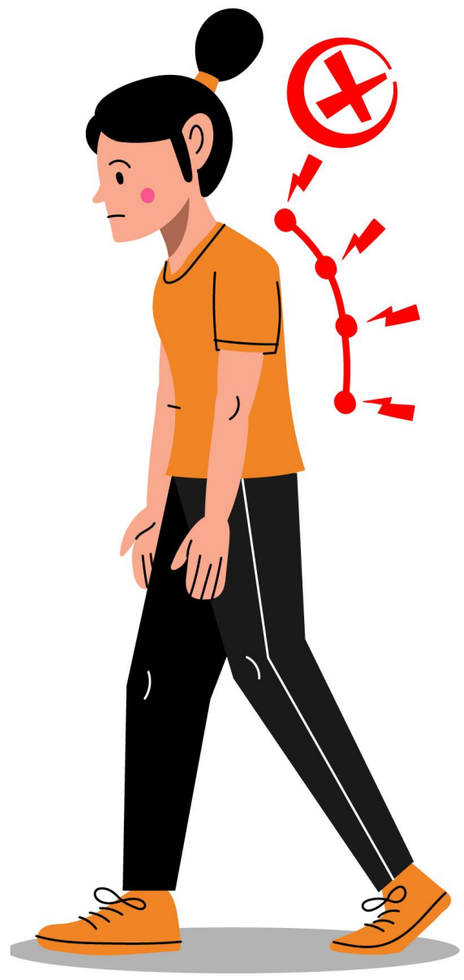
WADY POSTAWY plecy okrągłe

Wada postawy ciała lokalizująca się w odcinku piersiowym kręgosłupa, która polega na powiększeniu lub przemieszczeniu kifozy piersiowej

CECHY CHARAKTERYSTYCZNE SYLWETKI



Pogłębienie kifozy piersiowej.
Zmniejszone przodopochylenie miednicy.
Pochylenie głowy w przód.
Wysunięcie barków ku przodowi.
Rozsuniecie i odstawanie łopatek.
Spłaszczenie i zapadnięcie klatki piersiowej.

KONSEKWENCJE

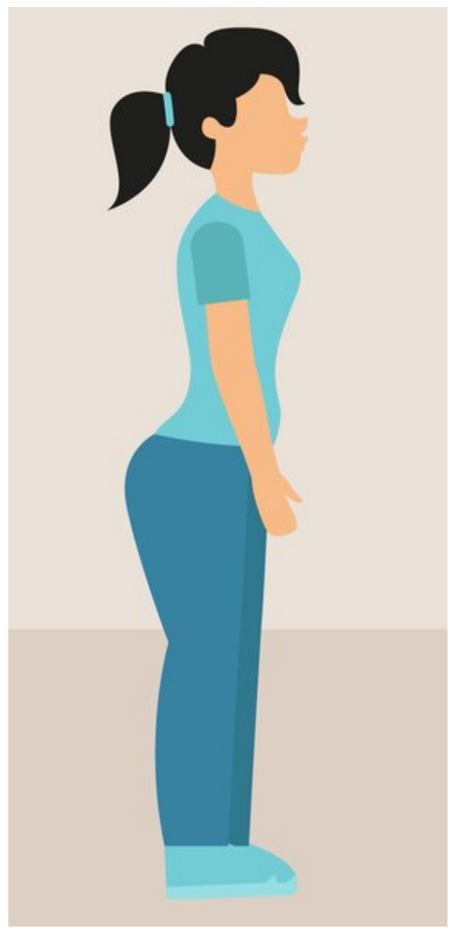
Zmniejszenie ruchomości stawu ramiennego i górnych żeber.
Zmniejszenie pojemności jamy klatki piersiowej i pojemności życiowej płuc.
Wadliwe ustawienie narządów wewnętrznych, a niekiedy ucisk serca.
Sprzyjanie chorobom górnych dróg oddechowych oraz zaburzeniom w trawieniu.

