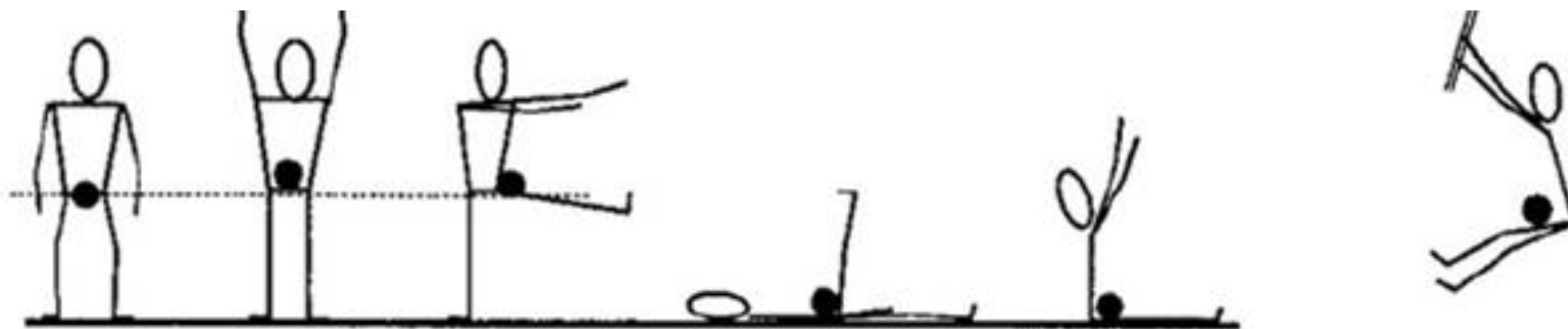


Limity stability, posturální
stabilita, postura, atituda

KIP3

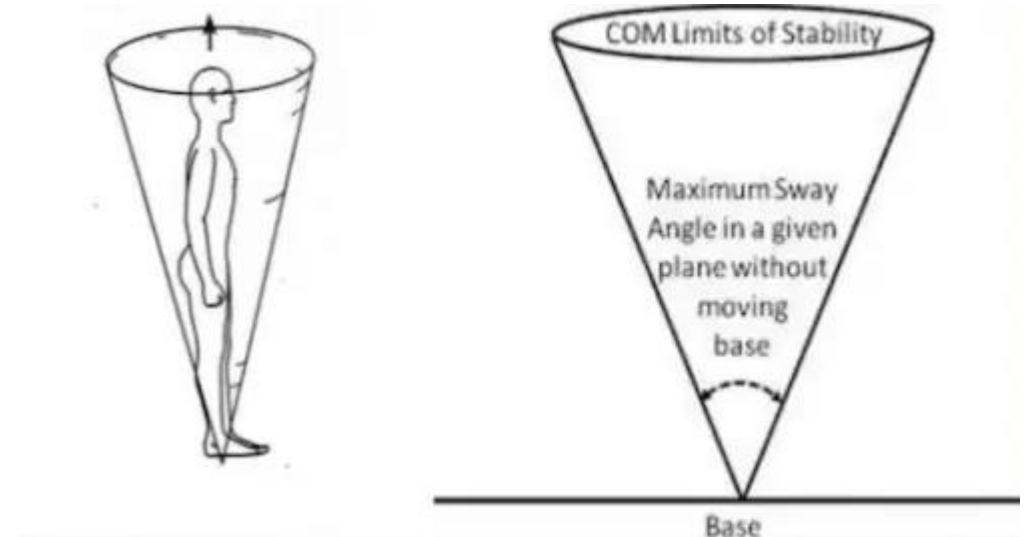
Těžiště

- působiště tíhové síly, která působí na hmotné těleso
- Při změně polohy segmentů se mění pozice těžiště

