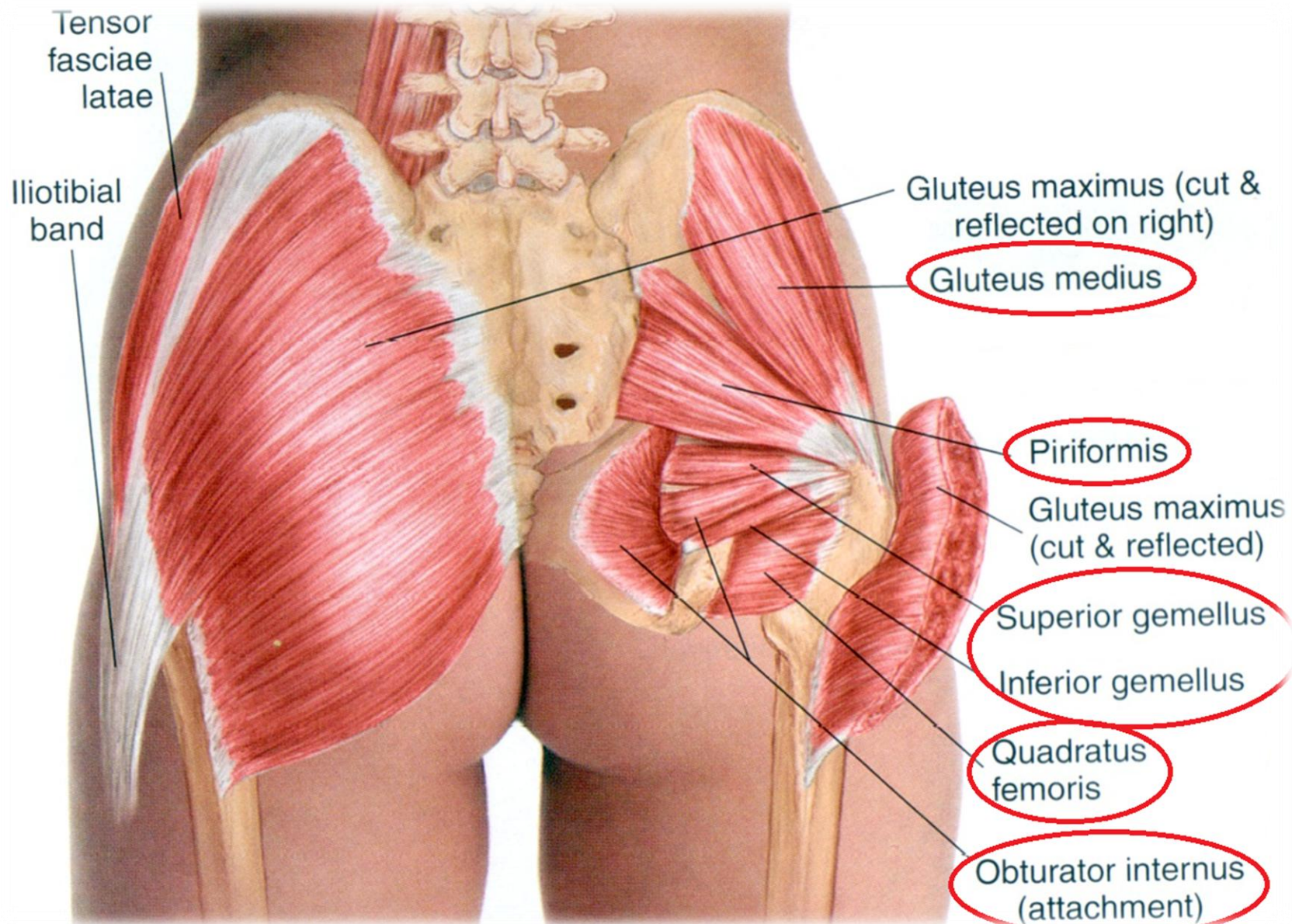
- Ból okolicy kości krzyżowej
- Ból pośladka, czasami promieniujący do uda
- Daje objawy tzw. „rwy gruszkowej” / „gruszkowatej”

