

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1: Informovaný souhlas	72
Příloha č. 2: Modifikovaná Tardieuova škála (obrázek) [65]	73
Příloha č. 3: Šablona použitého protokolu (obrázek).....	74
Příloha č. 4: Autoterapie – protažení flexorů lokte (obrázek) [59].....	75
Příloha č. 5: Autoterapie – aktivní pohyb do extenze lokte (obrázek) [59].....	76
Příloha č. 6: Autoterapie – protažení flexorů 2.-3. prstu (obrázek) [59]	77
Příloha č. 7: Autoterapie – protažení flexorů 4.-5. prstu (obrázek) [59]	78
Příloha č. 8: Autoterapie – aktivní rozevření dlaně (obrázek) [59]	79

PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Informovaný souhlas s poskytováním informací do kazuistiky v rámci bakalářské práce

Informovaný souhlas se zveřejněním informací o průběhu léčby a terapie v rámci kazuistiky v bakalářské práci na 2. LF UK, obor Fyzioterapie

Já, níže podepsaný/á, _____,

souhlasím se zveřejněním informací o mém zdravotním stavu, průběhu léčby a terapie (fyzioterapie, ergoterapie) v rámci kazuistiky v bakalářské práci. Rozumím a souhlasím s následujícími podmínkami:

- Informace budou použity výhradně pro účely zpracování kazuistiky v bakalářské práci autora Kateřiny Tůmové.
- Veškeré informace budou anonymizovány, což znamená, že nebudou zveřejněny žádné osobní údaje, které by mohly vést k identifikaci pacienta.
- Informace zahrnují, ale nejsou omezeny na popis zdravotního stavu, průběh léčby, fyzioterapeutické a ergoterapeutické intervence, výsledky léčby a relevantní klinické nálezy.
- Souhlasím se zveřejněním fotografií z vyšetření a terapie v prezentaci k obhajobě bakalářské práce a v textu praktické části bakalářské práce, které budou anonymizovány.
- Tento souhlas je dobrovolný a mám právo jej kdykoli odvolat.
- Mám právo požádat o přístup k veškerým informacím, které budou použity v kazuistice, a v případě potřeby požádat o jejich úpravu nebo klást jakékoli dotazy k informacím v kazuistice bez udání důvodu.
- Tento souhlas platí od data jeho podpisu a zůstane v platnosti po dobu nezbytnou pro dokončení a zveřejnění bakalářské práce.

Účelem praktické části bakalářské práce bude zhodnotit a ověřit funkčnost ověřených postupů v rehabilitaci horní končetiny u spastické hemiparézy. Do bakalářské práce budou použita data ze vstupního vyšetření a kontrolního měření s odstupem 8 týdnů. Pacientka bude podstupovat dále stejnou terapii jako doposud (ergoterapii, terapii s využitím virtuální reality apod.). Měření bude hodnoceno podle Klinického vyšetření spastické hemiparézy v pěti krocích dle Jeana-Michela Graciese.

Souhlasím se všemi výše uvedenými podmínkami a potvrzuji, že jsem byl/a plně informován/a o účelu a rozsahu zveřejnění informací.

Jméno, příjmení a datum narození pacienta:

Datum: _____ Podpis pacienta: _____

Jméno, příjmení a kontakt na autora bakalářské práce:

Datum: _____ Podpis autora bakalářské práce: _____

Příloha č. 2: Modifikovaná Tardieuova škála

Modified Tardieu Scale

Quality of muscle reaction

- 0 No resistance throughout the course of the passive movement
- 1 Slight resistance through the course of passive movement; no clear "catch" at a precise angle
- 2 Clear catch at a precise angle, interrupting the passive movement, followed by release
- 3 Fatiguable clonus (< 10 s when maintaining the pressure) appearing at a precise angle
- 4 Unfatiguable clonus (>10 s when maintaining the pressure) at a precise angle
- 5 Joint immovable

Joint angles

Measure relative to the position of minimal stretch of the muscle (corresponding to angle zero) for all joints except the hip, where it is relative to the resting anatomic position (eg, angle zero corresponds to the ankle at 90 deg and the hip at midline)

