

The mindful adjustment -

resultat gjennom fokus og tilstedeværelse i behandlingen

Workshop
NOCOMM 2023

Workshop

- L5
- C2-C7
- Håndledd
- Fotledd
 - Talus
 - Calcaneus
 - Met 1
 - Storetå

Parameter

- Palpation

Parameter

- Palpasjon
 - Static palpation
 - Kontur, tonus, tekstur, temperatur
 - Motion palpation
 - Finne en spesifikk låsning

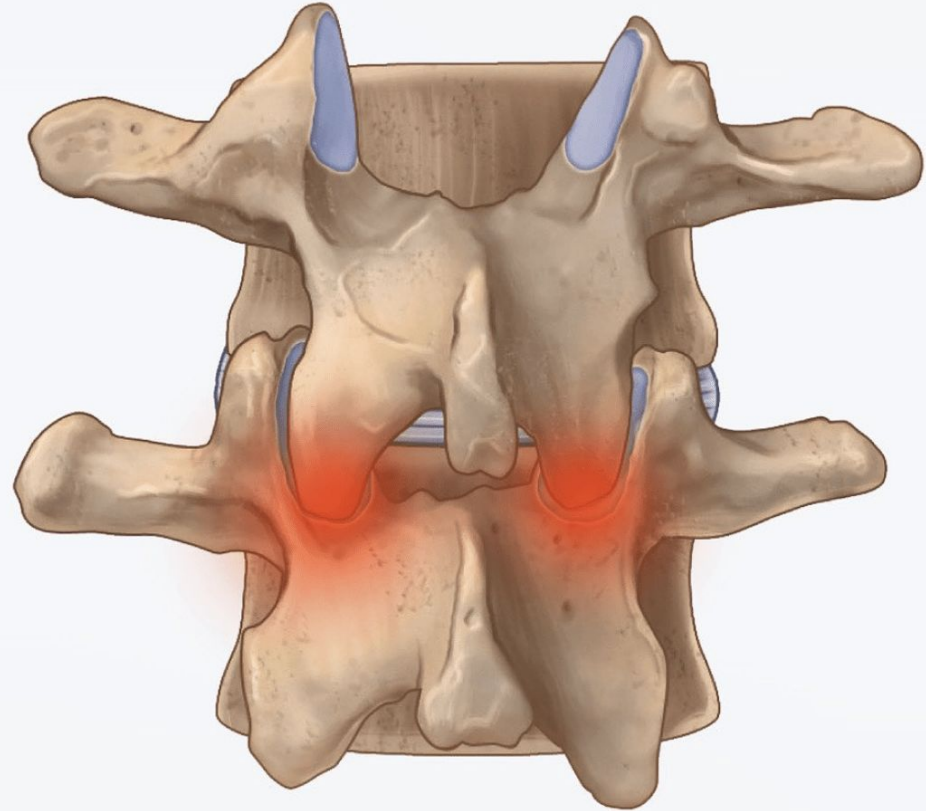
