# BGLSK week 3, herkansingen

Alle stations, oefenvragen. Klassikaal, met een bank in het midden. Iemand is aan de beurt en moet zeggen welk station. Dan pakken wij er een vraag uit, die moet hij voordoen. Wij wijzen iemand aan die een tip moet geven en iemand die een top moet geven (aan de hand van de presentielijst). Een atlas en kendall en kendall lenen, zodat we dingen kunnen opzoeken.

## 101 Inspectie

- beoordeel of de patiënt in het lood staat
loodlijn: oorlel, schouder, trochanter major, iets voor midden knie en iets voor laterale malleolus

1. beoordeel de stand van het bekken in het frontale vlak.

2. beoordeel de stand van art. genu in het sagittale vlak.

3. beoordeel de stand van de voet links in het frontale vlak.

4. beoordeel de stand van de thoracale wervelkolom in het frontale vlak.
scoliose, gibbus, taille driehoek, ruit van Michaelis (sips, craniale deel bilnaad, L5)

5. beoordeel de krommingen van de wervelkolom in het saggitale vlak.

6. beoordeel de stand van de art. coxae links in het frontale vlak.
punten links en rechts op dezelfde hoogte, spiercontouren bovenbeen (luchtfiguur tussen benen), bilnaad verticaal en bilplooien gelijke hoogte, Mickuliz (caput femoris, midden patella, midden BSG, 2e teen).

7. beoordeel de stand van het os ilium rechts in het sagittale vlak.

8. beoordeel of er sprake is van veranderingen BE in frontale vlak.

9. beoordeel of er sprake is van een verandering van de onderste extremiteit in het saggitale vlak.

## 102 Palpatie

- Lokaliseer en teken in het os naviculare.

- Lokaliseer en teken in de trigonum femorale laterale.
sias, sartorius, tensor fascia latae

- Lokaliseer de hamstrings.

- Beoordeel of er sprake is van vocht in de art. genus.
fluctuatietest, werkt al bij minimale hoeveelheid vocht. Mediale zijde, lateraal strijken, mediaal golfje. Kussentje eronder.

1. Lokaliseer en teken in de spina iliaca posterior superior.

2. Lokaliseer en teken in het tuberculum van Gerdi.
tensor fascia latae hecht aan.

4. Lokaliseer en teken in de gewrichtsspleet van de art DIP 3.

6. Lokaliseer en teken in de m. peroneus longus.

7. Lokaliseer en teken in de m. semitendinosus.

10. Lokaliseer de a. femoralis.

11. lokaliseer de a. dorsalis pedis
tussen 1e en 2e straal, iets distaal van midden.

## 103 FAO

- onderzoek of er sprake is van een verzwakking van de abductoren rechts.
sta op rechts, pelvic drop naar rechts

- voer een ganganalyse uit, gericht op de BE

- voer een ganganalyse uit, gericht op OE

1. benoem en laat zien de evt. veranderingen in het gaan met een krachtsvermindering van de dorsaalflexoren van de voet links.
spierkracht 3, klapvoet. Kleiner, hanentred.

2. benoem de evt. veranderingen in het gaan met arthrodese van art. coxae rechts.
optillen, duchenne achtig. Of draaien van romp.

3. benoem de evt. veranderingen in het gaan met een krachtsafname van de abductoren van de art. coxae links.

4. benoem de evt. veranderingen in het gaan met een arthrodese van de art. genus rechts (arthrodese is het operatief fixeren van een gewricht in de nulstand).

5. benoem de evt. veranderingen in het gaan met een pijnlijke extensie in de grote teen.

6. benoem de evt. veranderingen in de wijze waarop iemand opstaat uit een lage stoel, indien sprake is van een ernstig beperkte flexie van de knie.

7. benoem de evt. veranderingen in de wijze waarop iemand zijn veterschoenen aantrekt bij mobiliteitsvermindering in de enkel, knie en/of heup.

