

Nama : Eka Maulina
Nim : 1710301020
Kelas : 8A2 fisioterapi.

1. Sebut dan jelaskan pola PNF upper extremity
2. jelaskan bagaimana prosedur pelatanaan PNF Upper extremity.

Jawab

~~Pattern~~ ~~Lower Extremity~~.

Pattern Upper Extremity.

a. Diagonal 1 Flexi (Fiksasi menyilang)

Pola : Flexi → ^{shoulder} adduksi → eksternal rotasi

b. Diagonal 1 Ekstensi (Fiksasi menyilang)

Pola : ekstensi → shoulder abduksi
→ dan sedikit Internal rotasi

c. Diagonal 2 Flexi

Pola : Flexi → abduksi shoulder → Eksternal rotasi → wrist ~~ekstensi~~ ~~palmar~~ ekstensi

d. Diagonal 3 Ekstensi

Pola : Ekstensi → shoulder adduksi → internal rotasi → wrist palmar

Prosedur Pelaksanaan PMF Upper Extremity.

- Pasien memiliki MMT minimal 4
- Koordinasi pasien baik
- Kognitif pasien baik dan mampu memahami perintah

Untuk pelaksanaannya.

- - Pasien berbaring atau bisa juga dalam posisi duduk.
- Jika lebih maksimal ~~posisi~~ dan rileks pasien disarankan berbaring
- Fisioterapi disamping pasien. (disisi yang sakit)
- cek MMT pasien
- Lakukan Pola Serak Diagonal 1 dan 2.