- R1 Angle of muscle reaction
- R2 Angle of full range of motion (passive range of motion)

Definition of velocities used

- V1 As slow as possible (slower than the natural drop of the limb segment under gravity)
- V2 Speed of the limb segment falling under gravity
- V3 As fast as possible (faster than the rate of the natural drop of the limb segment under gravity)

Adapted from Bohannon and Smith and Boyd et al.^{1,2}

Příloha č. 3: Šablona použitého protokolu – vyšetření spastické parézy pro HK

Jméno a příjmení Cyklus btx aplikace		Datum vyšetření Pojistovna		Kontrolní vyšetření									
Horní končetina - vyšetření spastické parézy													
Modifikovaný Frenchay test	Pohyb	Test sval	Progrese s - detekce prahu pohybu	pasivní rozsah pohybu	úhel spasticity	stupeň spasticity	aktivní rozsah pohybu	aROM/15s	počet RAP za 15s	Koeficient zkrácení	Koeficient spasticity	Koeficient slabosti	Koeficient únavy
/100	Rameno	XP	XV1	XV3	Y	XA	A15	N15	(Xv-Xv1)/Xv	(Xv1-Xv3)/Xv1	(Xv1-A)/Xv1	(A-A15)/A	
otevření sklenice	FLEXE s ext lokte	LD, TM, Rhomb-mid trap >60°, PM>90°								1,00	#####	#####	#####
pravítko	FLEXE s flx lokte	Idem + LHT								1,00	#####	#####	#####
velká láhev	Extenze	Ant delt, SS, CB									#####	#####	#####
malá láhev	Abdukce	LD, PM									#####	#####	#####
napít se ze sklenice	Elevace	LD, PM+Rhomb-mid trap								1,00	#####	#####	#####
količky	Horizont. ABD	PM, Tm, IS								1,00	#####	#####	#####
česání	Zevní rotace v ADD	SS, PM								1,00	#####	#####	#####
pasta	Zevní rotace v ABD	SS, PM + LD, TM								1,00	#####	#####	#####
přibor	Vnitřní rotace	IS, Tm									#####	#####	#####
zametání	Loket												
průměr	EXT vertik.	BB, B, BR								1,00	#####	#####	#####
lepídko	extenze horizont.	BB, B, BR								1,00	#####	#####	#####
mince	FLX - rameno neut. pozice	TB wo LHT								1,00	#####	#####	#####
Poznámky:	Flexe - rameno FLX	TB + LHT								1,00	#####	#####	#####
	SUP - FLX	PQ								1,00	#####	#####	#####
	SUP - EXT	PQ+PT								1,00	#####	#####	#####
	Pronace -	Supinator								1,00	#####	#####	#####
	Flexe - lokte	Supinator +								1,00	#####	#####	#####
	Extenze - lokte												
	Zápěstí												
	Extenze - zápěstí	FCR, FCU, EDS, EDP								1,00	#####	#####	#####
	Extenze - lokte	FCR, FCU, EDS, EDP								1,00	#####	#####	#####
	Flexe - zápěstí	ECU, EDC								1,00	#####	#####	#####
Flexe - lokte	ECU, EDC								1,00	#####	#####	#####	
Prsty	EXT PIP1	FDP 2,3,4,5								1,00	#####	#####	#####
	EXT MCP1	FDS 2,3,4,5								1,00	#####	#####	#####
	EXT MCP2	PL, IOP&D								1,00	#####	#####	#####
	EXT PIP2	Lumbrical								1,00	#####	#####	#####
	EXT palce	flx pollicis								1,00	#####	#####	#####
	EXT palce (zapěstí flexe)	flx pollicis brevis									#####	#####	#####
	Oppozice	Opponens									#####	#####	#####
	Abdukce	Adductor									#####	#####	#####
	Svaly	idávka btx	progres stráž.	RAP	SS			FDS					OP
	LD - TM				BA - BR - BB			FDP					FPL
Triceps LH				FCU			lumb-interos					FPB	
PM				FCR			PT-PQ					ADD	

