

Hypermobilita

Vyšetřovací metody, 1. ročník

Mgr. Emma Bílková, 10/11/2025
emma.rihakova@gmail.com



Obecné informace

= **zvětšený rozsah kloubní pohyblivosti nad běžnou fyziologickou normu**, ve smyslu joint play, tak v pasivním a aktivním pohybu.

Nevzniká výlučně na podkladě poruchy svalů.

Vyšetřujeme ji současně se svalovým zkrácením a oslabením → zařazujeme ji mezi svalové vyšetření.

Dochází ke zmenšení statické stability.

Vyšetření vychází ze zjištění rozsahu kloubní pohyblivosti → tzn. všímám si hypermobility již u měření možného maximálního rozsahu pohybu v kloubu pasivním pohybem.

Celá řada zkoušek na horní a dolní polovinu těla.

Obecné informace

Rozdělení dle Sachseho:

1) Místní hypermobilita – vznik zvláště mezi jednotlivými obratli jako kompenzační mechanismus blokády

2) Generalizovaná hypermobilita – zejména vzniká při poruše aferentních signálů, tzn. neurologické poruchy např. při některých centrálních poruchách svalového tonusu, při některých extrapyramidových nepotlačitelných pohybech jako je atetóza atd.

3) Konstituční hypermobilita – postižení celého těla (ne všechny oblasti ve stejném stupni, nemusí být symetrická)

- příčina není známa, kolísá s věkem
- častěji u žen, pravděpodobně insuficience mezenchymu (řidká vazivová tkáň)

Testy na hypermobilitu z knihy *Svalové funkční testy*

GRADA

Vladimír Janda a kolektiv

Svalové funkční testy



Zkouška rotace hlavy

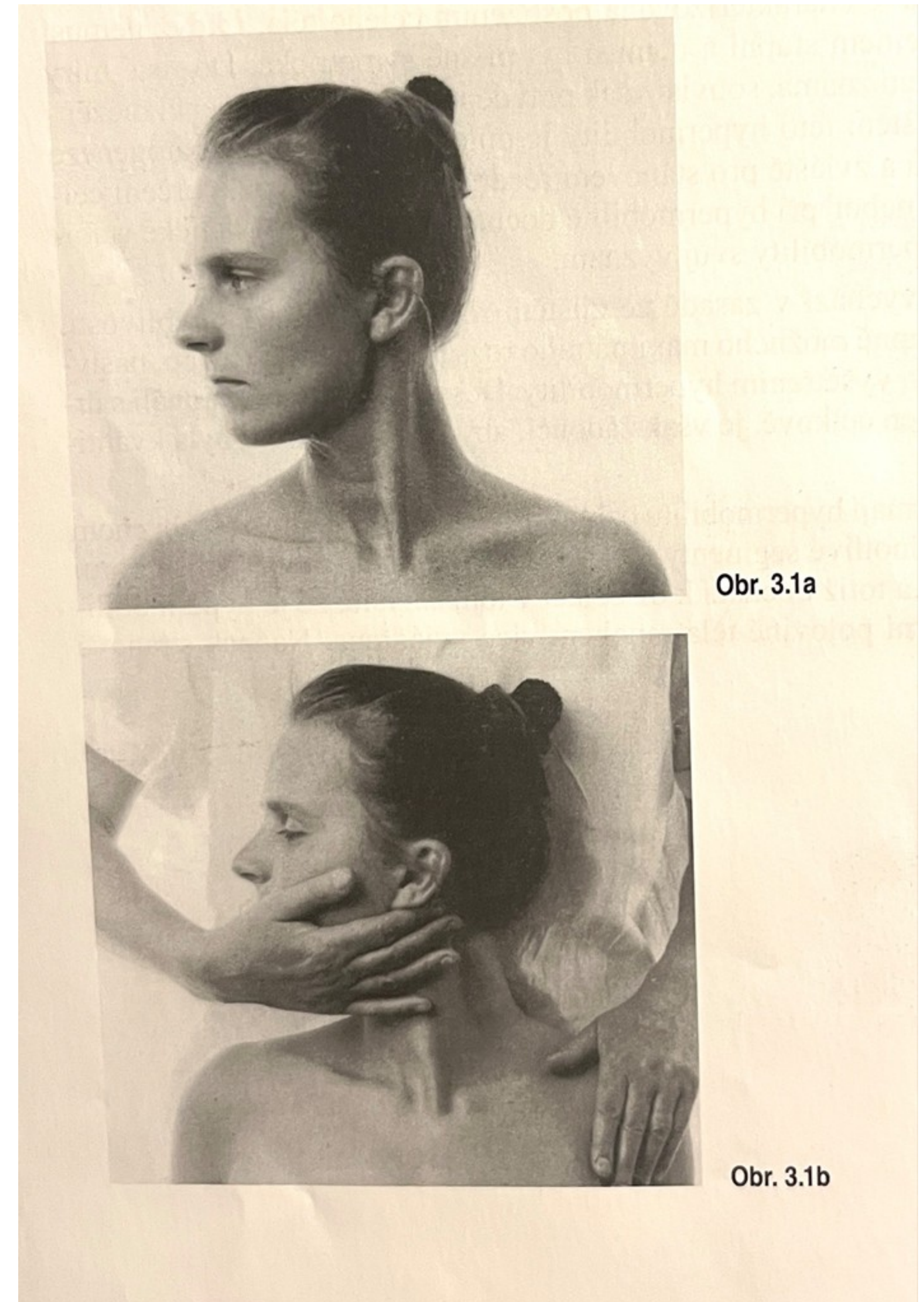
Pacient sedí/ stojí.