- Calculated guess

L5

- Static palpation
- Motion palpation
 - Sittende
 - Liggende på mage

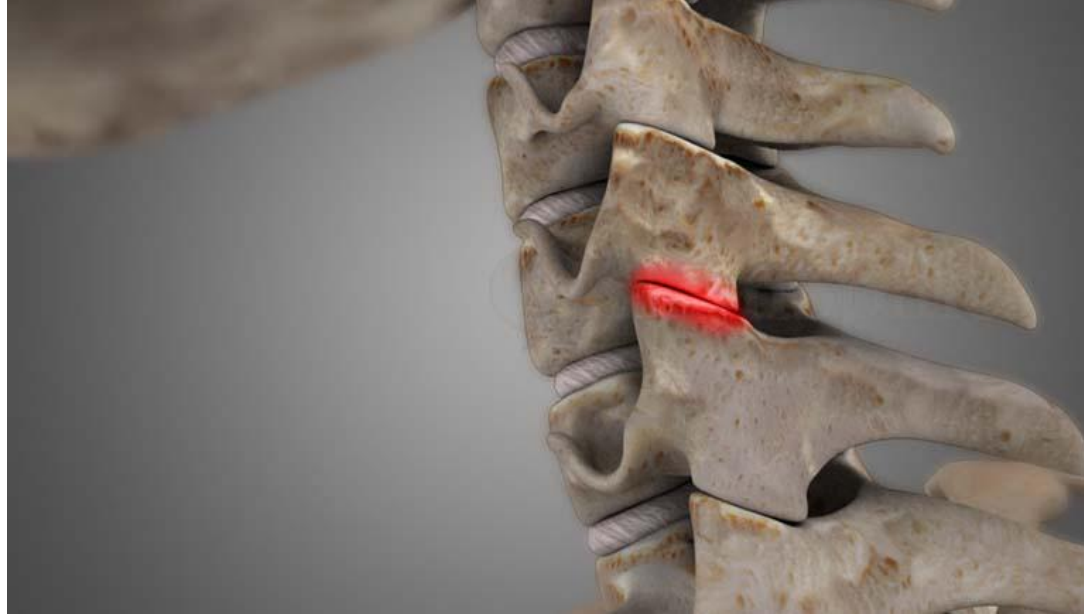
SIDE POSTURE

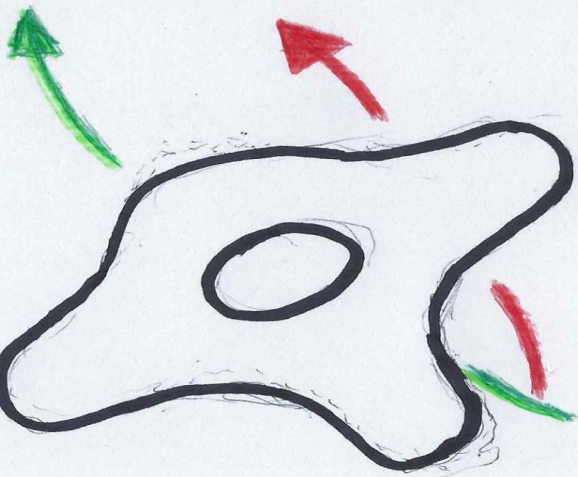
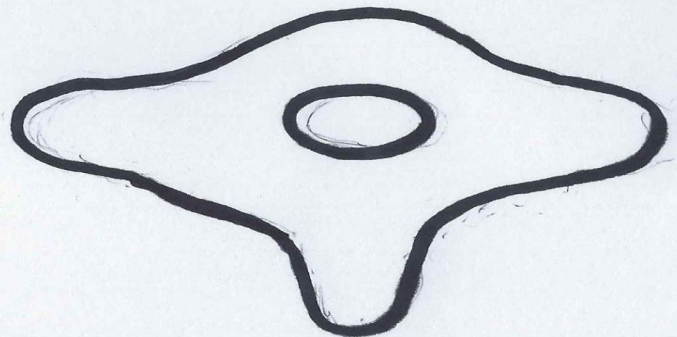
- Nakkestøtte
- Fot i knehase
- Be patient hoppe frem
- Dra skulder ned latflex
- Kne mellom knær
- Finn kontaktpunkter
- Løft spinos
- Bøy over - Drop