Příloha č. 4: Autoterapie – protažení flexorů lokte

LOKET – Cvik 28

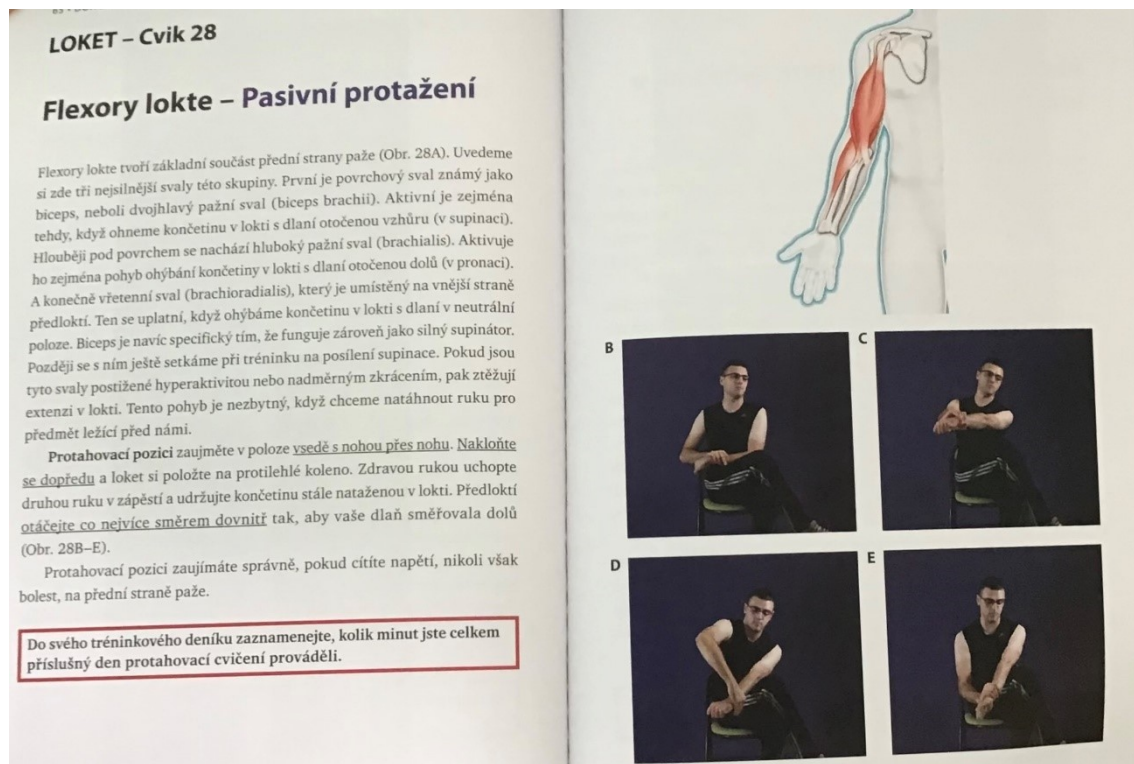
Flexory lokte – Pasivní protažení

Flexory lokte tvoří základní součást přední strany paže (Obr. 28A). Uvedeme si zde tři nejsilnější svaly této skupiny. První je povrchový sval známý jako biceps, neboli dvojhlavý pažní sval (biceps brachii). Aktivní je zejména tehdy, když ohneme končetinu v lokti s dlaní otočenou vzhůru (v supinaci). Hluběji pod povrchem se nachází hluboký pažní sval (brachialis). Aktivuje ho zejména pohyb ohýbání končetiny v lokti s dlaní otočenou dolů (v pronaci). A konečně vřetení sval (brachioradialis), který je umístěn na vnější straně předloktí. Ten se uplatní, když ohýbáme končetinu v lokti s dlaní v neutrální poloze. Biceps je navíc specifický tím, že funguje zároveň jako silný supinátor. Později se s ním ještě setkáme při tréninku na posílení supinace. Pokud jsou tyto svaly postižené hyperaktivitou nebo nadměrným zkrácením, pak ztěžují extenzi v lokti. Tento pohyb je nezbytný, když chceme natáhnout ruku pro předmět ležící před námi.