## 104 Weerstandsonderzoek

1. Toon aan dat er sprake is van pijn provocatie in het musculotendinogene apparaat van de m. soleus links.
knie buigen, gastrocnemius actief insufficiënt

9. Demonstreer of er sprake is ven een verminderde spierkracht van de m. quadriceps femoris links.
heup gestrekt, want rectus femoris is actief insufficiënt bij flexie heup.

8. Demonstreer of er sprake is ven een verminderde spierkracht van de m. gluteus maximus links.
buik lig, knie buigen voor actieve insufficiëntie hamstrings

12. Differentieer de kracht van de afzonderlijke delen van de m. quadriceps.
rectus uitschakelen 🡪 heup flexie. Vastus medialis 🡪 exorotatie knie. Vastus lateralis 🡪 endorotatie knie.

13. Differentieer de kracht van de afzonderlijke delen van de abductoren van de heup.
gluteus minimus 🡪 lichte flexie en endo.
gluteus medius 🡪 vooral abductie. Voorste vezels flexie en exo, achterste extensie en endo.
gluteus maximus 🡪 extensie en exo
tensor fascia latae 🡪 abductie, klein beetje endo. Meer voor het peesblad.

2. Toon aan dat er sprake is van pijn provocatie in het musculotendinogene apparaat van de m. biceps femoris rechts.
heup extensie en exorotatie. Korte en lange kop.

3. Toon aan dat er sprake is van pijn provocatie in het musculotendinogene apparaat van de m. tibialis posterior links.

4. Toon aan dat er sprake is van pijn provocatie in het musculotendinogene apparaat van de m. flexor hallucis longus.

6. Demonstreer of er sprake is ven een verminderde spierkracht van de m. extensor hallucis longus en brevis.

7. Demonstreer of er sprake is ven een verminderde spierkracht van de m. semitendinosus.

## 105 Passief onderzoek

- Voer een voorste schuiflade test bij de knie uit

- voer een uitgestelde voorste schuiflade test uit bij de enkel

2. Demonstreer of er sprake is van een verminderde mobiliteit in de eversierichting van de art. talocalcaneare links.

9. Demonstreer of er sprake is van een verhoogde gevoeligheid (primaire hyperalgesie) uitgaande van het ventrale kapselbandapparaat van de art. talocruralis.

5. Demonstreer of er sprake is van een veranderde weerstand (kwaliteit van de eindremming) in de plantairflexierichting van de art.talocruralis rechts.

8. Demonstreer of er sprake is van een verminderde mobiliteit in de endorotatierichting van de art. genu rechts.

1. Demonstreer of er sprake is van een verminderde mobiliteit in de plantairflexierichting van de art. talocruralis links.

7. Demonstreer of er sprake is van een veranderde weerstand (kwaliteit van de eindremming) in de flexierichting van de art.coxae rechts.

3. Demonstreer of er sprake is van een verminderde mobiliteit in de extensierichting van de art. genu rechts.

4. Demonstreer of er sprake is van een verminderde mobiliteit in de extensierichting van de art. coxae links.

6. Demonstreer of er sprake is van een veranderde weerstand (kwaliteit van de eindremming) in de flexierichting van de art. coxae rechts.

## 106 Oefenen en sturen

Geef 2 spierversterkende oefeningen voor de m. tibialis anterior met MRC 2

Geef 2 mobiliserende oefeningen voor het rekken van rectus femoris

Geef 2 spierversterkende oefeningen voor de m. gluteus medius MRC 3

Geef 2 mobiliserende oefeningen voor het rekken van verkorte hamstrings met het accent op de M biceps femoris

Geef 2 spierversterkende oefeningen voor de m. vastus lateralis.

Geef 2 spierversterkende oefeningen voor de hamstrings.

Geef 2 mobiliserende oefeningen voor de flexie van het kniegewricht.

Geef 2 mobiliserende oefeningen voor de extensie van het heupgewricht