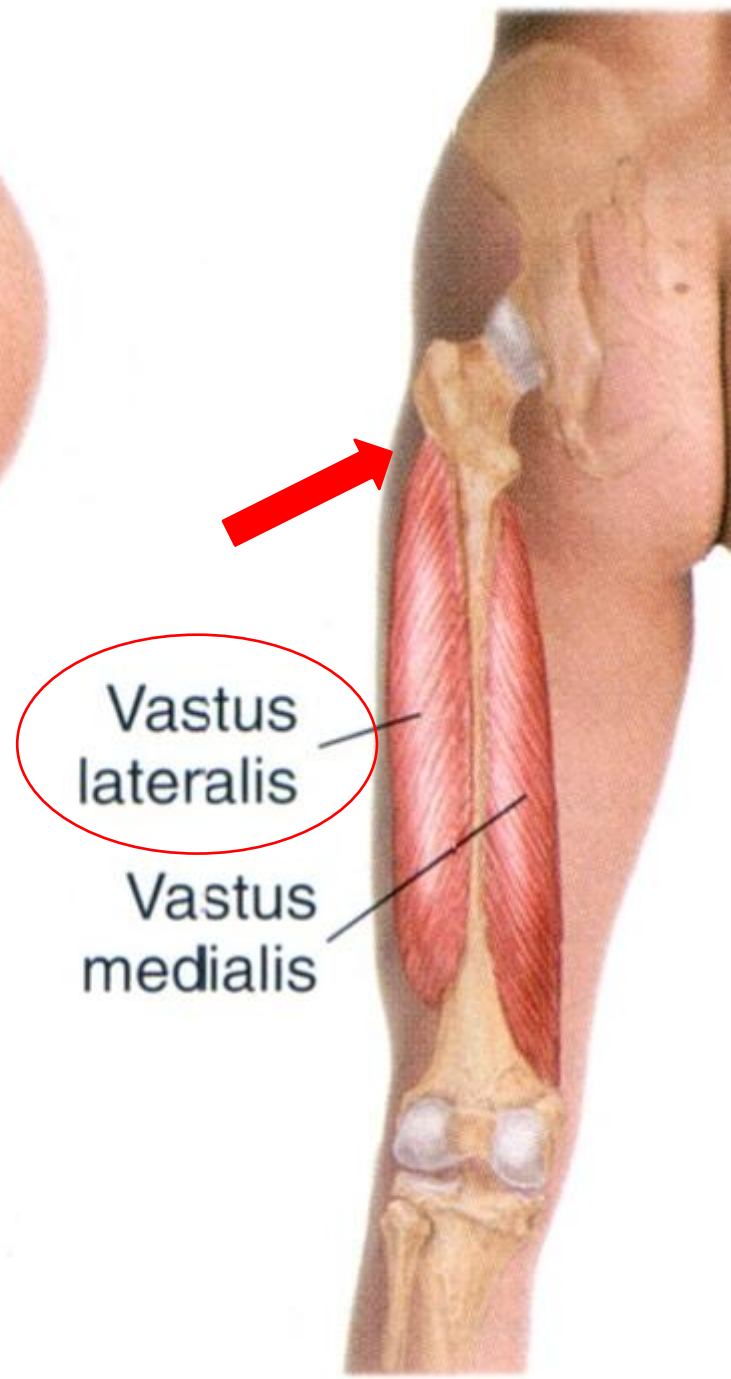
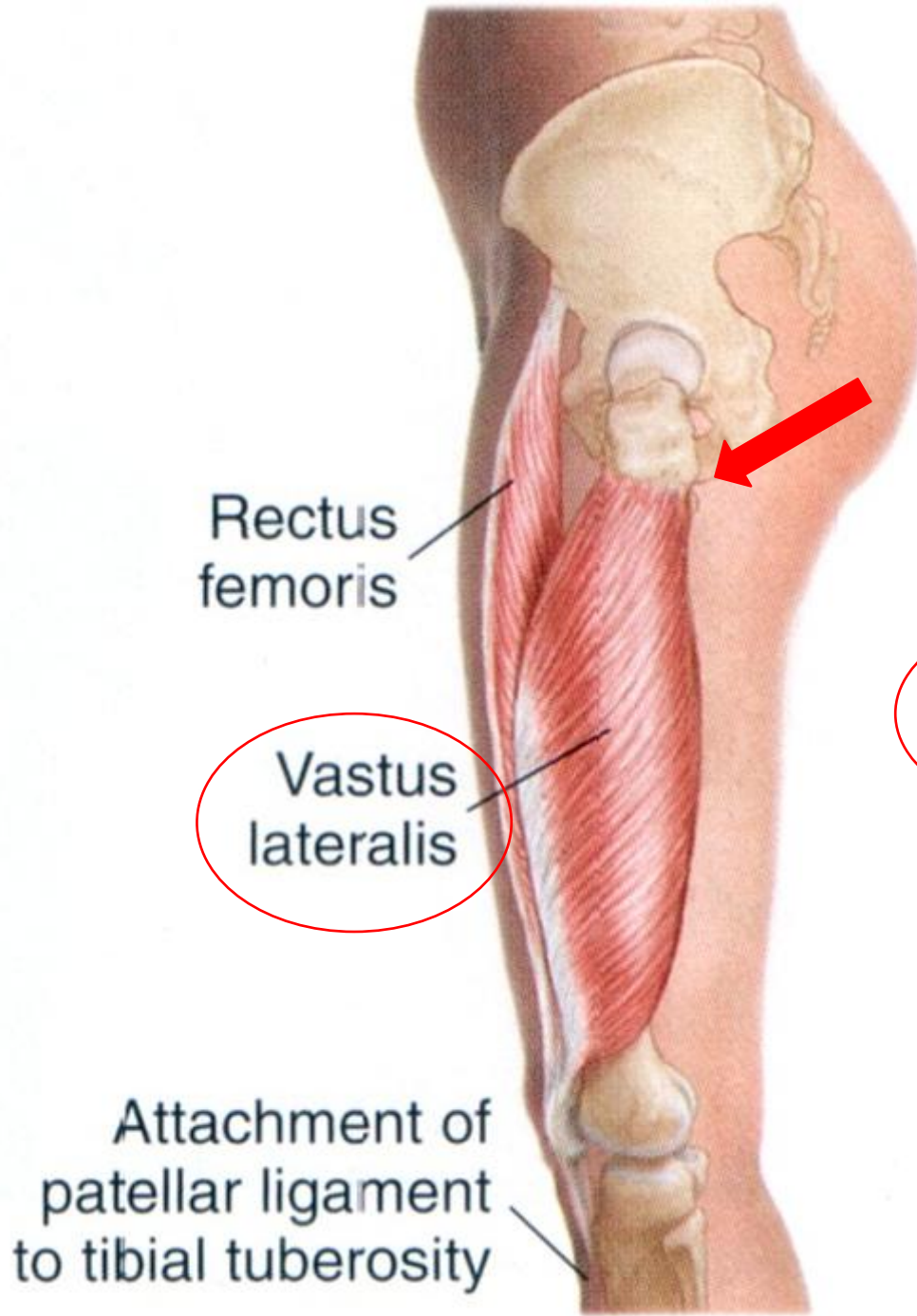