Aktivně otáčí hlavou a v konečně dází pasivně dotáhnu.

Norma: 80° bilaterálně aktivně i pasivně.

Hypermobilita: >90°, pasivně kolikrát ještě větší rozsah pohybu

Srovnáváme symetričnost.

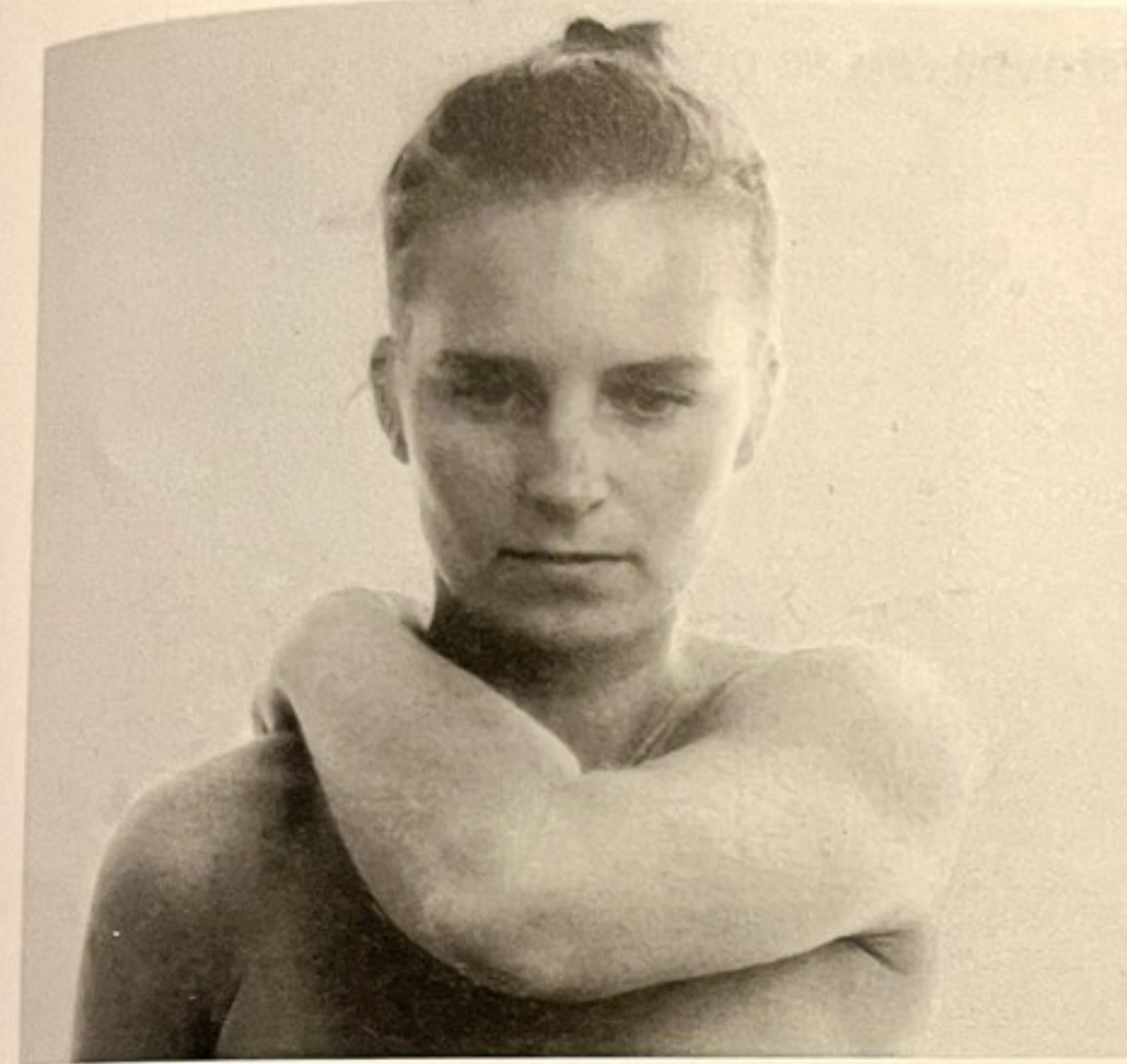


Zkouška šály

Ve stoji/ v sedě pacient obejmě paží šíji.

Norma: prsty by měly dosáhnout k trnům krčních obratlů.

Hypermobilita: prsty přesáhnou osu těla → měříme o kolik přesáhnou + porovnáváme stranově.



