

### Алгоритм проведения мануального мышечного тестирования

1. Определяем тестируемую мышцу и ход волокон тестируемой мышцы.
2. Определяем, какое движение создает тестируемая мышца при своём сокращении.
3. Сближаем концы тестируемой мышцы, то есть, по сути, совершаем пассивное движение частью тела пациента, которое совершается при изолированном сокращении волокон данной мышцы.
4. Показываем пациенту, в каком направлении ему необходимо совершать давление той частью тела, которую мы будем тестировать.
5. Определяем вектор нашего давления. Вектор нашего давления всегда должен быть по дуге, не по прямой (как подвижная ножка циркуля).
6. Располагаем предплечье тестирующей руки перпендикулярно поверхности той части тела, которую мы тестируем, при этом большой палец направлен в сторону туловища пациента.
7. Просим пациента оказывать давление по тому вектору, который мы продемонстрировали ему до теста.
8. Оказываем сопротивление давлению пациента таким образом, чтобы та часть тела, которая сейчас давит, оставалась неподвижной – фаза изометрического сокращения.
9. Выдерживаем фазу изометрического сокращения в течение 3 секунд.
10. В течение этих 3-х секунд наблюдаем за пациентом. Начинает ли пациент елозить, менять положение тела, пытается ли он включить другие мышцы, появилась ли дрожь в тестируемой мышце.
11. Ощущаем момент, когда включились все мышечные волокна. Характерное ощущение, когда пациент наращивал давление и наращивание давления прекратилось.
12. Фаза растяжения. Усиливаем наше давление на 15% и ощущаем мышечный ответ.
13. Если на дополнительное растяжение мы получили усиление мышечного сопротивления эффект “ступора” (мышца уперлась и не дает её растягивать) или эффект “толчка” (мы её растягиваем, а она как Ванька-Встанька обратно), значит есть миотатический рефлекс, значит, тонус есть.
14. Если мышца не способна сопротивляться наращиванию усилия на 15%, значит тонус снижен.