MATERIAŁY EDUKACYJNE
Pracownia Densytometrii i Diagnostyki Budowy,
Składu i Postawy Ciała

WADY POSTAWY plecy wklęsłe

Wada postawy ciała lokalizująca się w odcinku lędźwiowym kręgosłupa, która polega na powiększeniu lub przemieszczeniu lordozy lędźwiowej

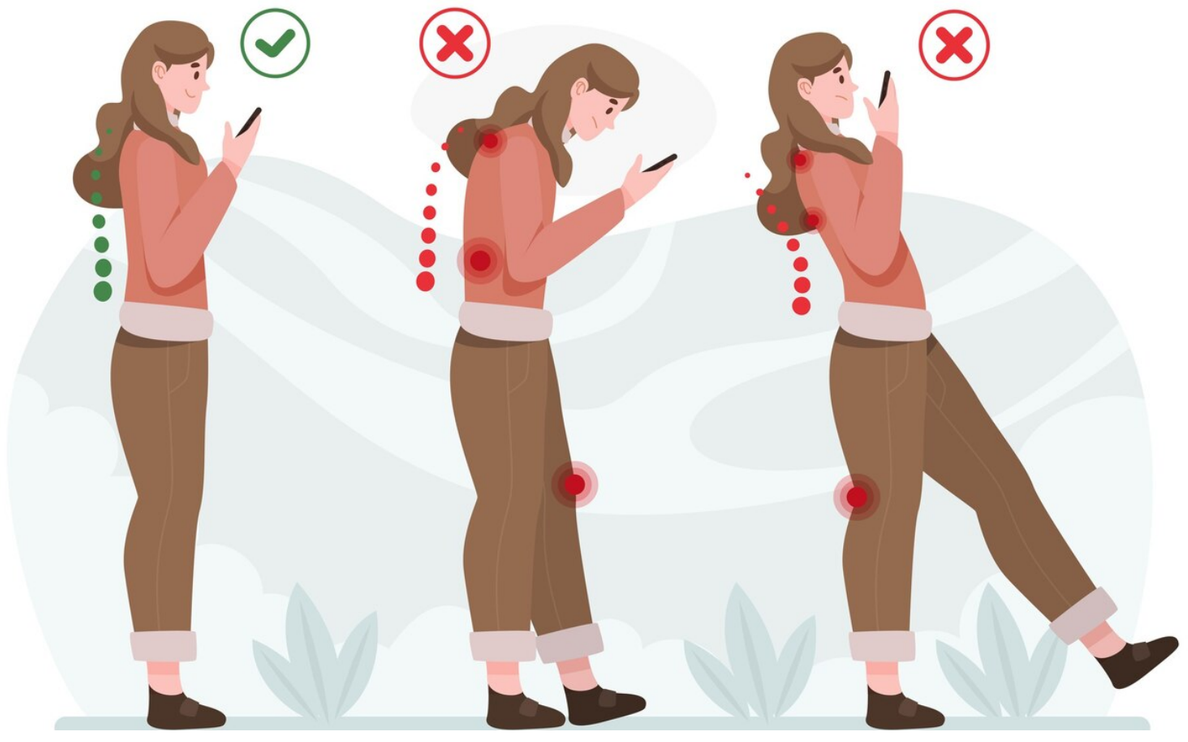
CECHY CHARAKTERYSTYCZNE SYLWETKI



Pogłębienie lordozy lędźwiowej.
Zwiększone przodopochylenie miednicy.
Wypięty brzuch.
Uwypuklenie pośladków.
Barki opuszczone, tułów odchylony do tyłu.
Odstające łopatki.

KONSEKWENCJE

Bóle krzyża.
Opuszczone trzewia, wywołujące zaburzenia w trawieniu.
Zaburzenia krążenia w jamie brzusznej.
Zaburzenia menstruacyjne.
Zaburzenia pracy nerek.
Dyskopatia.



