



Steg 7

Kontroll av halsryggens funktion vid lokal muskulär uttröttnings och belastning, global uttröttnings samt pulsbelastning.

Vid motion och träning uppstår ibland symtom i huvud och halsrygg efter skadan, dessa symtom kan vara svårtolkade då de ofta liknar delar av de symtom man hade vid den akuta skadepersoden. Det finns många delar i hjärnskakningen och den cervikala distorsionen som kan vara del i dessa symtom. För att utvärdera halsryggens del så behöver vi förstå principen om hur halsryggen arbetar vid generell uttröttnings.

Vid syreskuld tenderar vi att extendera i cervikalen för att på så vis "öppna alla spjäll" på vid gavel för att optimera syreintaget. Detta gör alla människor men den skadade kan ha en känslighet i detta system och hamnar ofta i en statisk aktivering av främst extensorerna och retade cervikala facettleder belastas i den, ofta känsliga, känsliga extensionen.

När man ser tillbaka i Nacktrappan och följer den skadades väg med tidig nedsatt rörlighet, svårighet att rekrytera viss muskulatur så kan man till slut förstå vilka strukturer som kan vara del i de symtom patienten kan få.

Bedömning och testning av halsryggens funktion vid uttröttnings och belastning.

Utsätt den skadade för den miljö eller aktivitet som reproducerar besvären och skapar symtom. Gå igenom undersökningstrategierna från nacktrappans alla steg, här upptäcker du ofta att något av stegen "hakar upp sig". Det innebär då att just denna del av skadan inte har återfått uthållighet, inte bara muskulärt men även rent ledmässigt vad gäller rörlighet och klinisk och funktionell stabilitet.

Behandling av besvär utlösta av muskulär uttröttnings och belastning, globalt och lokalt samt vid pulsbelastning

Undervisa patienten för att öka förståelsen av de symtom som kan uppstå. Strategier för att hantera det?

Vid högsta kraft, ex träningsmoment är det inte ovanligt med stor belastning i extension

Kraftsinnet kan tänkas vara i funktion. Force steadiness, Force kontroll. Hög belastning cervikala facettleder i extension vilket förutsätter full extension och flexorstyrka för att motverka det. Patientens behöver förstå vad som händer och få strategier att hantera det, exempelvis tuggummiburken.

Vad händer vid syreskuld. Cervikal i extension. Strategier. Träna vissa funktioner.

Thorakal intervention alltid indicerat vid cervikala besvär. Upplever ibland god hjälp av thorakal behandling för att underlätta besvär vid höga pulsnivåer. Kan möjligen förklaras av Sympatikus.

Autonoma nervsystemet påverkas av manuell terapi kopplat till de olika lokaliseringarna för de cervikala ganglion, men...

- Nedre cervikal förefaller påverka Sympatikus i högre grad, medan övre cervikal påverkar Parasympatikus i högre grad.
- Thorakal betydelsefull för autonoma nervsystemet.

Compass 31 är ett validerat formulär för screening av autonom dysfunktion (Composite Autonomic System Score 31).