Obr. 3.2a



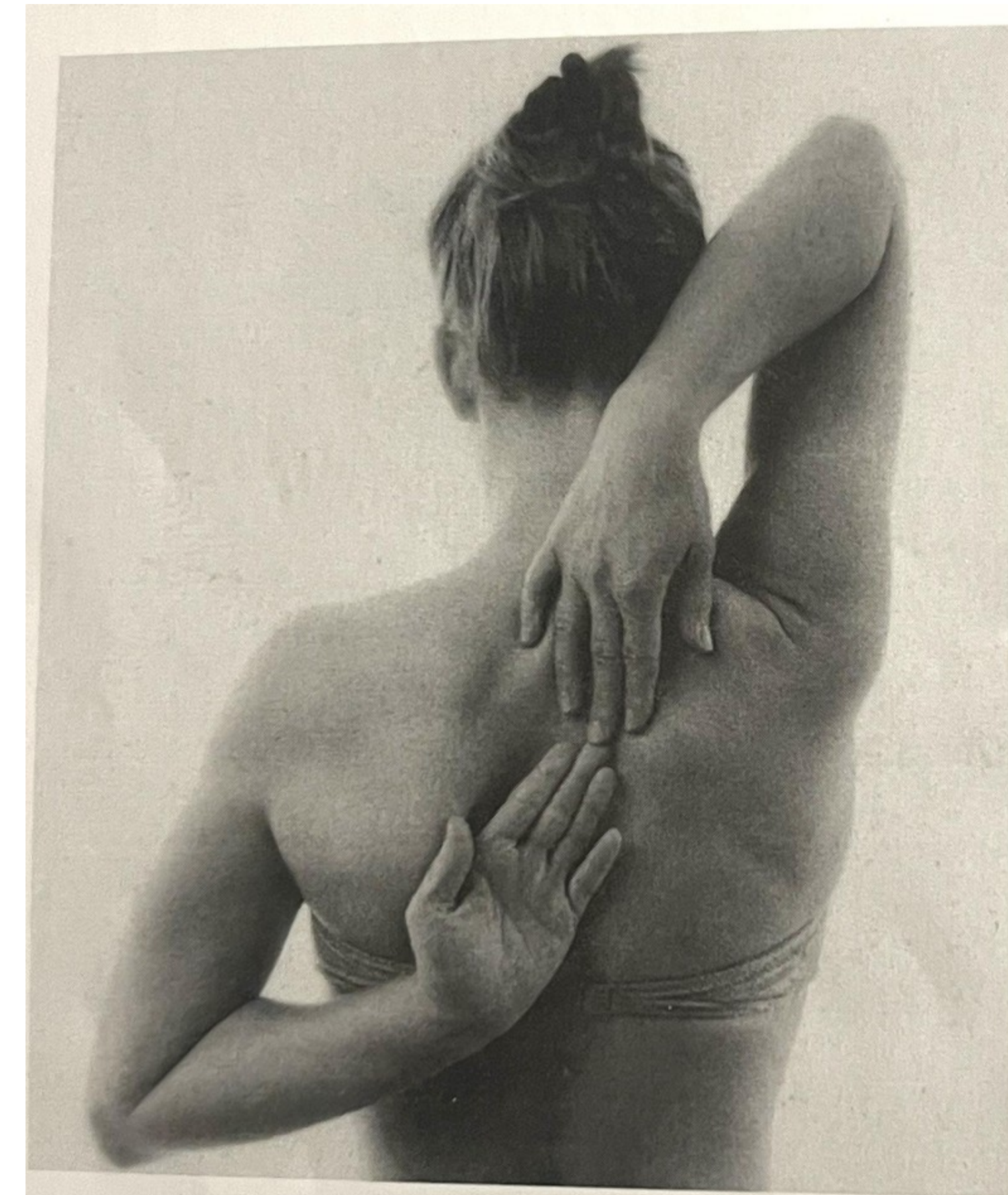
Obr. 3.2b

Zkouška zapažených paží

Ve stoji/ v sedě → snaží se spojit prsty rukou za zády (jedna HK jde horem, druhá spodem)

Norma: dotknutí konečků prstů bez větší lordotizace Thp a Lp.

Hypermobilita: pacient spojí za zády celé dlaně nebo si dosáhne až na zápěstí. Opět stranově porovnáváme.



