

Indice

Abbreviazioni _____	9
Istruzioni per l'uso _____	10
Torace _____	12
Tipo e posizioni dell'articolazione _____	12
Regione interessata: STCV? Coste? _____	14
Orientamento: posizione? Dolore? (Palpazione delle ossa) _____	16
Orientamento: tono? Dolore? (Palpazione dei muscoli) _____	20
Localizzazione: regione interessata? _____	22
Localizzazione: segmento interessato? _____	26
Test veloce: escluse altre regioni? _____	32
STCV	
Funzione: mobile? Elastica (sensazione finale)? _____	34
Gioco articolare: ipermobile? Ipomobile? _____	42
Nervi: mobili? Asintomatici? _____	44
Valutazione: mobilità? Indicazione? Controindicazione? _____	46
Attività antalgica _____	48
Miglioramento dell'estensione _____	54
Miglioramento della rotazione e dell'inclinazione laterale in estensione _____	60
Miglioramento della flessione _____	66
Miglioramento della rotazione e dell'inclinazione laterale in flessione _____	70
Miglioramento della mobilità dei nervi periferici _____	76
Coste	
Localizzazione: quale costa? _____	78
Funzione: mobile? Elastica (sensazione finale)? _____	82
Gioco articolare: ipermobile? Ipomobile? _____	84
Valutazione: mobilità? Indicazione? Controindicazione? _____	88
Attività antalgica _____	90
Miglioramento di inspirazione ed espirazione _____	92
Miglioramento dell'espirazione _____	96
Miglioramento dell'inspirazione _____	100
Regione lombopelvica _____	102
Tipo e posizioni dell'articolazione _____	102
Regione interessata: articolazione dell'anca? Articolazione sacroiliaca? SLCV? _____	106
Orientamento: posizione? Dolore? (Palpazione delle ossa) _____	116
Orientamento: tensione? Dolore? (Palpazione dei legamenti) _____	124
Orientamento: tono? Dolore? (Palpazione dei muscoli) _____	126
Orientamento: dolore? (Palpazione dei nervi) _____	134
Orientamento: funzione disturbata? _____	138
Localizzazione: regione interessata? _____	140
Localizzazione: segmento interessato? _____	154
Test veloce: escluse altre regioni? _____	160
SLCV	
Funzione: mobile? Elastica (sensazione finale)? _____	162

Gioco articolare: ipermobile? Ipomobile? _____	170
Nervi: conduttori? _____	174
Nervi: mobili? Asintomatici? _____	178
Struttura interessata: nervo? Muscolo? _____	182
Valutazione: mobilità? Indicazione? Controindicazione? _____	184
Attività antalgica _____	186
Miglioramento della flessione _____	194
Miglioramento della rotazione e dell'inclinazione laterale in flessione _____	198
Miglioramento dell'estensione _____	204
Miglioramento della rotazione e dell'inclinazione laterale in estensione _____	208
Miglioramento della mobilità dei nervi periferici _____	214
Articolazione sacroiliaca	
Localizzazione: lato interessato? _____	220
Funzione: dolore? Posizione? _____	222
Gioco articolare: ipermobile? Ipomobile? _____	224
Valutazione: mobilità? Indicazione? Controindicazione? _____	226
Attività antalgica _____	228
Miglioramento della contronutazione in caso di postura scorretta in nutazione	232
Miglioramento della nutazione in caso di postura scorretta in contronutazione	234
Miglioramento della mobilità del bacino _____	236
Articolazione dell'anca	
Funzione: mobile? Elastica (sensazione finale)? _____	238
Gioco articolare: ipermobile? Ipomobile? _____	246
Gruppi muscolari: asintomatici? Forti? _____	248
Valutazione: mobilità? Indicazione? Controindicazione? _____	250
Attività antalgica _____	252
Miglioramento della rotazione interna _____	260
Miglioramento dell'estensione _____	264
Miglioramento dell'abduzione _____	268
Miglioramento della flessione _____	272
Miglioramento della rotazione esterna _____	276
Articolazione del ginocchio _____	
Tipo e posizioni dell'articolazione _____	280
Regione interessata: articolazione femorotibiale? Articolazione femororotulea?	282
Orientamento: posizione? Dolore? (Palpazione delle ossa) _____	284
Orientamento: tensione? Dolore? (Palpazione dei legamenti) _____	288
Orientamento: stabilità? Dolore? (Palpazione dei menischi) _____	290
Orientamento: tono? Dolore? (Palpazione dei muscoli) _____	292
Orientamento: dolore? (Palpazione dei nervi) _____	294
Localizzazione: regione interessata? _____	296
Localizzazione: articolazione interessata? _____	298
Test veloce: escluse altre regioni? _____	300
Funzione: mobile? Elastica (sensazione finale)? _____	302
Gioco articolare: ipermobile? Ipomobile? _____	306
Gruppi muscolari: asintomatici? Forti? _____	308

Indice

Legamenti: asintomatici? Stabili? _____	310
Menischi: asintomatici? Stabili? _____	312
Valutazione: mobilità? Indicazione? Controindicazione? _____	316
Attività antalgica _____	318
Miglioramento della flessione _____	329
Miglioramento dell'estensione _____	334
Piede _____	342
Tipo e posizioni dell'articolazione _____	342
Regione interessata: tarso? ATC? AT? _____	346
Regione interessata: dita dei piedi? Metatarso? Tarso? _____	348
Regione interessata: AMTF? Articolazione tarsometatarsale? Tarso? _____	350
Orientamento: posizione? Dolore? (Palpazione delle ossa) _____	352
Orientamento: tensione? Dolore? (Palpazione dei legamenti) _____	358
Orientamento: tono? Dolore? (Palpazione dei muscoli) _____	362
Localizzazione: regione interessata? _____	366
Test veloce: escluse altre regioni? _____	372
ATC e ATT	
Funzione: mobile? Elastica (sensazione finale)? _____	374
Gioco articolare: ipermobile? Ipomobile? _____	380
Gruppi muscolari: asintomatici? Forti? _____	386
Valutazione: mobilità? Indicazione? Controindicazione? _____	388
Attività antalgica _____	390
Miglioramento della flessione dorsale _____	404
Miglioramento della flessione plantare _____	408
Miglioramento dell'inversione _____	412
Miglioramento dell'eversione _____	414
Miglioramento della supinazione _____	416
Miglioramento della flessione plantare, dell'inversione e della supinazione _____	418
Miglioramento della pronazione _____	420
Miglioramento della flessione plantare, dell'eversione e della pronazione _____	422
Miglioramento dell'estensione dorsale, dell'eversione e della pronazione _____	424
Miglioramento della flessione dorsale, dell'inversione e della supinazione _____	426
Miglioramento dell'allungamento dei muscoli della gamba _____	428
Dita dei piedi, metatarso	
Funzione: mobile? Elastica (sensazione finale)? _____	430
Gioco articolare: ipermobile? Ipomobile? _____	434
Gruppi muscolari: asintomatici? Forti? _____	436
Valutazione: mobilità? Indicazione? Controindicazione? _____	438
Attività antalgica _____	440
Miglioramento della flessione dorsale _____	442
Miglioramento della flessione plantare _____	446
Bibliografia _____	450
Indice degli argomenti _____	451