

# Workshop

## Die Schulter-Hüfte- Knie Kette

François Seel

Yvonne Ott

# SFABS

# Ziele

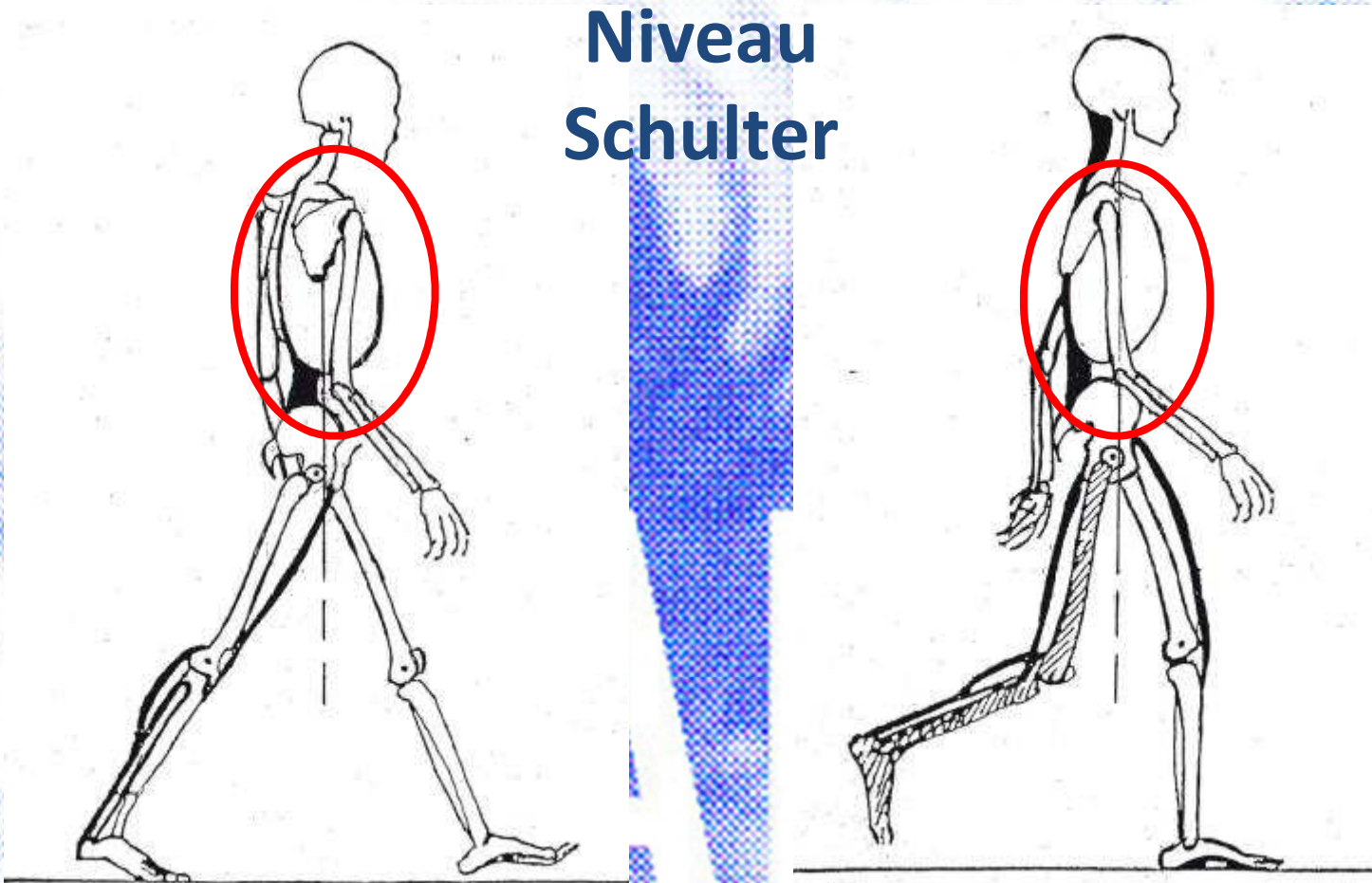
- Biomechanische und pathomechanische Bewegungsrhythmen des Schultergelenkes weiterlaufend nach kaudal erkennen.
- Rotation der TCFA und die Rückwirkung auf die Schultergelenke erkennen.
- Testen und behandeln.