MATERIAŁY EDUKACYJNE
Pracownia Densytometrii i Diagnostyki Budowy,
Składu i Postawy Ciała

WADY POSTAWY okrągło-wklęsłe

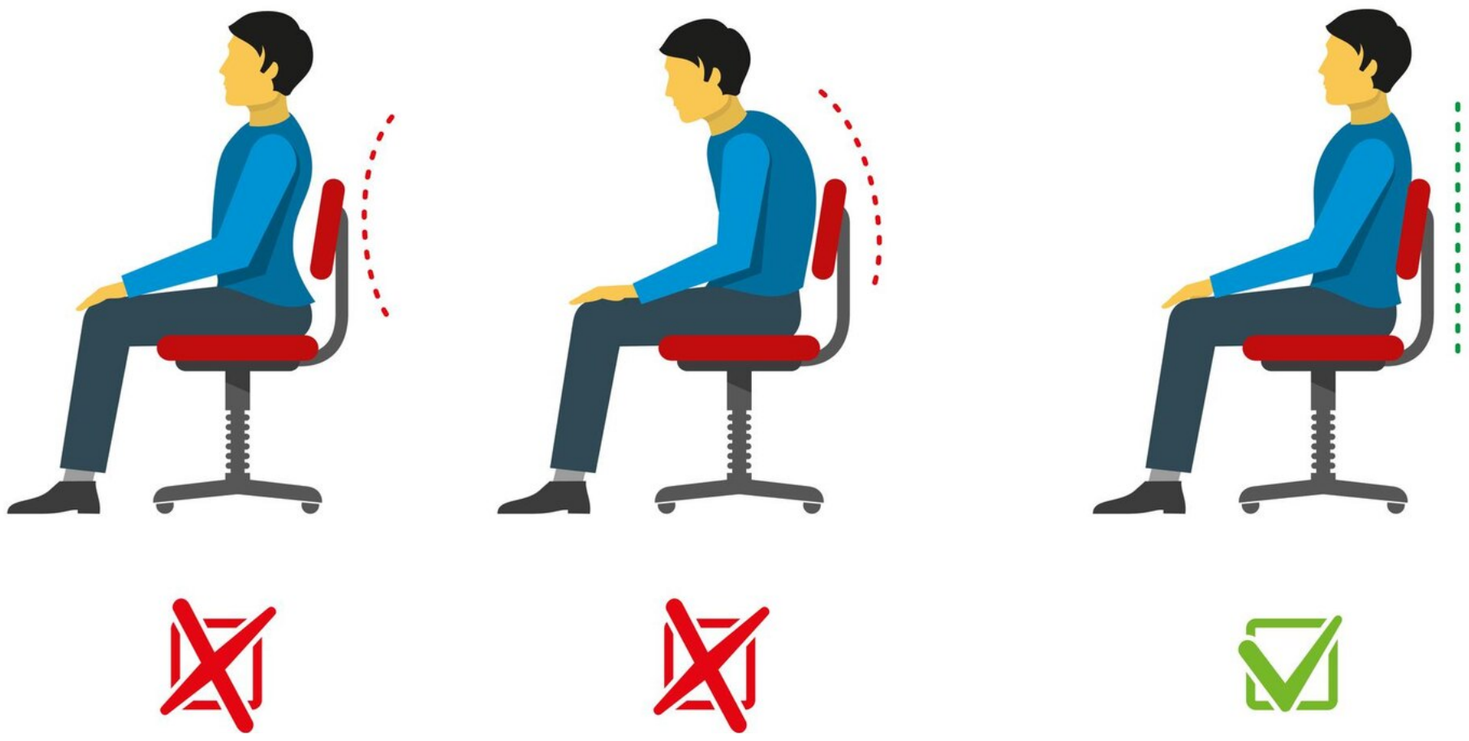
Wada postawy ciała lokalizująca się w odcinku piersiowym i lędźwiowym kręgosłupa, która polega pogłębieniu fizjologicznych krzywizn

CECHY CHARAKTERYSTYCZNE SYLWETKI

Zwiększenie lordozy lędźwiowej.
Zwiększenie kifozy piersiowej.
Wysunięcie głowy i barków do przodu.
Rozsuniecie i odstawanie łopatek.
Zwiększenie przodopochylenia miednicy
Uwypuklenie brzucha i wysunięcie pośladków.