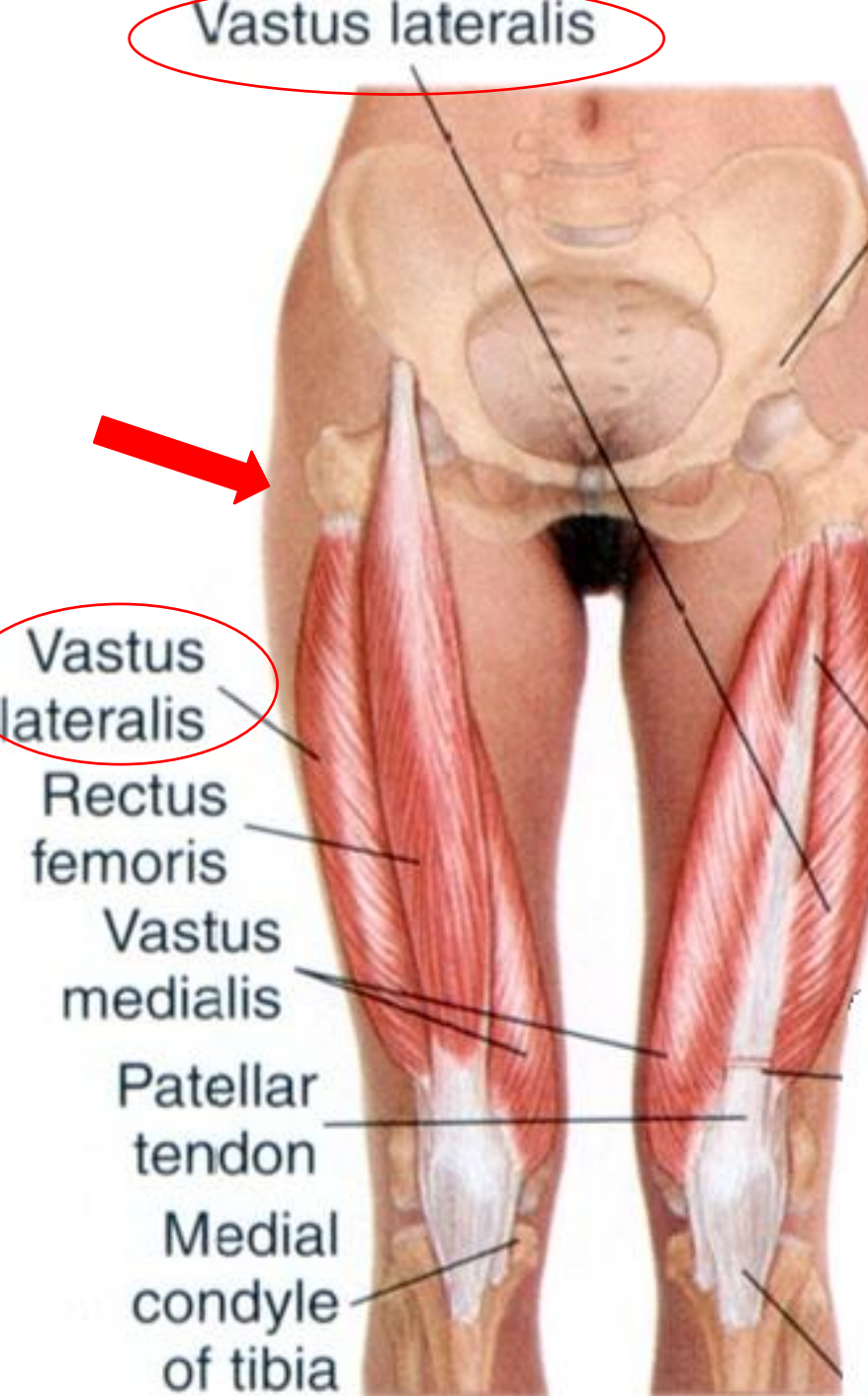