Protahovací pozici zaujměte v poloze všedě s nohou přes nohu. Nakloňte se dopředu a loket si položte na protilehlé koleno. Zdravou rukou uchopte druhou ruku v zápěstí a udržujte končetinu stále nataženou v lokti. Předloktí otáčejte co nejvíce směrem dovnitř tak, aby vaše dlaň směřovala dolů (Obr. 28B–E).

Protahovací pozici zaujímáte správně, pokud cítíte napětí, nikoli však bolest, na přední straně paže.

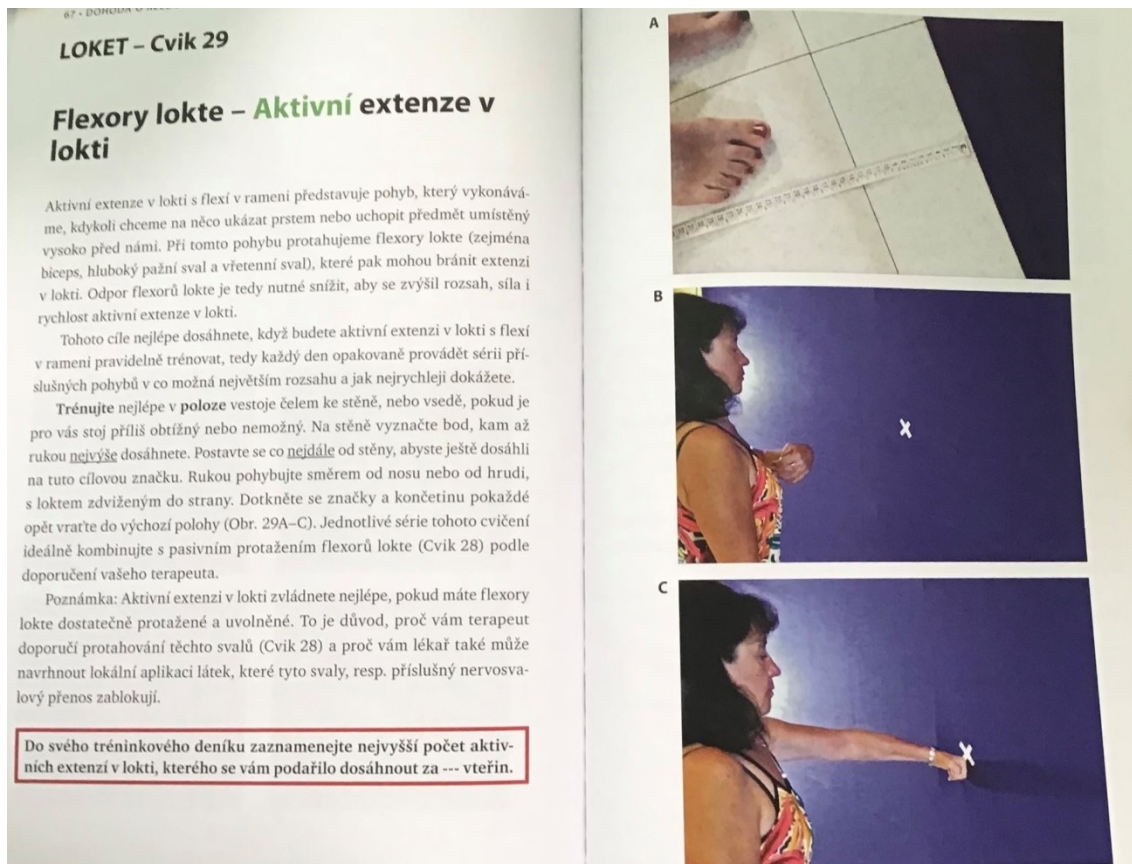
Do svého tréninkového deníku zaznamenejte, kolik minut jste celkem příslušný den protahovací cvičení prováděli.