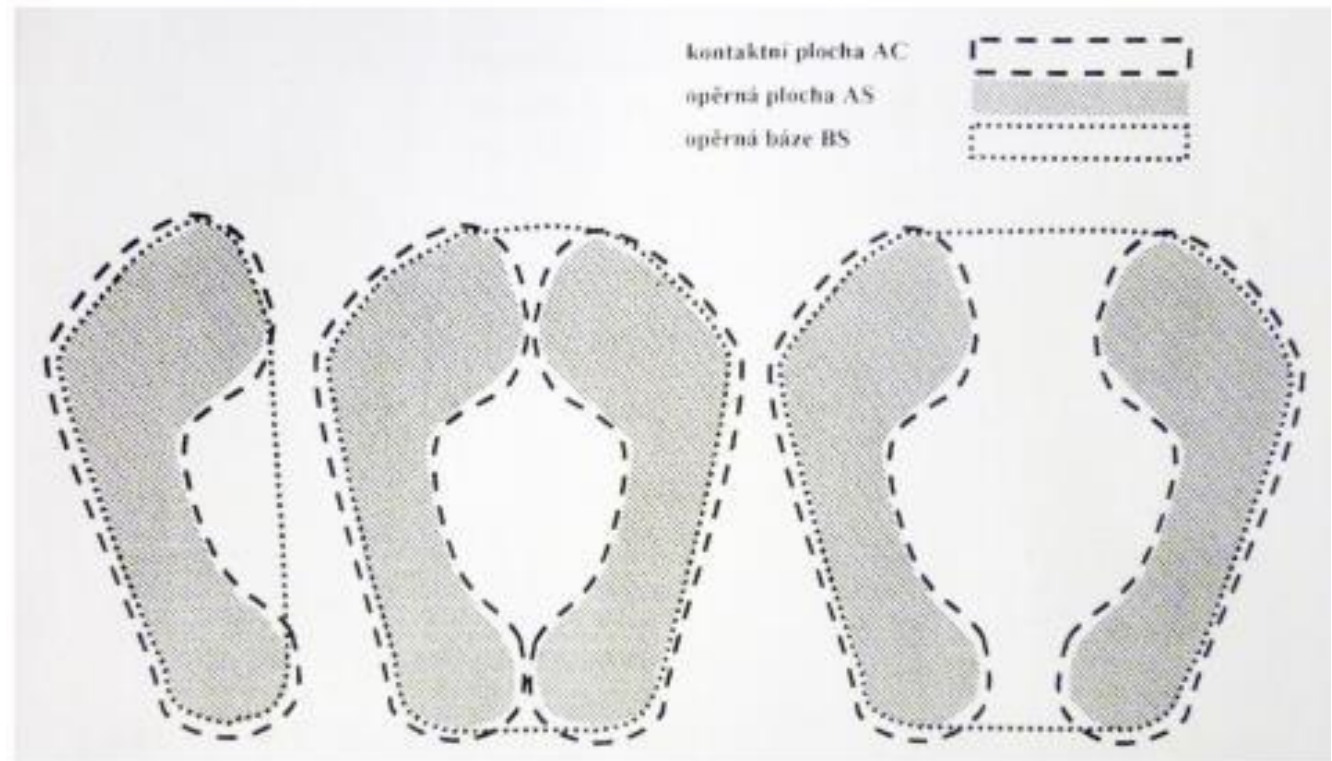


Limity stability (LOS)

- Opěrná baze je plocha ohraničená nejvzdálenějšími hranicemi ploch opory (opěrné plochy a vše mezi nimi)



- Jakákoliv limitace (rozsahu, síle, bolest nebo kontrola nohy) v opěrné bazi (ploska, dkk) budou afektovat balanci.



- **Rovnováha** není jedna lokalita nebo bod, ale lokalita, ve které jsme schopni fungovat (sway)
- haptická (dotyková) opora – obrovský vliv.