Obr. 3.3

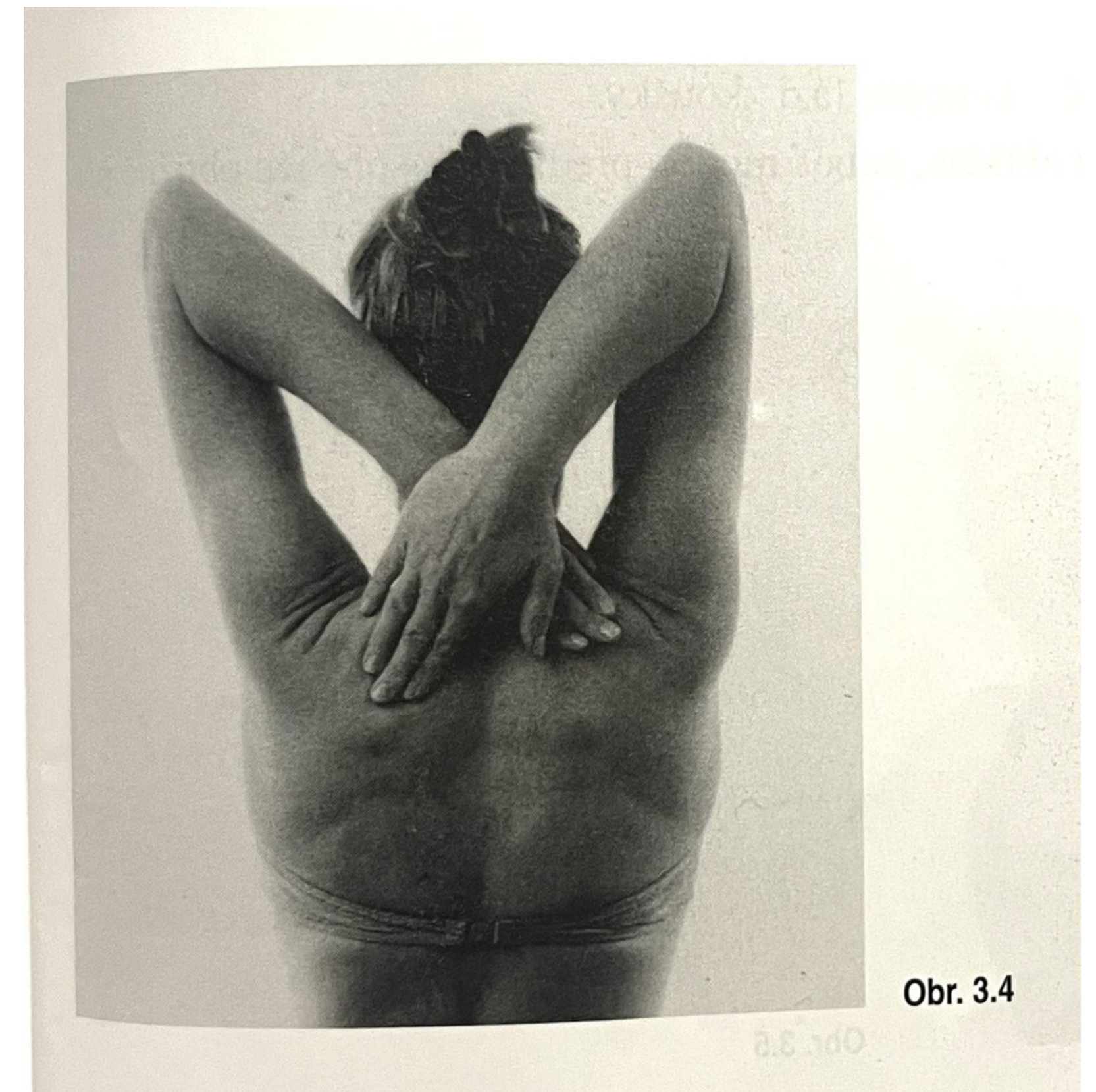
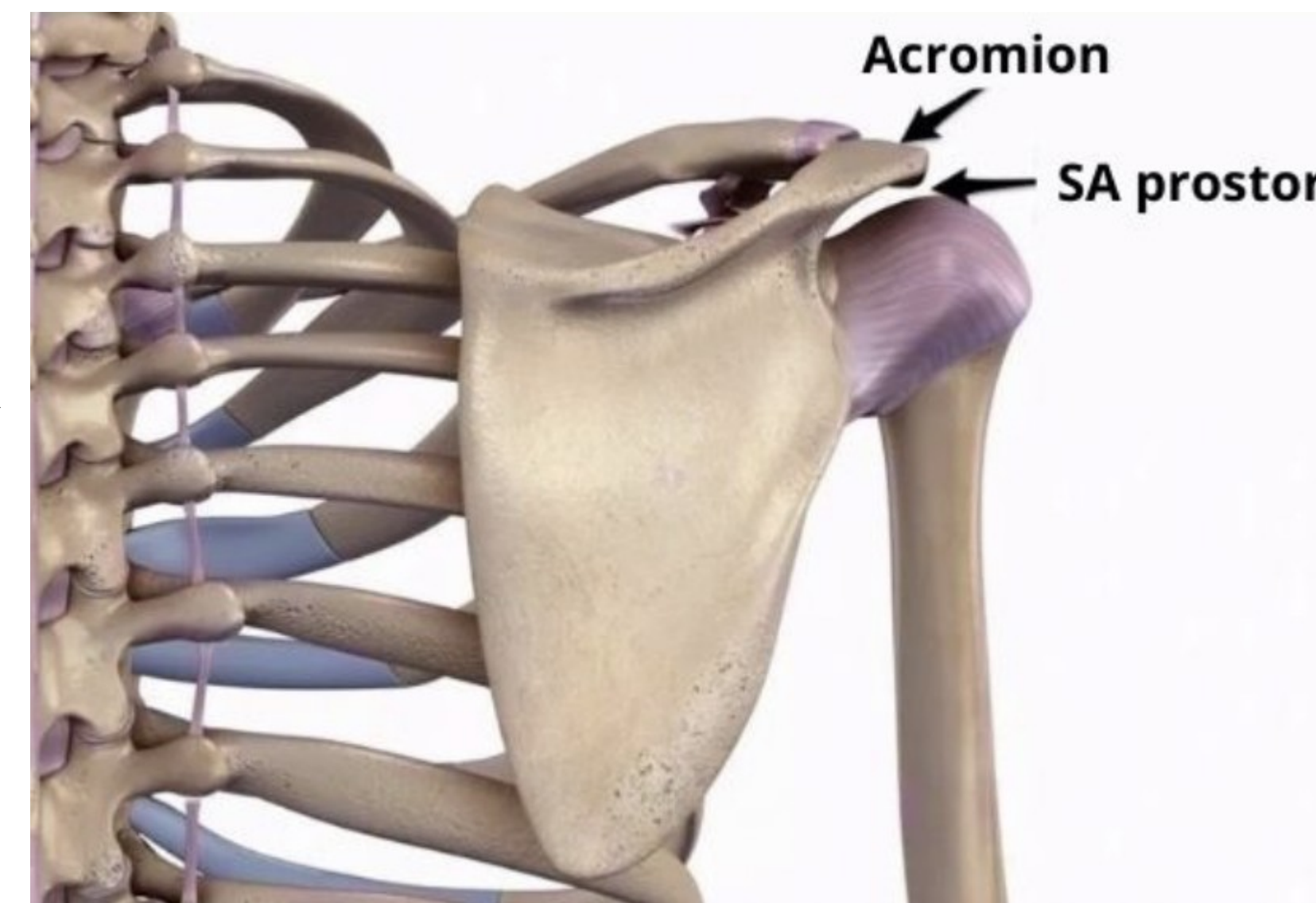
Zkouška založených paží

