

ŠTO JE MANUALNA FIZIOTERAPIJA?

Manualna fizioterapija je specijalno područje fizioterapije koje uključuje diferencijalnu, funkcionalnu procjenu i terapiju neuromišićnokoštanih stanja pokretom, baziranu na kliničkom razmišljanju.

Procjena uključuje uzimanje anamneze, inspekciju, opservaciju, palpaciju, procjenu aktivnog i pasivnog osteokinematskog pokretanja i procjenu artrokinematskog pokretanja te krajnjeg osjeta. Također rade se testovi s otporom i testovi duljine mišića za procjenu mišićnih struktura, neuralni testovi za živčane strukture, te testovi stabilnosti zglobova.

Terapija pokretom uključuje specifičnu mobilizaciju mišića (npr. funkcionalna masaža, istezanje postizometričkom relaksacijom, frikcijska masaža), nespecifičnu i specifičnu mobilizaciju zglobova (rotacijskim kretnjama i translatorskim kretnjama) i stabilizaciju zglobova. Primjer nespecifične terapije je Mckenzie pristup. Primjer specifične terapije je Kaltenborn/Evjenth pristup.

Diferencijalna procjena zglobova razlučuje, preko translatorskih pokretanja, testova opterećenja ili rasterećenja zgloba, u kojem je točno zglobu problem.

Diferencijalna procjena mišića razlučuje, preko recipročne inhibicije mišića, druge funkcije mišića u istom ili susjednom zglobu, o kojem je točno mišiću problem.

Kliničko razmišljanje uključuje usmjeravanje terapije pokretom specifično na problem, na osnovu procjene, kako bi izbjegli "vježbanje", tj. "gimnasticiranje".

IFOMPT - međunarodna federacija ortopedskih manualnih fizioterapeuta; krovna organizacija OMTa koja priznaje programe iz manualne fizioterapije organizirane u svijetu. Trenutno jedini priznati programi, zbog svoje sveobuhvatnosti (cjelovitosti) diferencijalne dijagnostike, pregleda i terapije zglobova, mišića i perifernih živaca su Kaltenborn/ Evjenth pristup i Maitland pristup.

IFOMPT je članica WCPTa - svjetske konfederacije fizioterapeuta

PRISTUPI MANUALNE FIZIOTERAPIJE

Kaltenborn/Evjenth pristup - Ortopedska manualna fizioterapija

Skandinavska škola manualne fizioterapije koja uključuje kompletnu edukaciju procjene i terapije cijelog tijela. Jednako učinkovito se radi terapija hipomobilnih i hiperobilnih zglobova. Popularan pristup u germanskim zemljama.

U Hrvatskoj je školovanje, kroz tečajeve, započelo 2007. godine i u tijeku je obrazovanje četvrte generacije manualnih fizioterapeuta.

Maitland pristup - Ortopedska manualna fizioterapija

Australska škola manualne fizioterapije. Slična kvaliteta znanja se dobija kao kod prethodnog pristupa. Tečajevi u Hrvatskoj počeli su 2012.g.

Nakon završenog i jednog i drugog obrazovanja dobija se naziv ortopedskog manualnog fizioterapeuta (OMFT). Nakon završenog osnovnog obrazovanja, naziv je manualni fizioterapeut (MFT).

Neurodinamika

Manualna fizioterapija za periferne živce. Temelji se na diferencijalnoj dijagnostici živaca od ostalih struktura, procjeni i terapiji problema sa perifernim živcima (u korijenu ili

na periferiji). Smisao terapije je dekompresija živca proširivanjem kanala gdje on prolazi, ili klizanjem, također radi dekompresije.

Neurodinamika je sastavni dio obrazovanja iz ortopedске manualne terapije, ali se može organizirati i zasebno.

Postoje dvije udruge u svijetu koje organiziraju tečajeve neurodinamike. Neurodynamic Solutions (NDS), čiji je osnivač Michael Shacklock te Neuro Orthopaedic Institute (NOI) čiji je osnivač David Butler. Obje udruge potječu iz Adelaide, Australija te okupljaju međunarodne instruktore neurodinamike.

Tečajevi neurodinamike, u suradnji s NDS, se organiziraju u Hrvatskoj od 2010.g.

OSTALI PRISTUPI KOJI IMAJU DODIRNIH TOČAKA S MANUALNOM FIZIOTERAPIJOM:

Mulligan pristup - Manualna fizioterapija (Kaltenborn/Evjenth) s pokretom

Radi se o pregledu temeljenom na Maitlandovom pristupu i terapiji temeljenoj na Kaltenbornovom pristupu, ali s dodatkom pokreta na klizno gibanje u zglobu. Na kraju obrazovanja se dobije naziv CMP (Certified Mulligan Practitioner).

McKenzie pristup - Mehanička dijagnostika i terapija

Radi se o procjeni i terapiji mehaničkih problema prvenstveno kralješnice. Pristup daje naglasak na fizioterapiju intervertebralnog diska makar nudi rješenja i za većinu ostalih problema kralješnice. U terapiji koristi se nespecifična mobilizacija. U posljednje vrijeme pristup je proširen i na ekstremitete. Na kraju obrazovanja dobija se naziv specijalist mehaničke dijagnostike i terapije (cred. MDT).

U Hrvatskoj djeluje Hrvatska podružnica Međunarodnog McKenzie instituta, a međunarodno priznati tečajevi se organiziraju od 1998. godine.

Cyriax pristup - Ortopedska medicina

Osnivač - ortoped dr. James Cyriax. Pristup je prvenstveno orjentiran prema liječnicima zbog edukacije o primjeni kortikosteroida injekcijama, ali se u svijetu implementirao u postdiplomsko obrazovanje fizioterapeuta. Popularan pristup u Engleskoj, kao i Maitland.

Međunarodno priznati tečaj organizirani održavaju se u Hrvatskoj. Na kraju obrazovanja dobija se naziv OM.

Lewit pristup - Manualna medicina

Osnivač - Karel Lewitt, fizijatar iz Češke. Dio je edukacije specijalista fizikalne medicine, tj. fizijatara, ali tečajevima mogu pristupiti i fizioterapeuti.

Program se također u osnovi sastoji od pregleda i terapije zglobova, mišića i perifernih živaca.