KONSEKWENCJE

Zaburzenie sprawności statyczno-dynamicznej ciała.
Upośledzenie czynności narządów wewnętrznych, głównie przepony.
Utrudniony odpływ krwi żylnej z jamy brzusznej.
Zaburzenia oddychania i krążenia.



MATERIAŁY EDUKACYJNE
Pracownia Densytometrii i Diagnostyki Budowy,
Składu i Postawy Ciała

WADY POSTAWY plecy płaskie

Spłaszczenie lub brak fizjologicznych krzywizn kręgosłupa kifozy piersiowej i lordozy lędźwiowej

CECHY CHARAKTERYSTYCZNE SYLWETKI

Zmniejszenie przodopochylenia miednicy.
Głowa lekko wysunięta do przodu.
Obręcz barkowa opuszczona i wysunięta w przód.
Klatka piersiowa płaska.

KONSEKWENCJE

Brak amortyzacji, znoszenia obciążeń przez krzywizny kręgosłupa.
Poszczególne elementy kręgosłupa ulegają przeciążeniu i prowadzą do zmian zwyrodnieniowych,
Istnieje skłonność do powstania bocznych skrzywień kręgosłupa,
Pojemność i ruchomość klatki piersiowej są upośledzone.

MATERIAŁY EDUKACYJNE
Pracownia Densytometrii i Diagnostyki Budowy,
Składu i Postawy Ciała

WADY KOLAN

Wśród wad kolan wyróżnia się:
kolana koślawe i kolana szpotawe

KOLANA KOŚLAWE

Oś podudzia tworzy z osią uda kąt otwarty na zewnątrz.
Staw kolanowy zbliżony jest do pośrodkowej linii ciała, podudzie jest od niej oddalone.
Kostki wewnętrzne oddalone są od siebie o ponad 5 cm.
Następuje przerost kłykcia wewnętrznego kości udowej, skrzywienie kości udowej lub piszczelowej, skręcenie na zewnątrz podudzia, przeprost w stawie kolanowym.

KOLANA SZPOTAWE

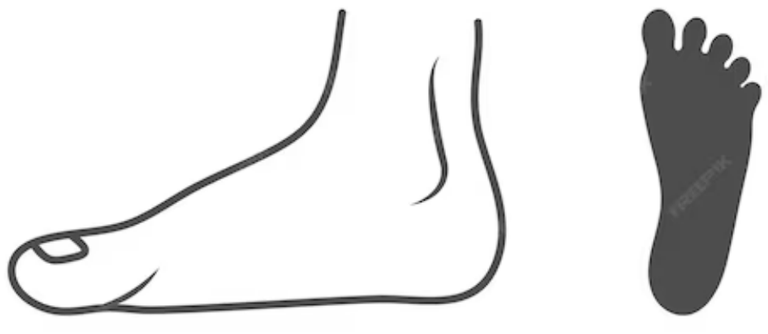
Oś podudzia tworzy z osią uda kąt otwarty do wewnątrz.
Podudzie, w stosunku do stawu kolanowego, zbliżone jest do pośrodkowej linii ciała. Odstęp między kolanami osoby stojącej ze złączonymi stopami wynosi powyżej 4-5 cm.
Może występować pałąkowate wygięcie na zewnątrz jedynie w obrębie podudzia, a także skręcenie obwodowej części podudzia do środka, co powoduje zaburzenia chodu w wyniku wadliwego ustawienia stóp, tzw. nogi pałąkowate.