tato zk. není příliš vhodná, nedovoluje přesnější ohodnocení

Vsedě/ vleže zapaží obě HKK horem směrem na horní okraje lopatek.

Norma: snadno dosáhne špičkami prstů k akromionu lopatky

Hypermobilita: dlaní překryje část/ celou lopatku.



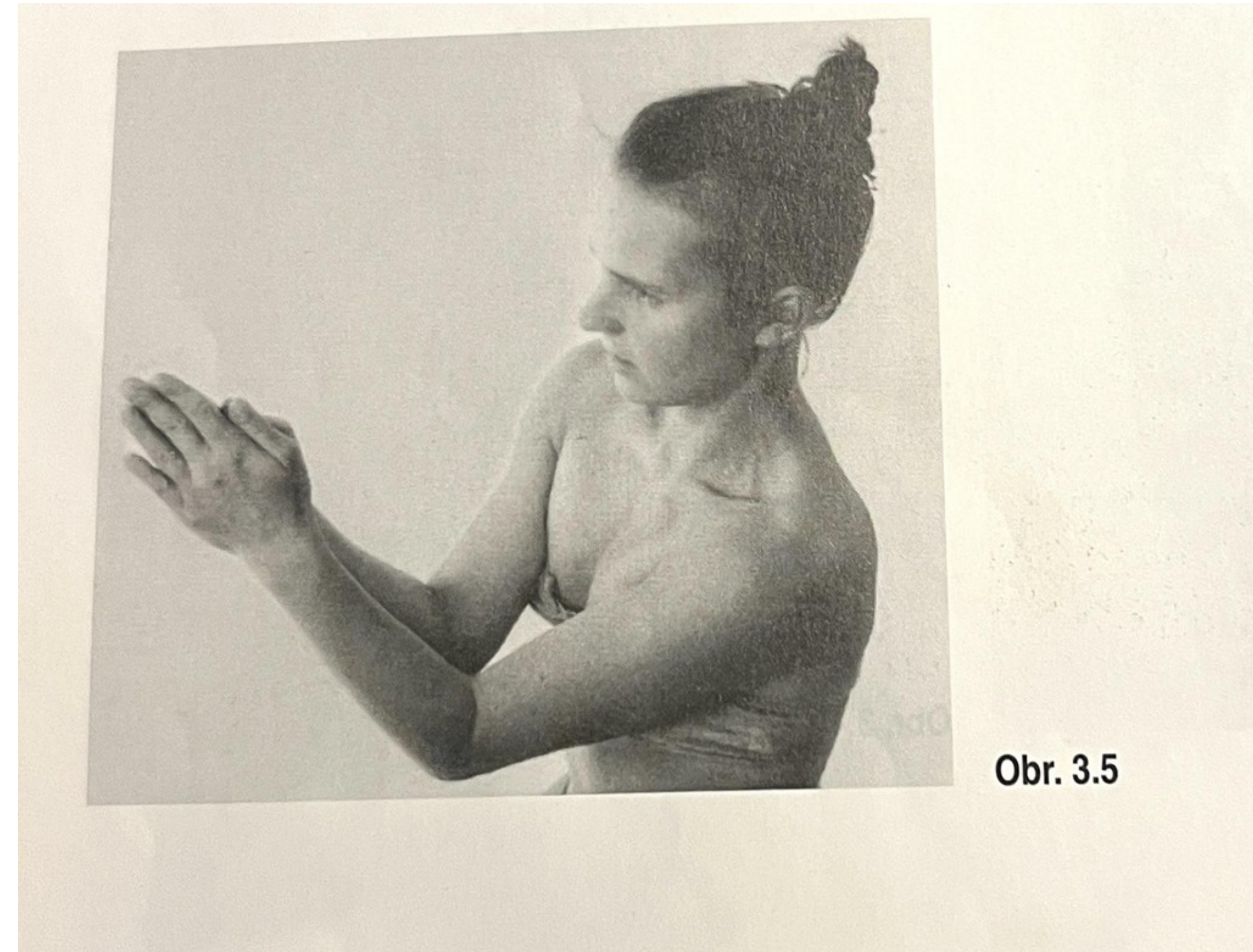
Obr. 3.4

Zkouška extendovaných loktů

Ve stoji/ vsedě na židli spojí pacient svá předloktí a dlaně