

## MANUALNA TERAPIJA PO KALTENBORN/ EVJENTH PRISTUPU

Pod terminom manualna terapija, misli se prvenstveno na Kaltenborn/ Evjenth pristup, Maitland pristup te djelomično Cyriax. McKenzie pristup još uvijek ne pripada ovom duštvu što ne znači da neće u narednih nekoliko godina (uključenje ekstremiteta u pristup). Mulligan i neurodinamika spadaju u nadopune osnovnih pristupa.

Manualna terapija po Kaltenborn/ Evjenth pristupu specijalistički je dio mišićnokoštane fizioterapije koji se sastoji od diferencijalne i specifične procjene, terapije i mjerenja učinka. Za razliku od klasične terapije koja koristi osteokinematski pokret za dobivanje pokreta u zglobu, manualna terapija koristi artrokinematski, translatorni pokret (trakcije i klizanja). Takav način pokretanja zgloba manje je invazivan i bolan od navedenog jer ne stvara pritisak na kost i zglobnu hrskavicu te ravnomjerno napinje pasivne zglobne strukture.



Lijevo: Olaf Evjenth,  
Desno: Freddy Kaltenborn  
Parma, 2010.

Kaltenborn/ Evjenth ima sistematski pristup procjeni gdje se počinje s diferencijalnom procjenom struktura koji mogu uzrokovati bol i ograničenje pokreta (npr. da li bol uzrokuje n. femoralis, m. iliopsoas ili m. rectus femoris; da li bol prilikom aktivnosti pretklona u području desnog dijela zdjelice nastaje zbog kuka, sakroilijakalnog zgloba ili lumbalne kralješnice, itd.). Za diferencijaciju redovno se koriste provokacijski i opuštajući testovi uz primjereno kliničko razmišljanje. Kada se odgonetne u kojem je zglobu problem, počinje se sa specifičnom procjenom (uključuje aktivne i pasivne pokrete, ispitivanje krajnjeg osjeta, te translatornih pokreta u zglobu).

Kada se nađe specifičan problem koji uzrokuje smanjenu funkcionalnu aktivnost, ide se ili na mobilizaciju, ako je problem hipomobilnosti, ili na stabilizaciju, ako je problem hipermobilnosti u zglobu. Za povećanje mobilnosti koriste se translatorne mobilizacijske tehnike pa i manipulacija zgloba, ako je potrebna. Također koriste se i razne tehnike za mobilizaciju mišića - funkcionalna masaža, frikcijska masaža, istežanje metodom postizometričke relaksacije i autoistežanje. Za povećanje stabilnosti koriste se specifične stabilizacijske tehnike preko mišića.

I na kraju, ponovnim translatornim gibanjem i funkcionalnim pokretom, ispituje se dobiveni rezultat.

Kaltenborn/ Evjenth (KE) pristup zahtjeva dugotrajno obrazovanje poslije bakaleurata, ali daje kvalitetan temelj za učinkovitu terapiju.

Edukacija KE pristupa počela je u Hrvatskoj 2007. godine u suradnji Hrvatskog zbora fizioterapeuta (HZF) i Kaltenborn/ Evjenth International sa sjedištem u Norveškoj. 2009. godine suradnju nastavlja Hrvatsko društvo za manualnu terapiju HZFa. Tečajevi su se do sada održavali dva puta godišnje (u travnju i studenom) s time da se za slijedeću



Prva generacija polaznika  
tečajeva manualne terapije -  
Kaltenborn/Evjenth

godinu, 2011., namjeravaju intenzivirati na tri puta godišnje. Stalni voditelj i instruktor tečajeva je ortopedski manualni fizioterapeut iz Muenchena, Matthias Burkert. Za slijedeću godinu, za rehabilitacijski tečaj, predviđa se dolazak prof. Lasse Thue iz Norveške.