

PROGRAM ĆWICZEŃ Z ANATOMII PALPACYJNEJ DLA FIZJOTERAPII

ĆWICZENIE 1 – WIADOMOŚCI WSTĘPNE Z ANATOMII PALPACYJNEJ

- Program, regulamin i zasady zaliczenia ćwiczeń
- Zagadnienia zaliczeniowe i egzaminacyjne
- Omówienie wybranych zagadnień z wiadomości wstępnych dotyczących anatomii palpacyjnej

Zakres tematyczny

- Zastosowanie anatomii palpacyjnej
- Anatomia palpacyjna w badaniu fizjoterapeutycznym
- Weryfikacja struktur anatomicznych w badaniu palpacyjnym
- Teoretyczne podstawy badania palpacyjnego:
 - Powłoki skórne
 - Krawędzie kostne
 - Wypukłości kostne
 - Brzośce mięśniowe
 - Krawędzie mięśni
 - Ścięgna
 - Wiązadła
 - Torebka stawowa
 - Kaletki maziowe
 - Nerwy
 - Tętnice
- Schemat badania palpacyjnego

ĆWICZENIE 2 – KOŃCZYNA GÓRNA

Zakres tematyczny

- Podstawowe techniki badania palpacyjnego wybranych struktur anatomicznych -obręcz barkowa oraz zespół funkcjonalny kończyny górnej

Ćwiczenia praktyczne – badanie palpacyjne wybranych struktur anatomicznych obręczy barkowej oraz kończyny górnej:

- Łopatka
 - kąt dolny
 - Kąt górny
 - Grzebień łopatki
 - Brzeg przyśrodkowy
 - Brzeg boczny
 - Brzeg górny
 - Wyrostek barkowy
 - Dół nadgrzebieniowy
 - Dół podgrzebieniowy
 - Wyrostek kruczy
- Obojczyk
 - Wypukłości oraz wklęsłości obojczyka
 - Mostkowy koniec
 - Barkowy koniec
- Staw barkowo-obojczykowy

- Staw mostkowo-obojczykowy
- Kość ramienna
 - Guzek mniejszy
 - Guzek większy
 - Bruzda międzyguzkowa
 - Nadkłykieć przyśrodkowy
 - Nadkłykieć boczny
- Palpacja mięśni:
 - Piersiowy większy (akton obojczykowy, mostkowo-żebrowy i brzuszny)
 - Piersiowy mniejszy
 - Podobojczykowy
 - Zębaty przedni
 - Naramienny (akton obojczykowy, barkowy, grzebieniowy)
 - Czworoboczny grzbietu (akton zstępujący, poprzeczny i wstępujący)
 - Równoległoboczny
 - Dźwigacz łopatki
 - Nadgrzebieniowy
 - Podgrzebieniowy
 - Obły mniejszy
 - Obły większy
 - Podłopatkowy
 - Najszerszy grzbietu
 - Dwugłowy ramienia (głowa długa i krótka)
 - Kruczo-ramienny
 - Ramienny
 - Ramiennie-promieniowy
 - Trójgłowy ramienia (głowa długa, przyśrodkowa i boczna)
 - Łokciowy

ĆWICZENIE 3 – KOŃCZYNA GÓRNA I KOŃCZYNA DOLNA

Zakres tematyczny

- Podstawowe techniki badania palpacyjnego wybranych struktur anatomicznych - zespół funkcjonalny kończyny górnej (okolice dystalne)
- Podstawowe techniki badania palpacyjnego wybranych struktur anatomicznych - miednica oraz proksymalne elementy anatomiczne kończyny dolnej

Ćwiczenia praktyczne – badanie palpacyjne wybranych struktur anatomicznych kończyny górnej:

- Elementy kostne przedramienia :
 - Wyrostek łokciowy kości łokciowej
 - Głowa kości promieniowej
 - Głowa kości łokciowej
 - Część dalsza kości promieniowej
 - Guzek Listera
- Staw ramiennie-promieniowy
- Palpacja mięśni:
 - Zginacz promieniowy nadgarstka
 - Zginacz łokciowy nadgarstka
 - Dłoniowy długi
 - Nawrotny obły
 - Prostownik promieniowy długi nadgarstka
 - Prostownik promieniowy krótki nadgarstka

- Prostownik palców
- Prostownik łokciowy nadgarstka
- Elementy kostne obszaru nadgarstka:
 - Podstawy kości śródreżcza I-V
 - Kość łódeczkowata
 - Kość grochowata
 - Kość haczykowata
- Staw promieniowo-nadgarstkowy
- Staw nadgarstkowo-śródręczny kciuka
- Ścięgna mięśni obszaru nadgarstka:
 - Dłoniowy długi
 - Zginacz promieniowy nadgarstka
 - Zginacz łokciowy nadgarstka
 - Prostownik długi kciuka
 - Prostownik krótki kciuka
 - Odwodziciel długi kciuka
 - Prostownik palca małego
- Tętnica promieniowa