KRĘTARZ WIĘKSZY KOŚCI UDOWEJ

Krętarz większy kości udowej

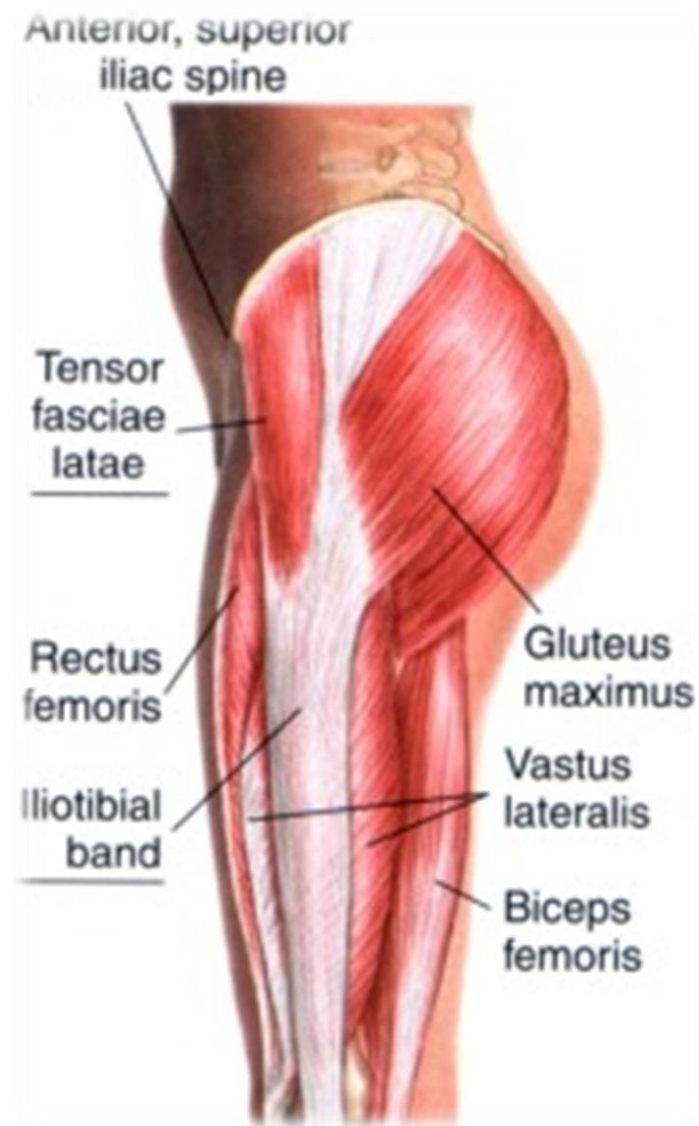






GRZEBIEŃ KOŚCI BIODROWEJ

Grzebień kości biodrowej



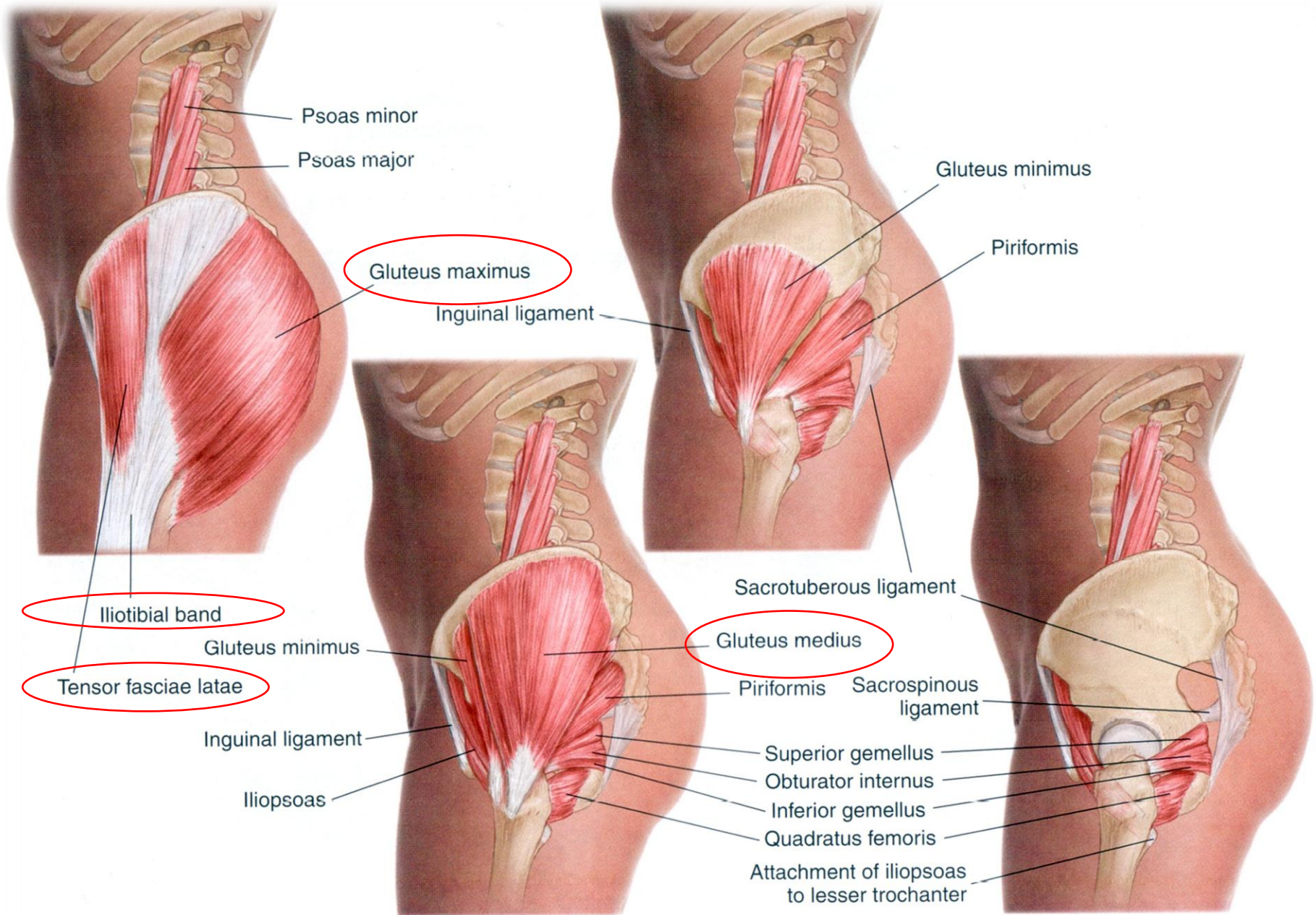


Plate 8-4 Muscles of the pelvis, lateral view

Objawy

- Naprężacz powięzi szerokiej:
 - Ból z boku biodra, promieniujący bokiem po udzie, do kolana, a czasami nawet do podudzia I stopy, przykurcz wpływa na zwiększenie przodopochylenia miednicy
 - Dolegliwości bólowe dolnego odcinka kręgosłupa
- Pośladkowy wielki
 - Bóle okolicy kości krzyżowej
 - Bóle pośladka I biodra
- Pośladkowy średni
 - Bóle dolnego odcinka kręgosłupa
 - Bóle pośladka i biodra





DZIĘKUJEMY

www.centrum-kore.pl