

# FİZYOTERAPİDE ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

# KALÇA FLEKSÖRLERİ

Kaslar:

- a) M. psoas major ve minor
- b) M. iliacus
- c) M. sartorius
- d) M. tensor fascia latae
- e) M. rectus femoris
- f) M. pectineus
- g) M. adductor brevis, longus ve magnusun oblik lifleri

Sinirler:

- a) N. femoralis
- b) N. femoralis

# KALÇA FLEKSÖRLERİ

- ▶ Orta (3), İyi (4) ve Normal (5): Oturur pozisyonda eller ile kuvvet alınmadan kalça fleksiyonu yapılır.
- ▶ Diz ekleminden direnç uygulanır. Direnç alınamıyorsa 3, alınabiliyorsa 4 ya da 5 değeri verilir
- ▶ Zayıf (2): Test edilecek bacak altta kalacak şekilde yan yatılır ve alttaki bacak fleksiyon yapabilirse 2 değeri verilir.
- ▶ -Eser (1) ve Sıfır (0): M. sartorius'un medial kenarı ve inguinal bağın distali palpe edilir. Kontraksiyon hissedilirse 1, hissedilemezse 0 değeri verilir.

▶

# KALÇA

## HİPEREKSTANSÖRLERİ

-Kaslar:

- a) M. gluteus maximus
- b) M. semitendinosus, m semimembranosus ve m. biceps femoris'in uzun başı

-Sinirler:

- a) N. gluteus inferior
- b) N. sciaticus (tibial dalı)

# KALÇA HİPEREKSTANSÖRLERİ

- ▶ Orta (3), İyi (4) ve Normal (5): Yüzükoyun kalça hiperekstansiyon yaptığıında direnç alamazsa 3, alabilirse 4 ya da 5 değeri verilir.
- ▶ Zayıf (2): Test edilecek bacak altta kalacak şekilde yatılır ve kalça hiperekstansiyonu tamamlanırsa 2 değeri verilir
- ▶ Eser (1) ve Sıfır (0): Yüzükoyun pozisyonda hareket yapılmaya çalışıldığında kontraksiyon hissedilirse 1, hissedilemezse 0 değeri verilir.

# KALÇA ABDUKTORLERİ

- Kaslar:
  - a) M. gluteus medius
  - b) M. gluteus minimus
  - c) M. tensor fascia latae
  - d) M. gluteus maksimusun üst lifleri
- Sinirler:
  - a) N. gluteus superior

# KALÇA ABDUKTORLERİ

- ▶ Kalça 45° abduksiyona giderken diz ekleminde direnç uygulanır. Direnç alamazsa 3, alabilirse 4 ya da 5 değeri verilir
- ▶ Orta (3), İyi (4) ve Normal (5): Test edilecek bacak üstte kalacak şekilde yan yatılır ve kalça abduksiyonu yapılır.
- ▶ Zayıf (2): Test edilecek bacak hafif internal rotasyonda sırtüstü yatarken kalçada eksternal rotasyon olmadan abduksiyon hareketi tamamlanırsa 2 değeri verilir.
- ▶ Eser (1) ve Sıfır (0): İlium lateralinden, trochantor majorun 4 cm üzerinden palpasyonda kontraksiyon varsa 1, yoksa 0 değeri verilir.

# KALÇA İNTERNAL ROTATÖRLERİ

- Kaslar:
  - a) M. gluteus minimus
  - b) M. tensor fascia latae
  - c) M. gluteus medius (anterior lifleri)
  - d) M. semitendinosus
  - e) M. semimembranosus
- Sinirler:
  - a) ve b) N. gluteus superior



# KALÇA İNTERNAL ROTATÖRLERİ

- ▶ Orta (3), İyi (4) ve Normal (5): Kalça adduksiyonuna engel olmak için uyluk desteklenir ve internal rotasyon hareketi yapılır
- ▶ Direnç ayak bileğinin hemen üzerinden verilir ve direnç almıyorsa 3, alabiliyorsa 4 ya da 5 değeri verilir.

# DİZ FLEKSÖRLERİ

- Kaslar:
  - a) M. semitendinosus
  - b) M. semimembranosus
  - c) M. biceps femoris
  - d) M. popliteus ve m. sartorius
  - f) M. gracilis ve m. gastrocnemius
- Sinirler:
  - a) ve b) N. sciaticus (tibial dalı)
  - c)'nin uzun başı N. sciaticus (tibial dalı)
  - c)'nin kısa başı N. sciaticus (peroneus communis)

# DİZ FLEKSÖRLERİ

- ▶ Orta (3), İyi (4) ve Normal (5): Yüzükoyun pozisyonda 90° diz fleksiyonu yapılırsa ve direnç alamazsa 3, direnç alırsa 4 ya da 5 değeri verilir.

# DİZ EKSTANSÖRLERİ

- Kaslar: a) M. quadriceps femoris
- Sinirleri: a) N. femoralis

# DİZ EKSTANSÖRLERİ

- ▶ Orta (3), İyi (4) ve Normal (5): Bacak sarkıtılmış pozisyonda diz tamamen kilitlenene kadar diz ekstansiyonu yapılarak direnç uygulanır. Direnç alınamazsa 3, alınırsa 4 ya da 5 değeri verilir.

# AYAK PLANTAR FLEKSÖRLERİ

- Kaslar:
  - a) M. gastrocnemius
  - b) M. soleus
  - c) M. tibialis posterior
  - d) M. peroneus longus ve brevis
  - e) M. fleksor hallucis longus
  - f) M. fleksor digitorum longus
  - g) M. plantaris
  
- Sinirleri:
  - a) ve b) N. tibialis

# AYAK PLANTAR FLEKSÖRLERİ

- ▶ -Orta (3), İyi (4) ve Normal (5): M. gastrocnemius için test edilecek bacağın parmak ucunda yükselmesi istenir. Hareketi 1 kez yaparsa 3, 5 kez yaparsa 4, 10 kez yaparsa 5 değeri verilir.

# AYAK DORSİFLEKSÖRLERİ

- Kaslar: a) M. tibialis anterior
- Sinirleri: a) N. peroneus profundus



# AYAK DORSİFLEKSÖRLERİ

- ▶ Orta (3), İyi (4) ve Normal (5): Bacaklar masadan sarkıtılarak oturulur ve ayak dorsifleksiyona getirilir.
- ▶ Hareket yapılırsa 3, direnç verildiğinde dirence karşı geliyorsa 4 ya da 5 değeri verilir.