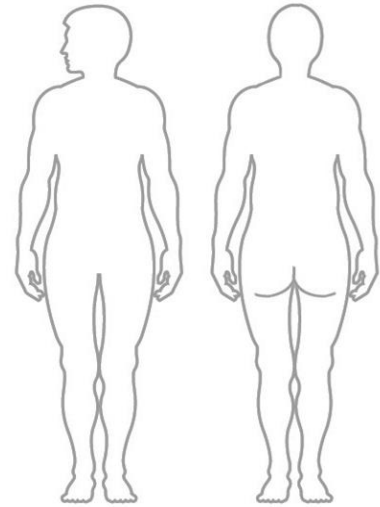


Jméno: _____
 Datum narození: _____ Věk: _____
 Adresa: _____
 Telefon nebo e-mail: _____
 Povolání: _____

 Pohybové aktivity: _____

 Operace: _____
 Úrazy: _____
 Léky: _____

 Gynekologie: _____
 Urologie: _____
 Současné potíže / symptomy: _____



1. **Současná kondice:** výborná dobrá špatná kolísavá
2. **Stadium bolesti:** akutní subchronické chronické
3 měsíce 3 - 6 měsíců 6 a více měsíců
3. **VAS (visual analog scale):** 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

4. **Dosavadní terapie:** _____

5. **Pracovní prostředí (Ergonomie)**

židle:

- s opěrkami bez opěrek stabilní na kolečkách

umístění PC:

- střed níže výše

vzdálenost PC:

- méně než 30 cm méně než 60 cm méně než 80 cm

osvětlení v místnosti:

- žárovky zářivky led přirozené

klimatizace:

- ano ne

6. **Domácí prostředí (Ergonomie)**

podlaha:

- plovoucí koberec dřevěná linoleum dlažba

funkční nábytek:

- židle s opěrkami židle bez opěrek
 křeslo měkké křeslo tvrdé
 matrace měkká matrace tvrdá matrace střed

MOTORICKÝ VÝVOJ

7. Motorický vývoj do 1. roku (uved'te ve kterém měsíci):

otáčení..... sed..... lezení po čtyřech..... stoj..... chůze.....

8. Ranní fáze motorického učení (předškolní věk 1. - 6. rok):

pohybové aktivity:

četnost:

četnost:

a) jízda na kole

d) atletika

b) lyžování

e) gymnastika

c) plavání

zájmové kroužky:

četnost:

četnost:

a) keramika

d) hudební nástroj

b) výtvarná výchova

e) jazyky

c) zpěv

9. Pozdní fáze motorického učení (7. - 14. rok):

pohybové aktivity:

četnost:

četnost:

a) jízda na kole

d) atletika

b) lyžování

e) gymnastika

c) plavání

10. Pozdní fáze motorického učení (15. - 22. rok):

pohybové aktivity:

četnost:

četnost:

a) jízda na kole

d) atletika

b) lyžování

e) gymnastika

c) plavání

11. Aktuální pohybové aktivity:

12. Aktuální zájmy:

ZHODNOCENÍ

13. Zhodnocení dalších odchylek od normy

kubity valga / vara

P / L

coxa valga / vara

P / L

genua valga / vara

P / L

14. Svalová koaktivace:

a) ve stoje

ano

ne

b) v sedě na zemi

ano

ne

c) v sedě na židli

ano

ne

d) v leže na zádech (natažené DKK)

ano

ne

15. ROZSAH POHYBU

omezen

není omezen

Které klouby?

Při jakých činnostech?

Při jakých pohybech?

16. MOBILITA PÁNVE

a) ve stoje

b) v sedě na židli

c) v leže na břiše

d) v leže na zádech

17. NÁVRH DO TERAPIE ACT®

ano

ne

Polohy I. trimenonu

Vzpěr v poloze na zádech.

ano ne

Vzpět v poloze na bok.

ano ne

Vzpěr v poloze na břicho.

ano ne

symptomy

Polohy II. trimenonu

Vzpěr z polohy na zádech do polohy na bok.

ano ne

Šikmý sed nízký.

ano ne

ano ne

symptomy

Polohy III. trimenonu

Vzpěr z polohy NŠS do polohy na čtyřech.

ano ne

Vzpěr z polohy na břicho do polohy na čtyřech.

ano ne

Vzpěr v poloze na čtyřech.

ano ne

Vzpěr ve vysokém šikmém sedu.

ano ne

Vzpěr v sedu na zemi.

ano ne

symptomy

Polohy IV. trimenonu

Vzpěr na kolena.

ano ne

Vzpěr do nároku.

ano ne

Vzpěr z nároku do stoje.

ano ne

Vzpěr ve stoje vzpěrná chůze.

ano ne

Vzpěrná chůze.

ano ne

symptomy

Vzpěrné cvičení v ADL.

ano ne

Vzpěrná cvičení v kond. programu.

ano ne

Vzpěrná cvičení s pomůckami.

ano ne

symptomy

ACT V ADL

Otočka ve vzpěru z polohy na zádech do polohy na boku.

ano ne

Otočka ve vzpěru z polohy na břicho do polohy na boku.

ano ne

Vzpěr z polohy na břicho do polohy na čtyřech.

ano ne

Vzpěr z polohy na čtyřech do nároku.

ano ne

Vzpěr z nároku do stoje.

ano ne

Vzpěr při zvedání břemene.

ano ne

Vzpěr při vstávání ze židle.

ano ne

symptomy