# Ablauf:

- Theorie: grundlegende Bewegungsrhythmen der Schulter bei GVO und GVU
- Praxis: Test Elevation Schulter im Stand (TCFA neutral frontal, TCFA links rotiert, TCFA rechts rotiert)  
Test LWS-Hüfte- Schulter  
Behandlung Hüfte-Schulter  
Wiederbefund/Schlussfolgerungen

# Gangart von OBEN

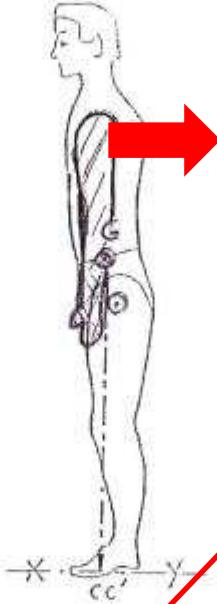
Niveau  
Schulter



# Orthostatische Organisation: Gangart von OBEN

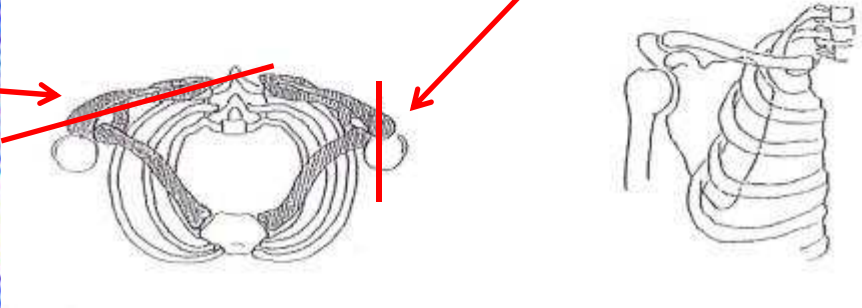
Ausgelöste Armbewegung – Gangart von oben