před tělem → snaha o natažení loktů se stále spojenými předloktím .

Norma: extenze loktů až do 110° mezi předloktím a pažní kostí.

Hypermobilita: větší úhel než 110°



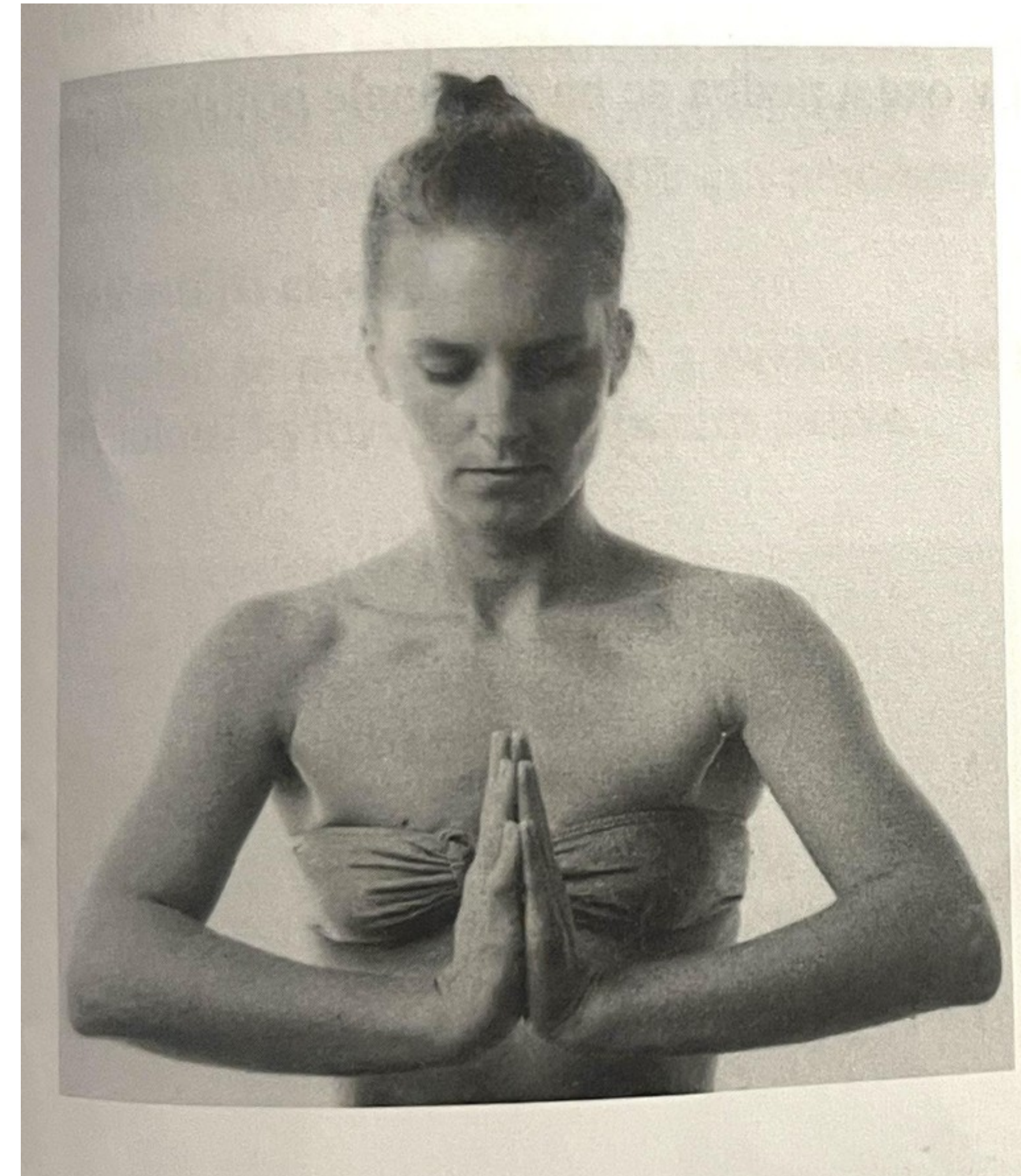
Obr. 3.5

Zkouška sepjatých rukou

Vsedě/ ve stoji tiskne pacient k sobě dlaně před tělem → provádí DF zápětí se současným zvedáním loktů, aniž dlaně od sebe odděluje.