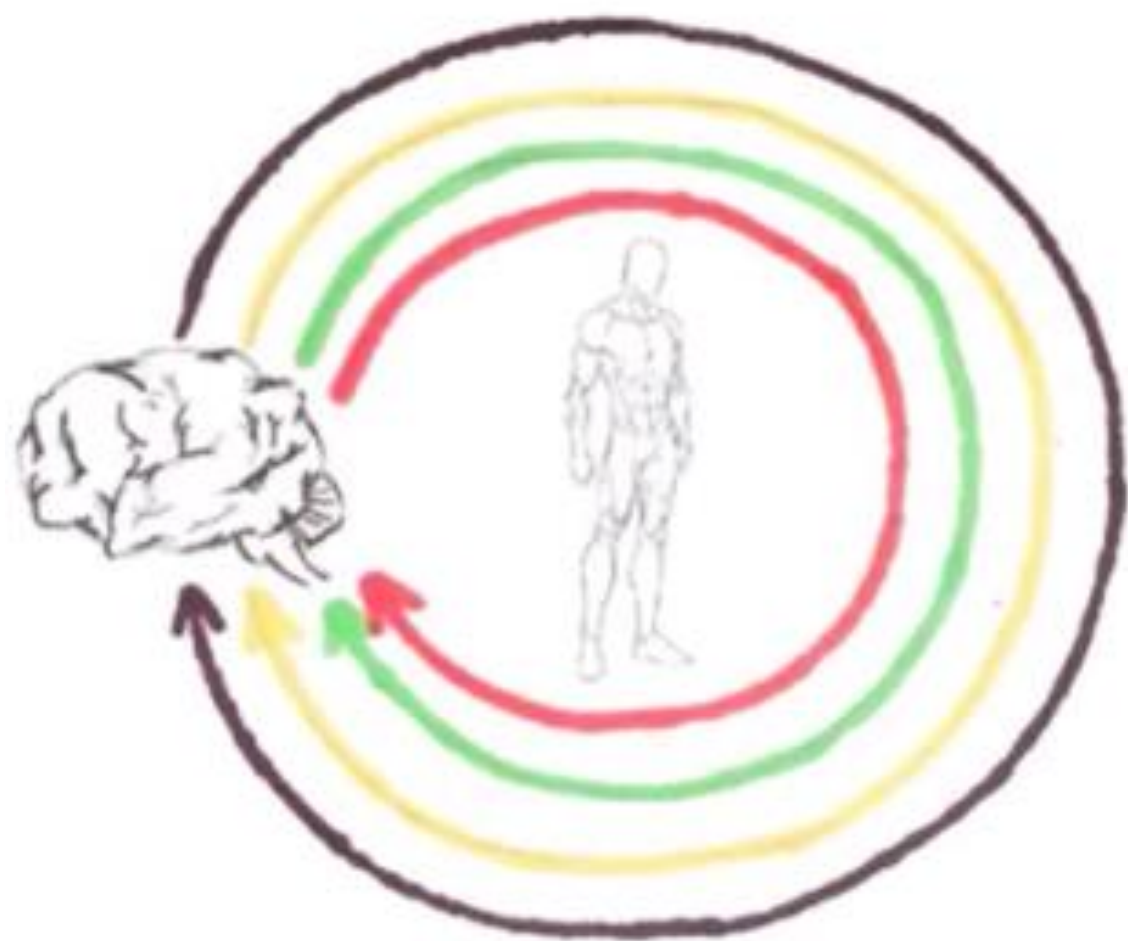
- CNS má povědomí o těchto limitech (interní reprezentace), (obrácený kužel). U mnoha seniorů se tato schopnost mění.
- Dáno senzoričkou insuficiencí nebo poruchou zpracování – porucha na úrovni kortexu.

