

# Pasivní pohyby

Pasivní pohyb je takovým typem pohybu, který za pacienta vykonává jiná osoba či speciální přístroj. Je prováděn ve stavu úplné relaxace svalstva bez aktivní spolupráce. Metoda je používána v prvních dnech po rozsáhlejších operacích, u těžších stavů pacientů, při jejich výrazném oslabení a především u pacientů s poruchami vědomí.

## Cíle

- zabránit omezení kloubní pohyblivosti;
- zamezit vzniku kontraktur a spasticity;
- zachovat délku a elasticitu svalstva;
- působit stimulačně na proprioreceptory a nociceptory a umožnit tak reedukaci aktivního pohybu;
- přispět ke stabilizaci oběhu a dýchání.

## Typy pasivního pohybu

Dle doby trvání rozlišujeme pasivní pohyb na

- permanentní (pod tento pojem zahrnujeme např. polohování a trakce),
- intermitentní (přerušovaný),
- opakovací,
- bývá sem řazena i postizometrická relaxace (utvoření napětí aktivní svalovou kontrakcí s následným protažením).

## Zásady provedení pasivního pohybu

1. Úchop je vždy měkký, ale pevný s podporou procvičovaného segmentu. Nedržíme za svaly a snažíme se maximálně šetřit klouby. Snažíme se eliminovat patologické úchyly.
2. Důkladně fixujeme tak, aby nedocházelo k pohybům mimo kloub, ve kterém se odehrává pohyb. Fixace je nebolestivá a neprobíhá přes dva klouby.
3. Samotný pohyb včetně návratu segmentu do původní pozice provádíme pomalu se současnou trakcí do dálky, pokud je možná. Neprovádíme trhavé pohyby.
4. Respektujeme hranici bolestivosti a nepřekračujeme ji.

## Četnost provedení

Každý typ pohybu v jednom směru je opakován nejméně  $5-7 \times^{[1]}$ , pokud je naším cílem udržení rozsahu pohybu. Pokud potřebujeme pohyb v kloubu uvolnit, provádíme obvykle  $10-15 \times^{[1]}$ . Optimální interval provádění pasivních pohybů je  $2-3 \times$  denně<sup>[1]</sup>.

## Odkazy

### Související články

- Pasivní pohyby dolních končetin

### Použitá literatura

- HALADOVÁ, Eva, et al. *Léčebná tělesná výchova : Cvičení*. 3. vydání. Brno : Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů, 2007. ISBN 978-80-7013-460-3.
- LIPPERTOVÁ-GRÜNEROVÁ, Marcela. *Neurorehabilitace*. 1. vydání. Praha : Galén, 2005. ISBN 8072623176.
- GROSS, Jeffrey M, Joseph FETTO a Elaine ROSEN. *Vyšetření pohybového aparátu*. 1. vydání. Praha : Nakladatelství Triton, 2005. ISBN 80-7254-720-8.
- KOLÁŘ, Pavel a MÁČEK MILOŠ. *Základy klinické rehabilitace v praxi*. 1. vydání. Praha : Galén, 2015. ISBN 978-807492-219-0.

### Reference

1. HALADOVÁ, Eva, et al. *Léčebná tělesná výchova : Cvičení*. 3. vydání. Brno : Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů, 2007. ISBN 978-80-7013-460-3.



Pasivní pohyby při rehabilitaci



Přístroj pro vykonávání pasivních pohybů