Norma: 90° úhel mezi zápěstím a předloktím.

Hypermobilita: $<90^\circ$



Obr. 3.6

Zkouška sepjatých prstů

2. fáze předchozího vyšetření

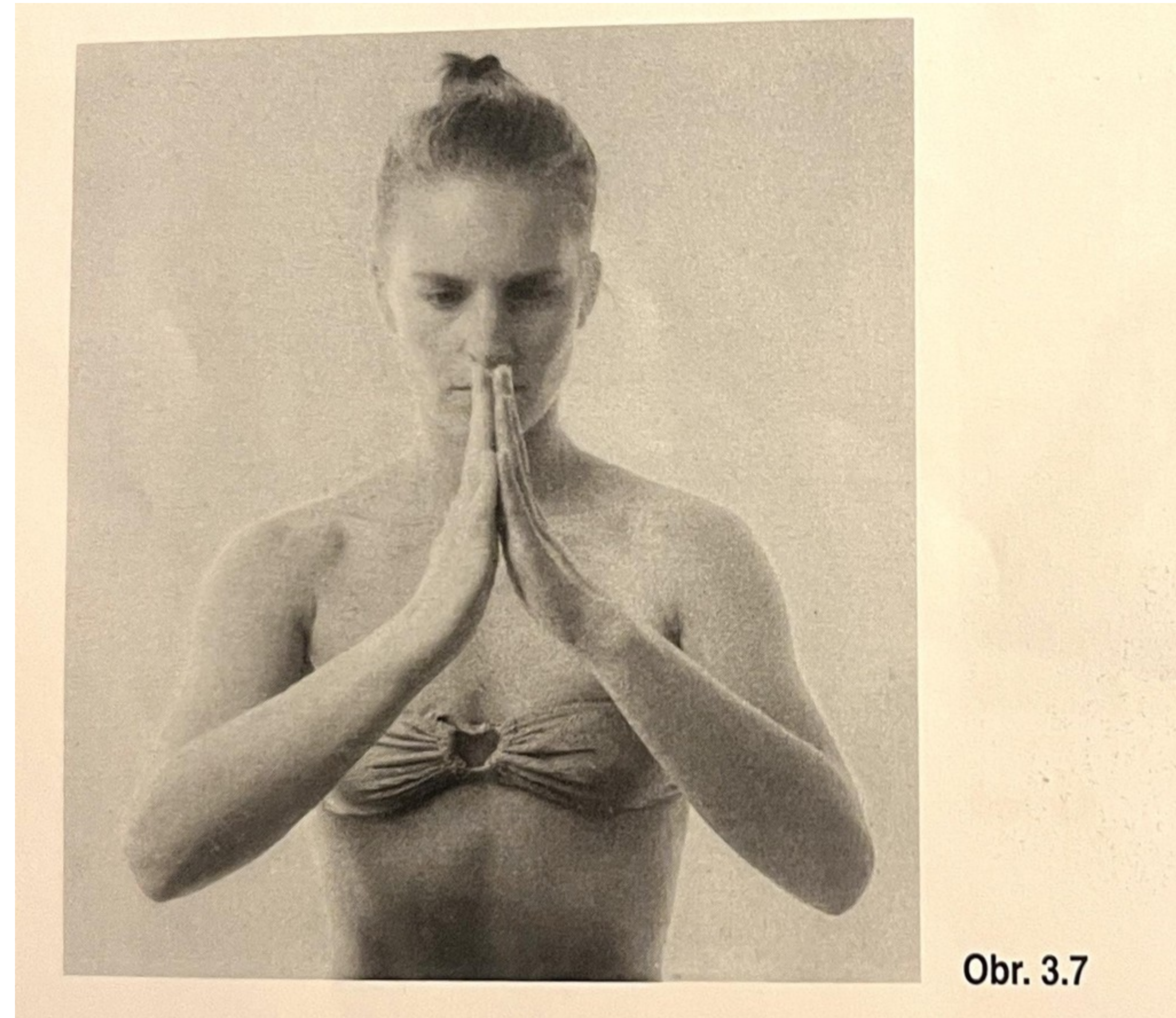
Pacient tiskne natažené prsty k sobě a zápěstí drží přesně v prodloužení osy předloktí. Poté provádí hyperextenzi prstů tím, že posouvá ruce distálním směrem.

Zápěstí celou dobu zůstává v prodloužení předloktí.

