

Što je manualna terapija?

Manualna terapija 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 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 kliznih 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".

Pristupi koji se bave manualnom terapijom:

Kaltenborn/Evjenth pristup - Ortopedska manualna terapija

Skandinavska škola manualne terapije koja uključuje kompletnu edukaciju procjene i terapije cijelog tijela. Jednako učinkovito se radi terapija hipomobilnih i hipermobilnih zglobova. U Hrvatskoj je školovanje, kroz tečajeve, započelo 2007. godine i u tijeku je obrazovanje druge generacije fizioterapeuta.

Maitland pristup - Ortopedska manualna terapija

Australska škola manualne terapije. Slična kvaliteta znanja se dobija kao kod prethodnog pristupa. Do sada nije bilo organiziranih tečajeva u Hrvatskoj.

Nakon završenog i jednog i drugog obrazovanja dobija se naziv ortopedskog manualnog terapeuta (OMT). Nakon završenog osnovnog obrazovanja, naziv je manualni terapeut (MT).

Cyriax pristup - Ortopedska medicina

Osnivač - ortoped dr. James Cyriax. Pristup je prvenstveno orijentiran prema liječnicima zbog edukacije o primjeni kortikosteroida injekcijama, ali se u svijetu implementirao u postdiplomsko obrazovanje fizioterapeuta. Popularan pristup manualne terapije u Engleskoj. Međunarodno priznati tečajevi organizirani u Hrvatskoj prije dvije godine, ali bez kontinuiteta. Na kraju obrazovanja dobija se naziv (OM)

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 specijalista iz mehaničke dijagnostike i terapije (MDT).

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

Butlerov pristup - Neurodinamika

Pristup se temelji na procjeni i terapiji problema sa perifernim živcima u vidu mobilizacije istih. Tečajevi do sada nisu organizirani u Hrvatskoj.

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

Radi se o trikovima za poboljšanje učinka terapije gdje se na klizne pokrete zglobova dodaje rotacijski pokret (normalni pokret).