Оглавление

1 Введение ... 1
М. Бак
1.1 Концепция ПНФ в современном холистическом лечении ... 2
1.2 ПНФ: определение, философия и нейрофизиологические основы ... 12
1.3 Тест ваших знаний: вопрос ... 13
Дополнительная литература ... 13
Использованная литература ... 14

2 Базовые процедуры проторения ... 15
М. Бак
2.1 Оптимальное сопротивление ... 17
2.2 Иррадиация и Реинфорсмент ... 18
2.3 Тактильный стимул (Мануальный контакт) ... 20
2.4 Положение и механика тела ... 22
2.5 Вербальная стимуляция (команды) ... 23
2.6 Визуальный стимул ... 24
2.7 Тракция и Аппроксимация ... 25
2.8 Стрейч ... 26
2.9 Синхронизация ... 27
2.10 Паттерны ... 29
2.11 Тест ваших знаний: вопрос ... 29
Дополнительная литература ... 31
Использованная литература ... 32

3 Техники ... 33
Д. Беккерс
3.1 Введение ... 34
3.2 Ритмическая Инициация ... 35
3.3 Комбинация Изотоников ... 35
3.4 Реверсы Антагонистов ... 37
3.5 Повторный Стрейч (Повторные Сокращения) ... 44
3.6 Сокращение-Расслабление ... 47
3.7 Удержание-Расслабление ... 48
3.8 Репликация ... 50
3.9 Техники ПНФ и их цели ... 51
3.10 Тест ваших знаний: вопросы ... 52
Дополнительная литература ... 52
Использованная литература ... 52

4 Лечение пациента ... 55
М. Бак, Д. Беккерс
4.1 Введение ... 56
4.2 Оценка ... 56
4.3 Гипотеза ... 57

4.4 Тесты для причинно обусловленных повреждений и ограничений активности ... 57
4.5 Цели лечения ... 58
4.6 Планирование лечения и дизайн лечения ... 58
4.7 Повторный тест для причинно обусловленных повреждений и ограничений активности ... 61
4.8 Примеры лечения ... 61
4.9 Тест ваших знаний: вопросы ... 63
Дополнительная литература ... 63
Использованная литература ... 64

5 Паттерны проторения ... 65
Д. Беккерс
5.1 Введение ... 66
5.2 Паттерны ПНФ ... 66
5.3 Тест ваших знаний: вопросы ... 70
Дополнительная литература ... 70
Использованная литература ... 70

6 Лопатка и таз ... 71
М. Бак, Д. Беккерс
6.1 Введение ... 72
6.2 Применение ... 72
6.3 Базовые процедуры ... 73
6.4 Диагонали лопатки ... 75
6.5 Диагонали таза ... 82
6.6 Симметричные, реципрокные и асимметричные упражнения ... 91
6.7 Тест ваших знаний: вопросы ... 92
Дополнительная литература ... 92
Использованная литература ... 92

7 Верхняя конечность ... 93
Д. Беккерс
7.1 Введение ... 95
7.2 Базовые процедуры ... 95
7.3 Сгибание-отведение-наружная ротация ... 97
7.4 Разгибание-приведение-внутренняя ротация ... 104
7.5 Сгибание-приведение-наружная ротация ... 110
7.6 Разгибание-отведение-внутренняя ротация ... 117
7.7 Комбинации «выпада» («траста») и «отдергивания» («витдроела») ... 123
7.8 Двухсторонние паттерны руки ... 125
7.9 Изменение положения пациента ... 127
7.10 Тест ваших знаний: вопросы ... 132
Дополнительная литература ... 132

8 Нижняя конечность ... 133
М. Бак
8.1 Введение ... 134
8.2 Базовые процедуры ... 134
8.3 Сгибание-отведение-внутренняя ротация ... 136
8.4 Разгибание-приведение-наружная ротация ... 143
8.5 Сгибание-приведение-наружная ротация ... 150
8.6 Разгибание-отведение-внутренняя ротация ... 157
8.7 Билатеральные паттерны ног ... 162
8.8 Изменение положения пациента ... 165
8.9 Тест ваших знаний: вопросы ... 172
Использованная литература ... 172

9 Шея ... 173
Д. Беккерс
9.1 Введение ... 174
9.2 Базовые процедуры ... 174
9.3 Показания ... 176
9.4 Сгибание влево, разгибание вправо ... 177
9.5 Шея для туловища ... 180
9.6 Тест ваших знаний: вопросы ... 186
Литература ... 186

10 Туловище ... 187
Д. Беккерс
10.1 Введение ... 188
10.2 Терапевтические процедуры ... 188
10.3 «Чоппинг» и «лифтинг» ... 189
10.4 Билатеральные паттерны ног для туловища ... 196
10.5 Комбинирование паттернов для туловища ... 201
10.6 Тест ваших знаний: вопрос ... 202
Использованная литература ... 202

11 Активность на матах ... 205
М. Бак
11.1 Введение: Зачем проводятся занятия на матах? ... 206
11.2 Базовые процедуры ... 207
11.3 Техники ... 207
11.4 Занятия на матах ... 207
11.5 Случаи с пациентами при занятиях на матах ... 245
11.6 Тест ваших знаний: вопрос ... 250
Дополнительная литература ... 250
Использованная литература ... 250

12 **Тренировка ходьбы** 251
Д. Беккерс
12.1 **Введение: Значение ходьбы** 252
12.2 **Основы нормальной ходьбы** 252
12.3 **Анализ ходьбы: Наблюдение и Мануальная оценка** 256
12.4 **Теория тренировки ходьбы** 258
12.5 **Процедуры тренировки ходьбы** 259
12.6 **Практическая тренировка ходьбы** 262
12.7 **Клинические примеры тренировки ходьбы** 285
12.8 **Тест ваших знаний: вопросы** 291
Дополнительная литература 291
Использованная литература 292

13 **Жизненно-важные функции** 293
М .Бак
13.1 **Введение** 294
13.2 **Мышцы лица** 294
13.3 **Движения гортани** 304
13.4 **Глотание** 306
13.5 **Нарушения речи** 307
13.6 **Дыхание** 308
13.7 **Тест ваших знаний: вопросы** 310
Дополнительная литература 310

14 **Активность в повседневной жизни** 311
Д. Беккерс, М. Бак
14.1 **Введение** 312
14.2 **Перемещения** 316
14.3 **Одевание и раздевание** 318
14.4 **Тест ваших знаний: вопрос** 318
Дополнительная литература 318

15 **Тест ваших знаний: вопросы и ответы** 319
Д. Беккерс, М. Бак

Служебный раздел 325
Словарь 326
Алфавитный указатель 328