Norma: dlaně mezi sebou svírají úhel 80°.

Hypermobilita: úhel se zvětšuje.

(při zkrácených flexorech prstů se úhel naopak zmenšuje)



Obr. 3.7

Zkouška předklonu

Předklon s extendovanými koleny.
Sledujeme způsob provedení předklonu a
zvláště překlápění pánve a plynulost oblouku
celé páteře.

Norma: dotek prstů země.

Hypermobilita: dotek celých prstů/dlaní
země.

Zkouška úklonu

Lateroflexe trupu ve stoji bez elevace ramene a posunu pánve laterálně.

Norma: kolmice spuštěná z axily prochází intergluteální rýhou.

Hypermobilita: úklon se zvětší, kolmice z axily se dostává na kontralaterální stranu .

Při zkrácení m. QL se kolmice zastaví brzy na homolaterální straně.

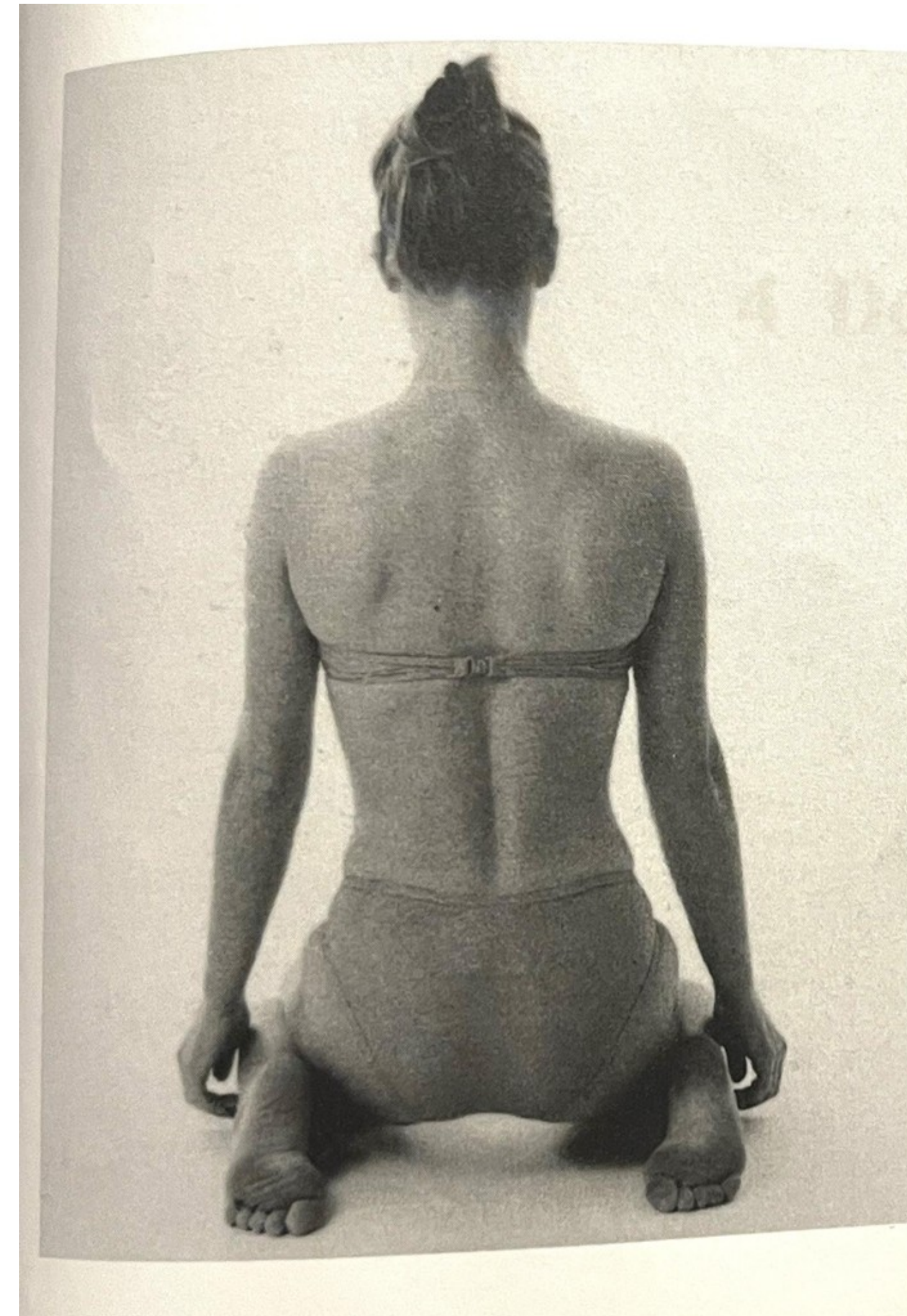
Zkouška posazení na paty

Klek mezi paty.

Norma: hýždě se dostanou pod pomyslnou spojnicí pat.

Hypermobilita: hýždě se mezi patami dostanou až a podložku.

Při zkrácení m. QF zůstanou hýždě nad pomyslnou spojnici pat.



Obr. 3.9