**Vyšetření nejčastěji zkrácených svalových skupin**

Pod pojmem svalové zkrácení rozumíme stav, kdy dojde z nejrůznějších příčin ke klidovému zkrácení. Sval tedy při pasivním protahování nedovoluje dosáhnout plný fyziologický rozsah pohybu v kloubu. Zkrácené svaly mohou v patogenezi řady bolestivých syndromů pohybového aparátu hrát významnou roli.

Výrazný sklon ke zkrácení mají svaly s tzv. posturální funkcí. U člověka jsou to svaly, které udržují vzpřímený stoj, a to hlavně stoj na jedné dolní končetině. Stoj na jedné dolní končetině je jednou z nejčastějších posturálních situací, ve které se člověk nachází - je součástí stojné fáze krokového cyklu.

**Charakteristika zkráceného svalu:**

* sval v klidu ani nedosahuje své normální délky
* při pasivním protažení nedovolí dosáhnout plného rozsahu pohybu v kloubu

- sval nejeví známky zvýšení elektrické aktivity

- jde o funkční poruchu hybného systému – je tedy reverzibilní

**Zkrácený sval ovlivňuje motoriku především tím, že:**

- snižuje práh dráždivosti, snáze se aktivuje

- aktivuje se v situacích, kdy by měl být inaktivován (výrazně se to projeví při únavě)

- mění biomechaniku kloubu a tím i proprioceptivní signalizaci

- ovlivňuje motorické stereotypy a následně dochází ke změně ekonomizace pohybu

Při vyšetření zkráceného svalu hodnotíme pasivní rozsah pohybu v kloubu v takové pozici a takovém směru, abychom postihli pokud možno izolovanou a přesně determinovanou svalovou skupinu.

**Vyšetřujeme hlavně následující svaly:**

* M. triceps surae (m. gastrocnemius i m. soleus)
* Flexory kyčelního kloubu (m. iliopsoas, m. rectus femoris)
* Flexory kolenního kloubu (m. biceps femoris, m. semitendinosus, m. semimembranosus)
* Adduktory kyčelního kloubu (m. pectineus, m. adductor brevis, m. adductor longus, m. adductor magnus, m. semitendinosus, m. semimembranosus, m. gracilis)
* M. quadratus lumborum
* Paravertebrální zádové svaly
* M. pectoralis major
* Horní část m. trapezius
* M. levator scapulae
* Flexory loketního kloubu (m.biceps brachii, m. brachialis, m. brachioradialis)
* M. sternocleidomastoideus

Při vyšetření zkrácených svalových skupin je nutné zachovávat přesné výchozí polohy, přesné fixace a směr pohybu. Podobně jako při vyšetření svalové síly svalovým testem nesmí být stlačeno svalové bříško svalu, který vyšetřujme. Síla, kterou působíme ve směru vyšetřovaného rozsahu, nemá jít přes dva klouby.