MATERIAŁY EDUKACYJNE
Pracownia Densytometrii i Diagnostyki Budowy,
Składu i Postawy Ciała

WADY STÓP

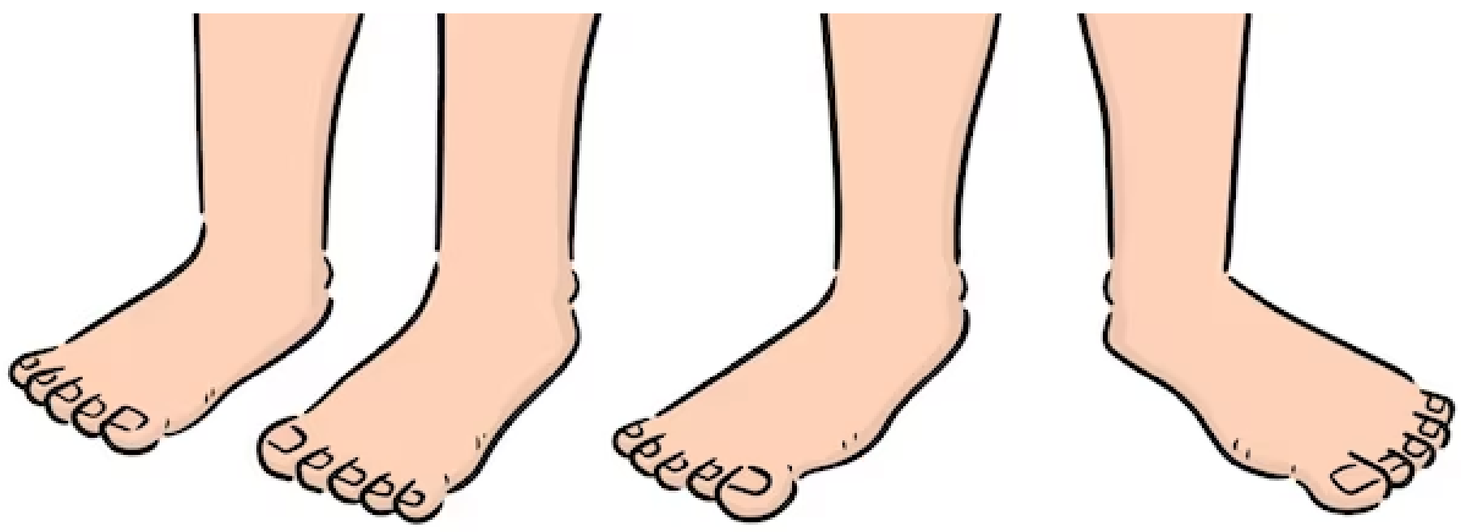
STOPA PŁASKA PODŁUŻNIE

W płaskostopiu podłużnym kość piętowa ustawia się koślawo, głowa kości skokowej (podtrzymywana w sposób niewystarczający przez więzadło piętowo-łódkowe podeszwowe) zsuwa się w dół do środka i ku przodowi, pociągając za sobą kość łódkowatą, co przyczynia się do odwiedzenia przodostopia, a dalej **spłaszczenia łuku dynamicznego stopy.**



STOPA PŁASKA POPRZECZNIE

Polega na obniżeniu główek drugiej i trzeciej kości śródstopia i spłaszczeniu łuku poprzecznego stopy, z występującą często znaczną bolesnością (u dzieci najczęściej przebiega bezboleśnie). Pod obniżonymi główkami śródstopia wytwarza się gruby i drążący w głąb odcisk (modzel). Stopie poprzecznie płaskiej towarzyszy występowanie palucha koślawego



MATERIAŁY EDUKACYJNE
Pracownia Densytometrii i Diagnostyki Budowy,
Składu i Postawy Ciała