Postura, posturální stabilita, atituda

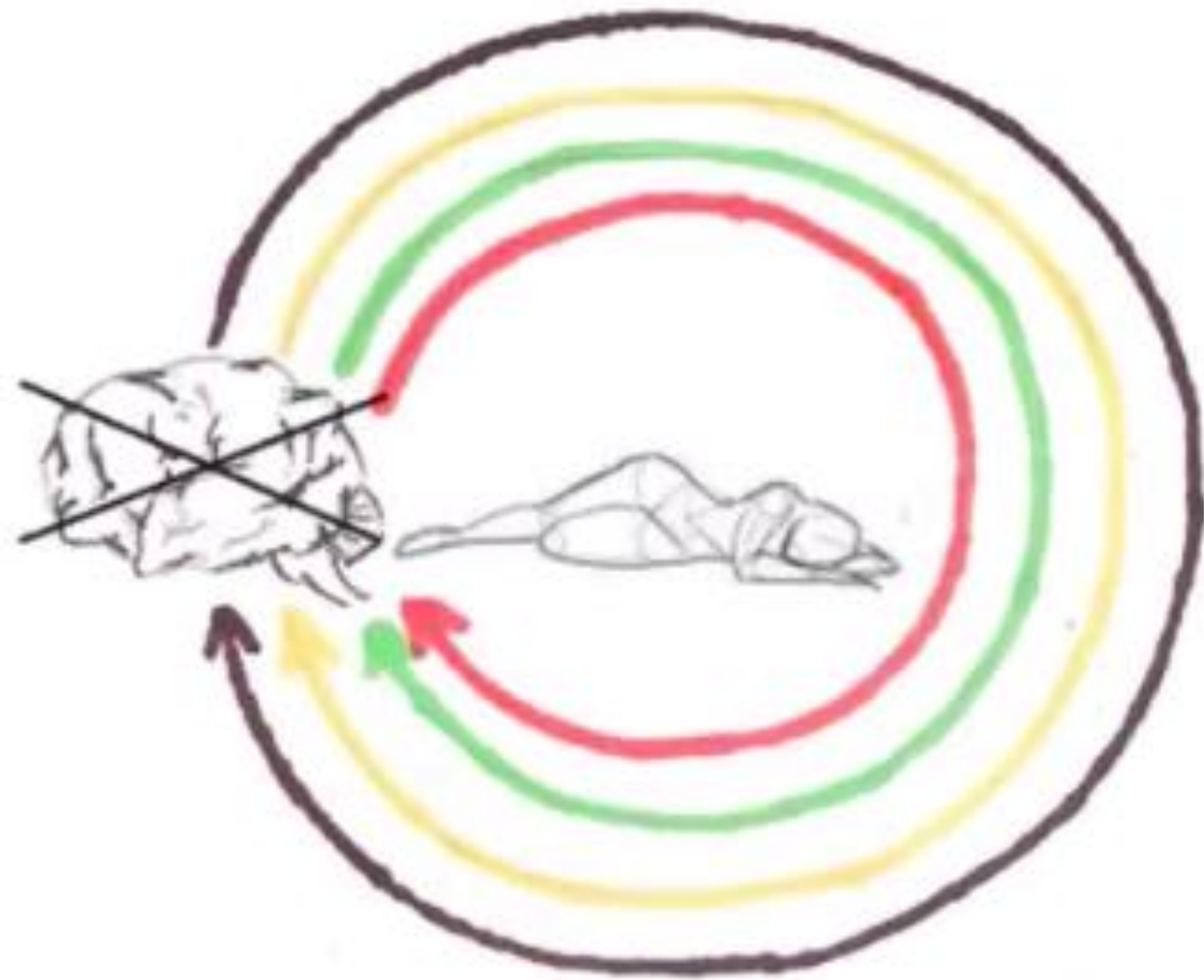
- nutnost intaktní senzorky
- Součet všech sil a momentů musí být 0 – je to základní předpoklad pro to, abychom nepadali
 - zajišťuje to CNS prostřednictvím vnitřních sil.
- Postura nastavená tak, aby bylo možné provést plánovaný pohyb = **atituda**
- Senzorické informace vždy mezi sebou musí spolupracovat – multisenzorická integrace

Posturální stabilita

- Schopnost udržet tělo ve vzpřímené poloze, reagovat na změny zevních a vnitřních sil a zamezit tak nezamýšlenému nebo neřízenému pádu živého organismu



- SENZORICKÝ SYSTÉM
- MUSKULOSKELETALNÍ SYSTÉM
- VESTIBULÁRNÍ SYSTÉM
- LIMBICKÝ SYSTÉM



- SENZORIC
- MUSKULO
- VESTIBU
- LIMBICK

Pertubace jednotlivých senzorických systémů

- Vliv na výchylku COP

Pertubace jednotlivých senzorických systémů

- Vestibulární a vizuální 61% (zavře oči a zakloní hlavu) (důkaz něčeho navíc - **MSI**)

- Pohyb je život – pohyb kloubů předpokládá produkci aferentních informací – síť mozek informacemi – informace o statické pozici je málo. Pohyb je základ pro to, abychom udržovali funkční měkké tkáně, vazivo.
- Nutnost udržení bodyschema k udržení lokomoční fce.