Ćwiczenia praktyczne – badanie palpacyjne wybranych struktur anatomicznych miednicy oraz kończyny dolnej:

- Elementy kostne obszaru miednicy:
 - Krętarz większy
 - Kolec biodrowy przedni górny
 - Kolec biodrowy przedni dolny
 - Kolec biodrowy tylny górny
 - Kolec biodrowy tylny dolny
 - Talerz biodrowy
 - Guz kulszowy
- Więzadło pachwinowe
- Palpacja mięśni:
 - Naprężacz powięzi szerokiej
 - Krawiecki
 - Biodrowo-łędźwiowy
 - Przywodziciel długi
 - Smukły
 - Poślądkowy wielki
 - Poślądkowy średni
 - Gruszkowaty

- Triada udowa (tętnica, żyła oraz nerw udowy)
- Nerw kulszowy
- Prosty uda (ścięgno bliższe)
- Pasma biodrowo-piszczelowe

ĆWICZENIE 4 – KOŃCZYNA DOLNA I TUŁÓW

Zakres tematyczny

- Podstawowe techniki badania palpacyjnego wybranych struktur anatomicznych - dystalne elementy anatomiczne kończyny dolnej
- Podstawowe techniki badania palpacyjnego wybranych struktur anatomicznych tułowia

Ćwiczenia praktyczne - badanie palpacyjne wybranych struktur anatomicznych kończyny dolnej:

- Badanie palpacyjne elementów kostnych obszaru kolana:
 - Podstawa rzepki
 - Wierzchołek rzepki
 - Krawędź boczna i przyśrodkowa rzepki
 - Guzowatość kości piszczelowej
 - Kłykiec boczny kości udowej
 - Kłykiec przyśrodkowy kości udowej
 - Nadkłykiec boczny kości udowej
 - Nadkłykiec przyśrodkowy kości udowej
 - Kłykiec boczny kości piszczelowej
 - Kłykiec przyśrodkowy kości piszczelowej
 - Głowa strzałki
- Więzadło rzepki
- Więzadło poboczne piszczelowe
- Więzadło poboczne strzałkowe
- Brzegi kości piszczelowej
- Powierzchnia boczna kości strzałkowej
- Palpacja mięśni:
 - Dwugłowy uda
 - Półbłoniasty
 - Półścięgnisty
 - Czworogłowy uda (prosty uda, obszerny boczny i przyśrodkowy)
- Powierzchnia boczna kości strzałkowej
- Badanie palpacyjne elementów kostnych obszaru stopy:
 - Kość skokowa
 - Kostka przyśrodkowa
 - Podpórka skokowa
 - Guzowatość kości łódkowatej
 - Kostka boczna
 - Błoczek strzałkowy
 - Zatoka stępu
 - Wierzchołek kości piętowej
 - Podstawa kości śródstopia V
 - Kość sześcienna
- Staw skokowo-łódkowy
- Staw klinowo-śródstopny
- Staw klinowo-łódkowy
- Staw śródstopno-paliczkowy palca I
- Staw piętowo-sześcienny
- Staw skokowo-goleniowy
- Palpacja mięśni:
 - Piszczelowy przedni
 - Prostownik długi palców
 - Prostownik długi palucha
 - Strzałkowy długi i krótki
 - Brzuchaty
 - Płaszczkowaty
 - Piszczelowy tylny
 - Zginacz długi palców
 - Zginacz długi palucha
- Palpacja ścięgna Achillesa

Ćwiczenia praktyczne - badanie palpacyjne wybranych struktur anatomicznych tułowia:

- Palpacja struktur kostnych:
 - Wyrostek kolczysty S2
 - Wyrostek kolczysty S1
 - Wyrostek kolczysty L1
 - XII żebro
 - Wyrostek kolczysty Th12
 - Wyrostek kolczysty C7
 - Wyrostek sutkowy kości skroniowej
- Palpacja mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego
- Palpacja tętnicy szyjnej wewnętrznej

Podsumowanie

ĆWICZENIE 5 – KOLOKWIUM – Praktyczne zaliczenie przedmiotu

LITERATURA UZUPEŁNIAJACA:

1. Reichert B. Techniki badania palpacyjnego. Anatomia topograficzna narządu ruchu w praktyce fizjoterapeutycznej. Galaktyka, Łódź 2018
2. Tixa S. Atlas anatomii palpacyjnej. Badanie manualne powłok. PZWL, Warszawa, 2017
3. Gawryszewska A, Fluder M, Marciniak R. Atlas anatomii palpacyjnej. Tom 1. Medpharm, Wrocław, 2019
4. Muscolino J. E. Badanie palpacyjne układów mięśniowego i kostnego z uwzględnieniem punktów spustowych, stref oddechowych i stretchingu. Edra Urban & Partner, Wrocław 2016