

PRATIUM PNF UPPER EXTREMITY

No
Date

Nama : Milenia Vina Sacola

Nim : 1710301172

Kelas : 8C4 Fisioterapi

1. Sebut dan jelaskan pola PNF upper extremity!

- Diagonal 1 :
 - Abduksi shoulder
 - Ekstensi Elbow
 - Pronasi Elbow
 - Ekstensi Finger
 - Palmar Flexi Wrist

- Diagonal 2 :
 - Ekstensi shoulder
 - Adduksi shoulder
 - Ekstensi Elbow
 - Pronasi Elbow
 - Ekstensi finger
 - Palmar Flexi Wrist

Tujuannya adalah untuk bisa mencapai posisi tertentu.

pada pola diagonal 1/2 posisi pasien terlentang dan melakukan gerakan pada posisi berlawanan lalu kembali ke posisi awal.

2. Jelaskan bagaimana prosedur pelaksanaan PNF upper extremity?

- ↳ Prosedur :
 - Posisi pasien tidur terlentang
 - Adanya manual kontak (kedua tangan harus mengenai kulit)
 - Sambil melakukan tahanan minimal
 - Verbal respon
 - Visual feedback
 - Proper body mekanik
 - Iradiasi (traksi, kompresi, aproksimasi)
 - Ke Inforcement
 - Pola gerak diagonal

Kondisi pasien yg dapat melakukan PNF yaitu kekuatan otot cukup minimal 3, koordinasi gerakan yg cukup, Tingkat kognitif yang baik.