Obr. 28

≥ -- minut ≥ -- krát za den

Příloha č. 5: Autoterapie – aktivní pohyb do extenze lokte



Příloha č. 6: Autoterapie – protažení flexorů 2.-3. prstu

RUKA – Cvik 36

Flexory II. a III. prstu – Pasivní protažení

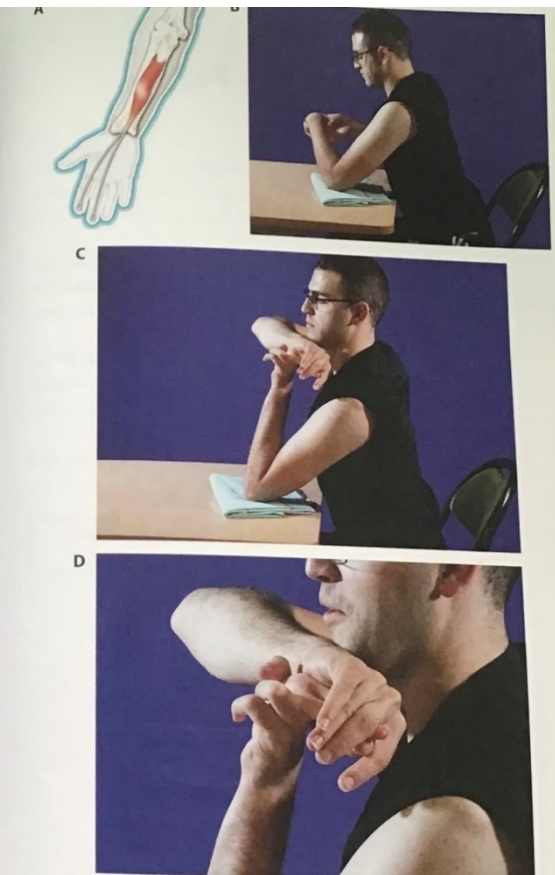
Povrchový a hluboký flexor (flexor digitorum superficialis a profundus) ukazováku (II. prstu) a prostředníku (III. prstu) jsou uloženy na přední straně předloktí (Obr. 36A). Kromě pokrčování II. a III. prstu se tyto svaly podílejí také na ohýbání ruky v zápěstí.

Pokud jsou tyto svaly postižené hyperaktivitou nebo nadměrným zkrácením, pak ztěžují extenzi II. a III. prstu. Tento pohyb je nezbytný, kdykoli chceme uchopit do ruky libovolný, zejména objemnější předmět.

Protahovací pozici zaujmete v poloze vsedě. Zdravou rukou pevně uchopíte zároveň ukazovák i prostředník (II. a III. prst) a tlakem je ohýbáte dozadu. Zápěstí přitom také ohýbáte co možná nejvíce směrem nahoru a dozadu (Obr. 36B–D).

Protahovací pozici zaujímáte správně, pokud cítíte napětí, nikoli však bolest, na přední straně předloktí.

Do svého tréninkového deníku zaznamenejte, kolik minut jste celkem příslušný den protahovací cvičení prováděli.



Obr. 36

≥ -- minut ≥ -- krát za den

Příloha č. 7: Autoterapie – protažení flexorů 4.-5. prstu

RUKA – Cvik 37

Flexory IV. a V. prstu – Pasivní protažení



Povrchový a hluboký flexor (*flexor digitorum superficialis* a *profundus*) prsteníku (IV. prstu) a malíku (V. prstu) jsou uloženy na přední straně předloktí (Obr. 37A). Kromě pokrčování IV. a V. prstu se tyto svaly podílejí také na ohýbání ruky v zápěstí.

Pokud jsou tyto svaly postižené hyperaktivitou nebo nadměrným zkrácením, pak ztěžují extenzi IV. a V. prstu. Tento pohyb je nezbytný, kdykoli chceme uchopit do ruky libovolný, zejména dlouhý a úzký předmět (např. vidličku nebo smeták).


Protahovací pozici zaujměte v poloze vsedě. Zdravou rukou pevně uchopte zároveň prsteník i malík (IV. a V. prst) a tlakem je ohýbejte vzhůru. Zápěstí přitom také ohýbejte co možná nejvíce směrem nahoru a dozadu (Obr. 37B–D).