Ventrales Lastmoment durch leichte Scapula-Retraktion reduzieren



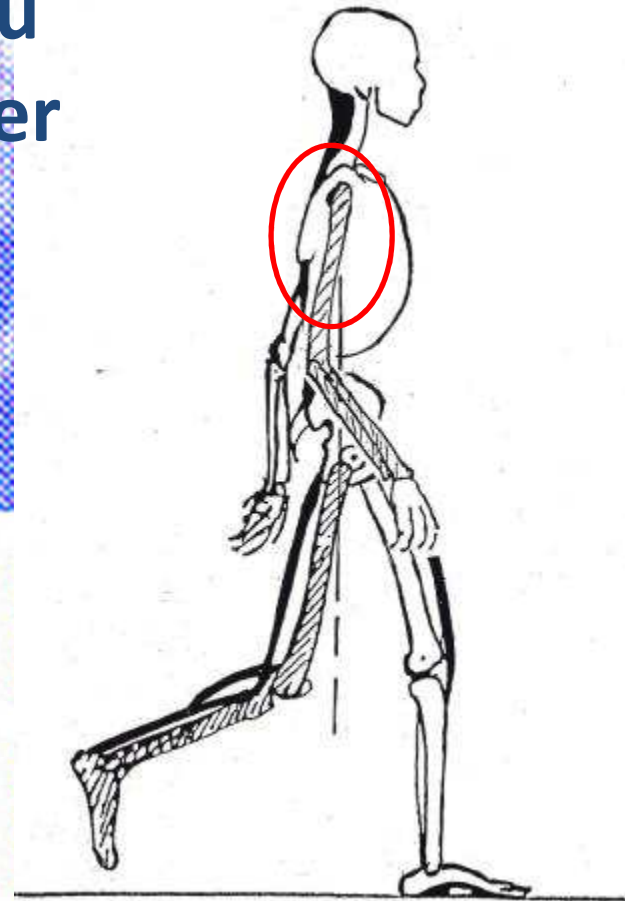
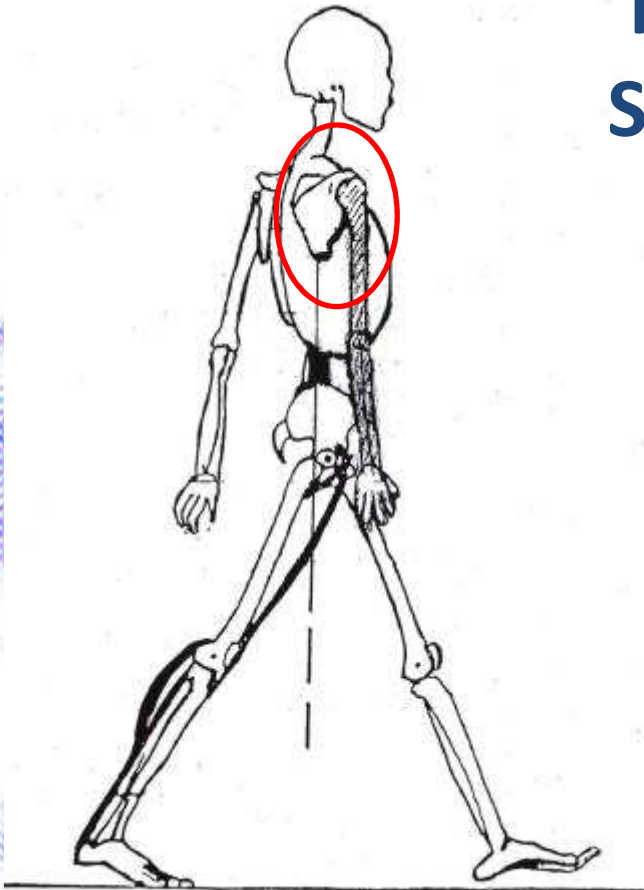
Cavitas eher sagittal orientiert

Scapula eher frontal orientiert



# Gangart von UNTEN

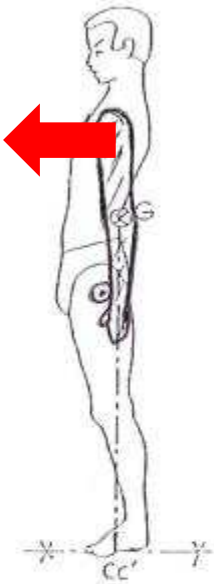
Niveau  
Schulter



# Orthostatische Organisation: Gangart von Unten

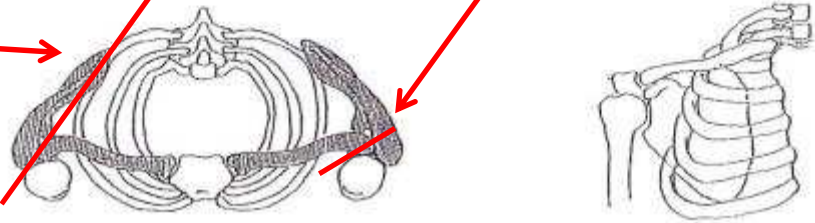
Ausgelöste Armbewegung – Gangart von unten

Dorsales Lastmoment durch leichte Scapula-Protraktion reduzieren



Cavitas eher frontal orientiert

Scapula eher sagittal orientiert



# Wahrnehmungsübung

The logo for SFABS features a blue gear-like circular emblem with a halftone dot pattern. The letters 'SFABS' are written in a large, white, serif font across the center of the emblem.

