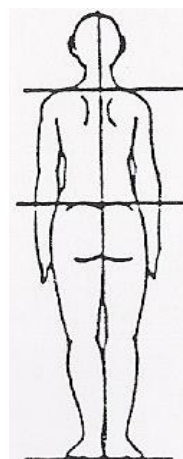
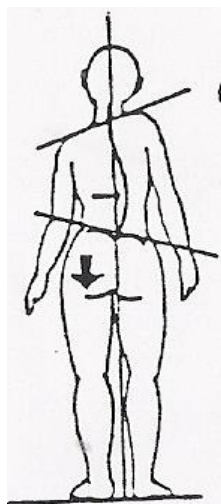


Může člověk sám na sobě poznat vychýlení kyčelní kosti?

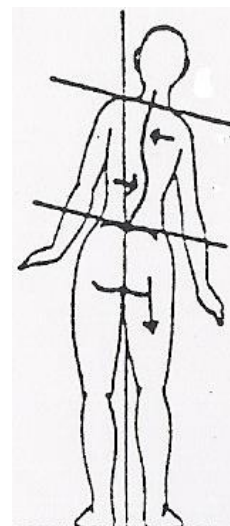
Člověk s normálními kyčelními kostmi má linii ramen i linii kyčelní kosti v rovině.



Člověk, který trpí úchylkou pravé kyčelní kosti, naklání své tělo vpravo, pravá noha se stává kratší, tím je pravá kyčelní kost níž než levá. K udržení rovnováhy těla přenáší člověk váhu vlevo, páteř se ohýbá vpravo, šíje vlevo a hlava se naklání vpravo. Pravé rameno, které je ovlivněno ohnutou páteří, je výš než levé – obrázek vlevo.



Pokud nedojde k nápravě, tak po nějaké době si člověk snaží ulevit od bolesti a začne přenášet váhu těla na pravou končetinu. Ohnutá páteř se již nedokáže zcela narovnat, ale k udržení rovnováhy se ohýbá vlevo a levé rameno se dostává výš než pravé. Ovlivněny jsou již i ramena, lokty, zápěstní i prstové klouby, ale i žebra – obrázek vpravo.



Znaky úchylky kyčelní kosti:

Uvedu příklady při uchýlení pravé kyčelní kosti

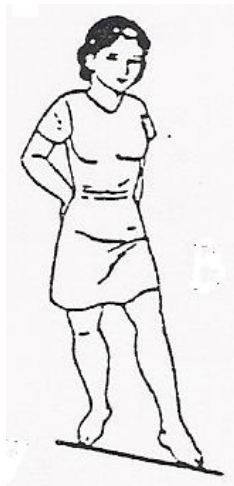
Sed na židli:

1. horní část těla se naklání k jedné straně a hlava se přirozeně naklání na druhou stranu - když se záměrně dává jedna noha vždy před druhou



2. při kladení nohy přes nohu se snadněji dává levá noha navrch





Ve stoji:

1. při zaujmutí „odpočinkového postoje“ se pravá noha jeví kratší a člověk vždy nejprve rozpřahuje levou končetinu šikmo vpřed.
2. mnohdy je ponechána tíže těla na pravé končetině

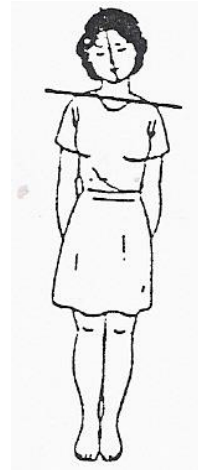
Při chůzi:

1. vkládá člověk tíhu těla na levou končetinu, k udržení rovnováhy se páteř sklání vpravo a tělo vlevo. Následkem toho je levé rameno níž a k obnovení rovnováhy těla se hlava sklání vpravo



Klek:

1. Pokud chce člověk klečet na jedné straně, je pro něj snadnější nasměrovat obě kolena vlevo. Pokud kolena nasměruje vpravo, má pocit, že klečí nestabilně a nepohodlně.

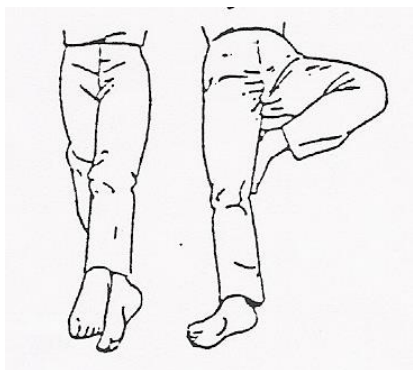


Leh na břicho:

1. levá končetina se nevědomky kroutí a pravá je přímá
2. pravá kyčelní linie je vyšší než levá: když je vychýlená pravá kyč.kost, nastává chronicky špatný oběh krve v okolí pravé kyčelní kosti a dochází k napnutí a ztuhnutí okolních svalů. To znesnadňuje roztahování pravého kyčelního kloubu a pravou kyčel pozvedává



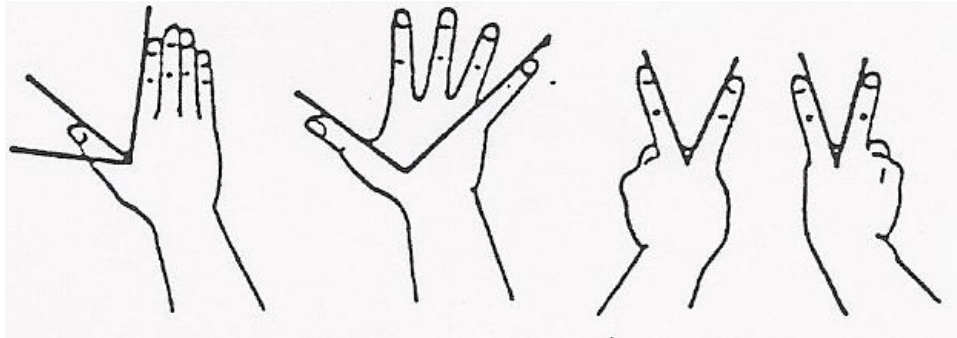
Leh na zádech:



1. levá končetina je vložena pod pravou
2. pravá končetina je napjatá a levá zkroucená
3. levá končetina se vytáčí ven

Roztahování prstů ruky:

1. odtáhnutí palce levé ruky od ostatních složených prstů šířeji než u pravé ruky
2. roztáhnutí prstů levé ruky šířeji než u pravé



Zdroj: Nápravná léčba kyčelní kosti tisknutím-hnětením, Dr.Masayuki Saionji

Kontakt: Jitka Vaššová, tel. 604 528 252, E-mail: vassovaj@seznam.cz