

Terapeuta: w pozycji stojącej, przed lub za pacjentem.

Wykonanie: pacjent jest proszony o chód w pozycji pełnego przysiadu, pięty pozostają w kontakcie z podłożem.

Ocena: porównanie zakresu ruchomości w stawie biodrowym, kolanowym i skokowym między stronami, oraz patrząc z tyłu ocena ewentualnego unikania ruchów, jak np. w zaawansowanym zwyrodnieniu stawu biodrowego lub kolanowego, procesach zapalnych stawu. W razie podejrzeń należy przeprowadzić dalsze badania.

Czynny ruch kręgosłupa (ryc. 2.7 i 2.8)

Zastosowanie: test przesiewowy dla kręgosłupa.

Pacjent: w pozycji stojącej.

Terapeuta: w pozycji stojącej, za pacjentem.

Wykonanie: pacjent proszony jest o wykonanie zgięcia, skłonu bocznego, rotacji i następnie wyprost kręgosłupa.

Ocena: zwrócenie uwagi na ogólną, miejscową i segmentarną ruchomość kręgosłupa w następujących ruchach:

- Zgięcie:
 - Ogólny zakres ruchomości (różny w zależności od typu budowy ciała).
 - Segmenty lub obszary, w których nie zachodzi ruch (hipomobilność).
 - Różnice wysokości między stronami klatki piersiowej przy maksymalnym skłonie: jednostronne uniesienie wskazuje na skoliozę.
- Skłon boczny:
 - Porównanie zakresu ruchomości między stronami.



Ryc. 2.6 Squatting-Test



Ryc. 2.7 Czynny ruch kręgosłupa w pozycji zgięcia