SFABS



# Praxis Partnerarbeit

## Arbeitsblatt:

- Stand auf dem A3 Blatt.
- Primäre spontane Beckenstellung beobachten und einzeichnen:



- Elevation rechte Schulter, Elevation linke Schulter ausführen. Ausführen in leichter Rumpfvorneigung (alltagstypisch)

Frage: Welche Schulter zeigt ein Bewegungsdefizit?  re  li

- **Beckenrotation nach links** - anschliessend eine Elevation der mehr betroffenen Schulter ausführen:

- Schulterbeweglichkeit ist leicht grösser
- Schulterbeweglichkeit ist leicht reduziert
- Schulterbeweglichkeit unverändert

weitere Beobachtungen:

- **Beckenrotation nach rechts**-anschliessend Elevation der mehr betroffenen Schulter ausführen:

- Schulterbeweglichkeit ist leicht grösser
- Schulterbeweglichkeit ist leicht reduzierter
- Schulterbeweglichkeit unverändert

### **Mögliche Verbindung suchen mit der LWS:**

**Test LWS:** Lateralflexionstest, Befund Pathomechanik in Konvergenz

links		rechts
<input type="checkbox"/>	L4-L5	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	L5-S1	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	L3-L4	<input type="checkbox"/>

# Praxis Partnerarbeit

## Mögliche Verbindung suchen mit der Hüfte:

	links	rechts
Test Hüfte: Anteversion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anteversio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Impulsiv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Expulsiv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Test Knie (bei Bedarf):

	links	rechts
ARot vermindert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
IRot vermindert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Behandlung:

- Zentrierung der Hüftgelenke
- Beckenstellung beobachten und neu einzeichnen



- Lateralflexionstest der LWS, Befund Pathomechanik in Konvergenz

	links	rechts
<input type="checkbox"/>	L4-L5	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	L5-S1	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	L3-L4	<input type="checkbox"/>

- Das Schultergelenk untersuchen. Was ist dominant?

Hochstand  Anteversion  Retroversion

und zentrieren:

Meine Schlussfolgerungen:

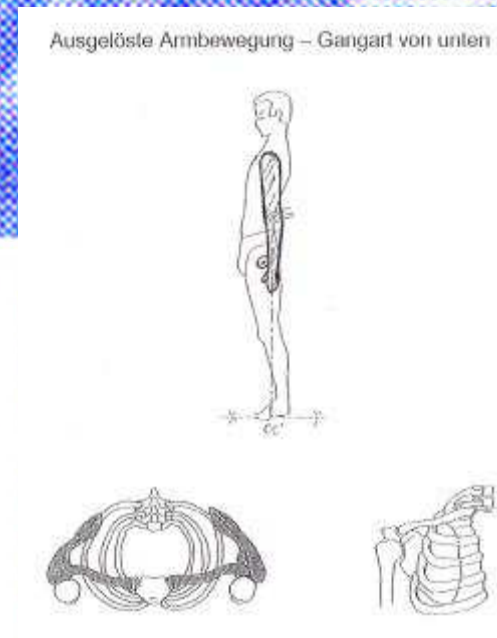
# Diskussion

The logo for SFABS (Society for Financial Accounting and Business Studies) is a circular emblem. It features a central gear-like shape with a sunburst or starburst pattern radiating from its center. The letters 'SFABS' are prominently displayed in a large, white, serif font across the middle of the emblem. The background of the emblem is a blue and white halftone dot pattern.

SFABS

# Take home message

- Die Lage der Schwerkraftlinie in Bezug zur TCFA beeinflusst in der Normbewegung die Scapulastellung resp. die Stellung der Cavitas glenohumeralis im Raum.



# Take home message

- Pathomechanische Rhythmen in der Gesamtkette führen zu Körpermassenverlagerungen und dies kann die Stellung der Scapula in eine Abnorm bringen, mit den entsprechenden motorischen Kompensationen.
- Eine Pathomechanik in der LWS und Hüftdezentrierungen können eine physiologische weiterlaufende Bewegung des Schultergelenks stören und die untere Extremitätenkette belasten (Flexion-Valgus Tendenz Knie).