C2-C7

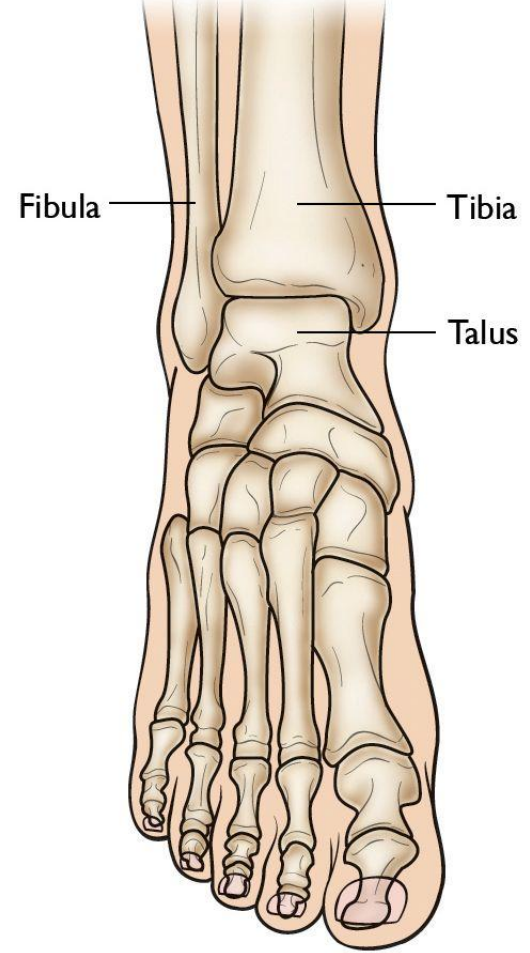
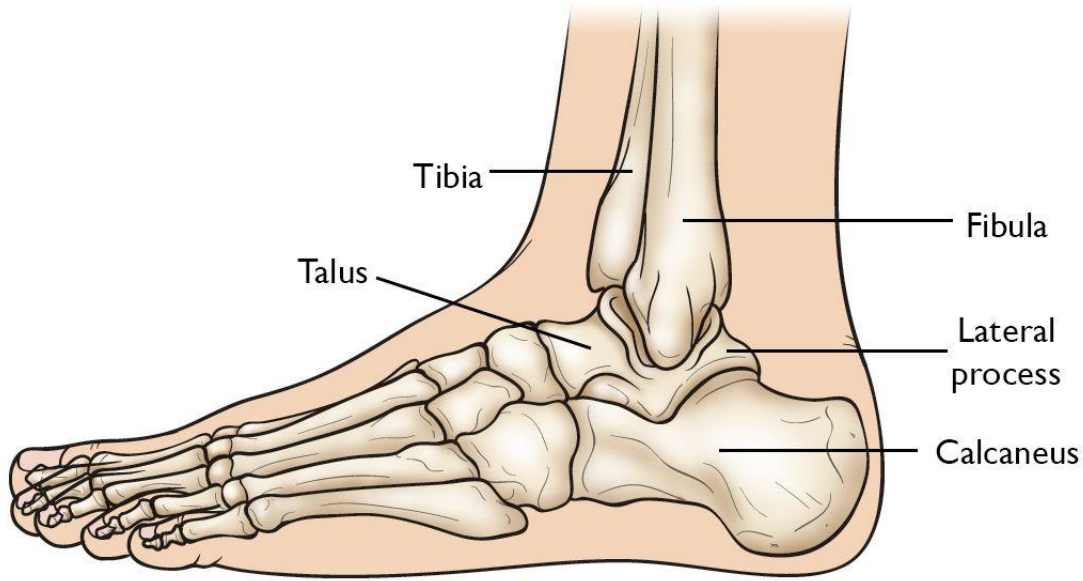
- Static palpation
- Motion palpation
 - Sittende
 - Liggende på rygg
 - Bølger i nakke for å finne låsning
 - Løft så leddet - Beckham/Carlos?
 -
- Ryggliggende justering
 - Hode i hånd
 - R.Carlos - Spinoskontakt - 1. Pronert hånd / 2. Index kontakt (mindre rotasjon i justeringen)
 - D.Beckham - Mamilærkontakt - Index kontakt (mer rotasjon i justeringen)
 - Justering i disklinje





Fot

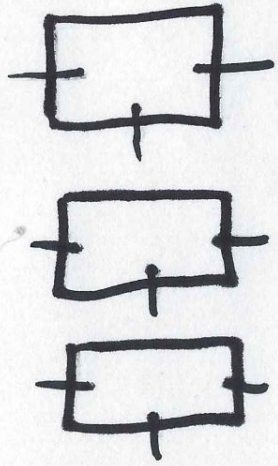
- **Talus**
 - Inversjonsvold
 - Dorsal, lateral, medial rotasjon
 - Palpasjon
- **Calcaneus**
 - Inversjonsvold
 - Supinasjon
 - Palpasjon - inspeksjon
- **Grunnledd + Metertarsale 1.**
 - Palpasjon
 - Mobilitet
 - Squeeze som hjemmeøvelse 10 sek x 5



Håndledd

- Ryggliggende
- Beveg deg gjennom
- Behagelig, dominerende
- Uventet, uhøytidelig
- Strekkreflex





CELLE
NIVÅ

