

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



Fig. 17.20. Kaudalgidningen af humerus er nødvendig for abduktionen.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



Fig. 17.21. Spinbevægelse af humerus er nødvendig for rotationen.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



Fig. 17.22. Kast i trampolin.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad

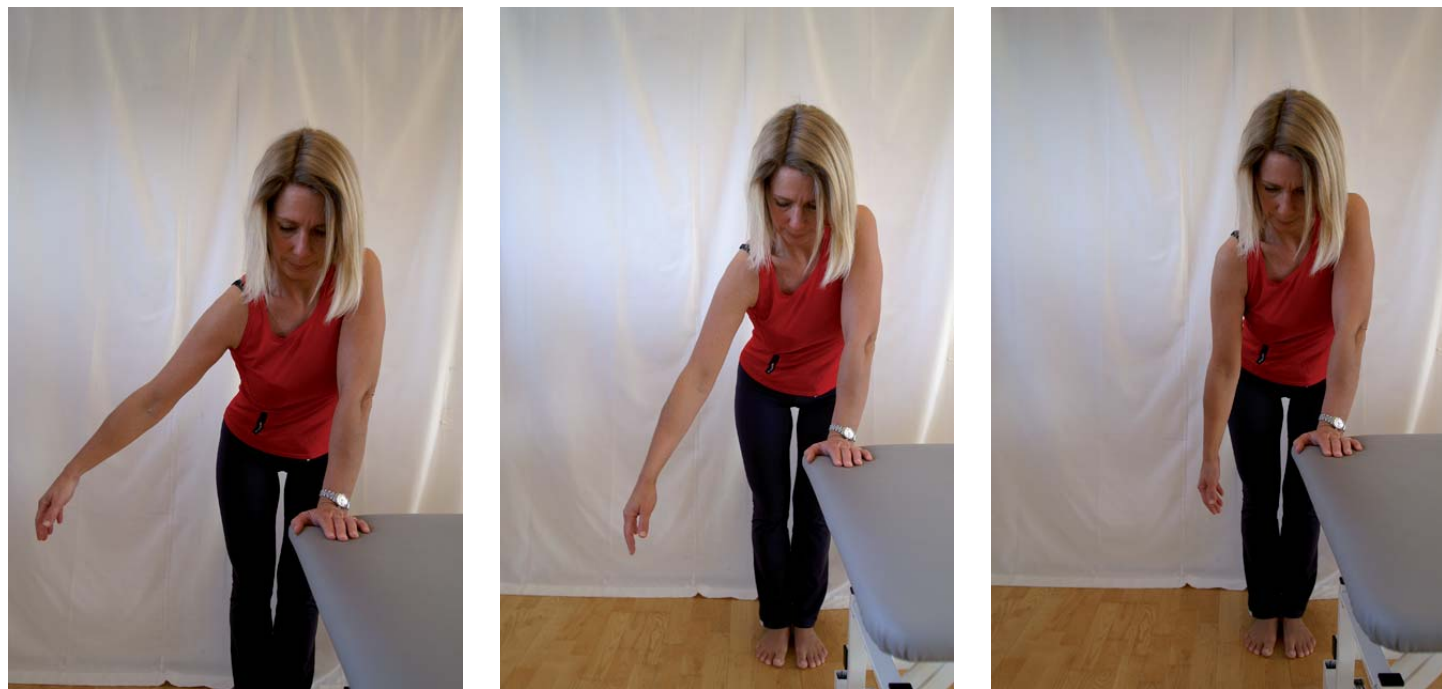


Fig. 17.23. Svingøvelser.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



Fig. 17.24. Skubbe-glideøvelser.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



A. Rotator cuff-rotation 1



B. Rotator cuff-rotation 2.



C. Indadrotation 1.



D. Indadrotation 2

Fig. 17.25A-D. Muskelstærkende øvelser med træningselastik.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



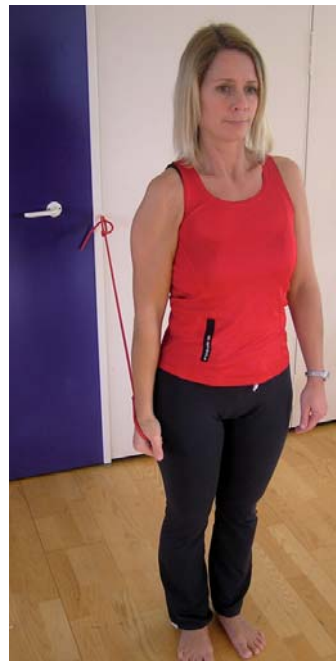
E. Ekstension.



F. Subscapularis.



G. Adduktion.



H. Neutral til fremad 1.



I. Neutral til fremad 2.



J. Udadrotation.

Fig. 17.25E-J. Muskelstyrkende øvelser med træningselastik.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



K. Abduktion 1.



L. Abduktion 2.



M. Indadrotation 1.



N. Indadrotation 2.

Fig. 17.25K-N. Muskelstyrkende øvelser med træningselastik.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



Fig. 17.26. Balanceøvelse med avis og bold.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



Fig. 17.27. Udspændingsøvelser på briks med rør.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



Fig. 17.45. Specifik ledmobilisering.

Ortopædkirurgi for ergoterapeuter og fysioterapeuter

Kapitel 17: Skulder og skulderblad



Fig. 17.48. Mobilisering af AC/SC-led.