Protahovací pozici zaujímáte správně, pokud cítíte napětí, nikoli však bolest, na přední straně předloktí.

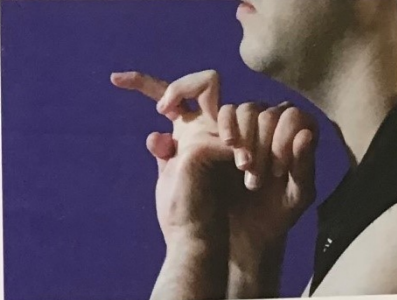
Do svého tréninkového deníku zaznamenejte, kolik minut jste celkem příslušný den protahovací cvičení prováděli.

C



D



Obr. 37

≥ -- minut ≥ -- krát za den

Příloha č. 8: Autoterapie – aktivní rozevření dlaně

Flexory II. – V. prstu – Aktivní rozevření celé ruky

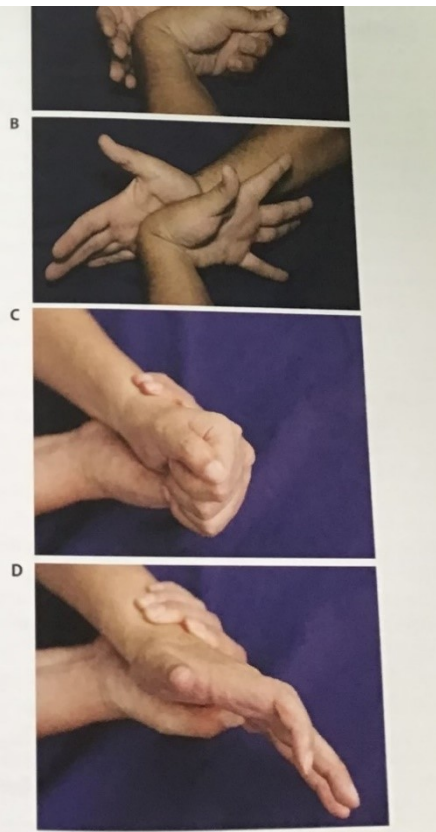
Aktivní extenze všech prstů představuje pohyb nezbytný k manipulaci s velkými předměty (např. míčem, hrnkem, lahví nebo botou). Při tomto pohybu se protahují hluboký a povrchový flexor prstů a mezikostní svaly všech prstů, které pak mohou bránit jejich extenzi. Cílem je tedy snížit odpor, který tyto flexory kladou, aby se zvýšil rozsah, síla a rychlost pohybu rozevření ruky.

Tohoto cíle nejlépe dosáhnete, když budete každý den opakovaně provádět sérii aktivních rozevírání celé ruky v co možná největším rozsahu a jak nejrychleji dokážete.

Trénujte v poloze vsedě. Začněte v pozici, ve které držíte zdravou rukou zápěstí ochrnuté (paretické) končetiny plně pokrčené (Obr. 38A–B). Až pro vás bude toto cvičení příliš snadné, začněte v pozici, kdy je zápěstí narovnané (v neutrální pozici) a prsty sevřené v pěst. Nyní zkuste rozevřít prsty, co nejvíce dokážete (Obr. 38C–D). Jednotlivé série tohoto cvičení ideálně kombinujte s pasivním protažením flexorů prstů (Cviky 36, 37 a 40) podle doporučení vašeho terapeuta.

Poznámka: Aktivní rozevření celé ruky zvládnete nejlépe, pokud máte flexory prstů (hluboký a povrchový flexor) a mezikostní svaly dostatečně protažené a uvolněné. To je důvod, proč vám terapeut doporučí protahování těchto svalů (Cviky 36, 37 a 40) a proč vám lékař také může navrhnout lokální aplikaci látek, které tyto svaly, resp. příslušný nervosvalový přenos zablokují.

Do svého tréninkového deníku zaznamenejte nejvyšší počet aktivních rozevření celé ruky, kterého se vám podařilo dosáhnout za --- vteřin.



Obr. 38
Nejvyšší počet za -- sekund, -- opakování za den