

Nama : Nur Fahima Jafar

Nim : 17103021127

Kelas : 8C Fisioterapi

Nama : Nur Fahima Jafar
Nim : 17103021127
Kelas : 8C Fisioterapi

History And Philosophy of PMF

Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PMF) dikenal sebagai metode Kabat.

(Dokter dan Neurofisiologi Amerika MUDr. Herman Kabat 1913-1995)

MUDr. Herman Kabat merupakan ahli neuro-fisiologi yang penting. Bersama dengan fisioterapi Margaret Knott dan Dorothy Voss, pada tahun 40-an ia mengembangkan metode terapi untuk pasien yang menderita poliomyelitis (kelumpuhan infantil). Pada tahun 60-an, metode ini pertama kali diterbitkan di Cekoslowakia, di mana metode ini dengan cepat menjadi populer di kalangan Dokter dan Fisioterapis. Metode ini terbukti relatif cepat dan efektif dalam spektrum diagnosis gerak yang jauh lebih luas.

SEJARAH PMF

Dr. MUDr. Herman Kabat terinspirasi oleh teknik Pesawat Australia Elizabeth Kenny, yang bekerja dengan pasien setelah poliomyelitis. Ciri khas metodenya adalah peregangan atau latihan khusus jaringan otot. Namun metodenya tidak memiliki penalaran neuro-fisiologis, yang pada akhirnya disempurnakan oleh Dr. Kabat. Pada tahun 1954, assistennya Dorothy Voss menambahkan nama metode itu dengan istilah "Neuromuskular". Di sini lah muncul judul lengkap metode proprioceptive neuromuscular facilitation (PMF).

Dr. Kabat ingin membuat pendidikan manual terapi, yang memungkinkan para Dokter untuk menganalisis kondisi gerakan pasien dan pada saat yang sama memberi mereka terapi yang efektif untuk pemulihan gerakan fungsional. Penting untuk diingat bahwa hanya Perawat medis, tetapi seperti alat yang memungkinkan untuk mendemonstrasikan perawatan khusus dari distensi neuromuskular.

Pada tahun 1940, konsep Kabat baru dibuat menarik perhatian seorang industrialis kaya yaitu Henry Kaiser, yang putranya menderita multiple sclerosis. Bersama-sama mereka mendirikan Institut Kabat-Kaiser di Washington, D.C. Pada tahun 1946, Institut tersebut dipindahkan dua tahun kemudian ke Vallejo di California, dan pada tahun 1950 dibuka lagi cabang baru di Santa Monica, California.

Pada tahun/pertengahan 40-an, Dr. Kabat mulai fisioterapi yang akan bekerja dengannya. Pada tahun 1948 Margaret Knott menjadi fisioterapi pertama yang bekerja dengannya. Setelah pindah dari White Washington ke Vallejo pada tahun 1949, Maggie Knott mulai melatih metode PMF dan bahkan membuat Program Pembelajaran Para-Graduat yang diminat oleh fisioterapi di seluruh dunia.

Pada tahun 1952 bergabung dengan Dr. Kabat juga fisioterapi Dorothy Voss. Dorothy dan Maggie menulis buku pertama tentang PMF di tahun 60-an. Keduanya kemudian memperluas dan mengembangkan konsep dasar PMF. Mereka mengembangkan pola gerakan Spiral dan diagonal yang terpinjir pada lengan dan kaki, badan, kepala dan leher. Serta dua edisi berikutnya yang muncul pada tahun 1960 dan 1968. Setelah buku-buku tersebut, Adler, Beckers, dan Buck adalah teks komprehensif yang lebih baru yaitu PMF in practice.

Perjalanan

Berkembangnya

Teknik PMF

Awalnya, Kabat, Voss dan Knott mendirikan lembaga pelatihan pancasarjana, yang dikenal sebagai Institut Kaiser-Kabat. Salah satu lembaga ini, Kaiser Permanente di Vallejo, California, masih ada sampai sekarang. Lembaga ini menawarkan Program Residensi 3, 6, dan 9 bulan. Di lembaga ini, Peserta menerima pelatihan dalam bentuk teori dan laboratorium dan supervise perawatan pasien yang intensif. Banyak Program pancasarjana mengadopsi Teknik PMF di seluruh dunia.

Pada tahun 1985, kelompok Instruktur PTF Internasional di bentuk, yang mengarah pada Pembentukan Asosiasi PTF Internasional (IPNFA) pada tahun 1980. Anggotanya terdiri dari Instruktur dan orang-orang yang tertarik dengan PTF dan dalam menjaga konsistensi dan standar dalam Pengajaran, Praktek, dan Penelitian PTF. Berbagai macam forum dan tingkat pengajaran dapat ditemukan di situs web mereka.

Prinsip PTF

PTF juga melibatkan pembelajaran dan pemeliharaan fungsional dari pola gerakan yang baru diperoleh. Bentuk pengulangan dan penggunaan perkembangan sistem gerakan dapat kembali membuat strategi gerakan yang efektif dan berfungsi dengan baik biomekanik terapan berdasarkan gerakan yang diajarkan kembali dan analisis gerakan kontrol melalui sistem saraf pusat.

Semua kegiatan didalam PTF difokuskan pada tujuan fungsional (misalnya: seseorang ingin kembali mengambil cangkir dari cak atas), itu berasal dari pola gerakan alami setiap individu yang jika berhubungan dengan lingkungannya, dimana tujuannya harus dicapai. aktivitas otot merambat dari ujung jari tangan dan kaki ke persendian, batang tubuh, (misalnya: dari jari ke bahu dan dada) dimana tidak ada

Pencapaian pada menjaga fungsi stabilitas batang tubuh. Hal itu menurut Dr. Kabat secara otomatis akan terjadi pada individu yang matang secara neuromuskular dan mental.

Precaution PTF

- Perlu berhati-hati saat melakukan peregangan PTF karena dapat menambah tekanan pada kelompok otot yang terganggu, yang dapat meningkatkan resiko cedera jaringan lunak
- Selama peregangan dan fase kontraksi peregangan PTF, tidak perlu mencapai kekuatan atau intensitas maksimum. Fokusnya, peregangan PTF bekerja paling baik ketika peregangan dan kontraksi lambat.

3. Semakin kecil kelompok otot, semakin sedikit tekanan yang dibutuhkan.

4. Juga sebelum melakukan segala bentuk stretching sangat penting untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pemanasan sebelum melakukan peregangan memberikan banyak manfaat, tetapi tujuan utamanya adalah mempersiapkan tubuh dan pikiran untuk aktivitas yang lebih berat. Salah satu caranya adalah membantu meningkatkan suhu inti tubuh sehingga meningkatkan suhu otot tubuh. Hal ini penting untuk memaksimalkan manfaat maksimal diperoleh.

Basic Concept

Of PTF

Sinergi mewakili dari elemen penting dari sistem saraf pusat (SSP) yang berpusat untuk menstabilkan kinerja. Dengan latihan, kinerja latihan meningkat. Dalam PTF, pola sinergis bersifat rotasi dan drag yang diripada gerakan bidang lurus. Ini adalah konsep penting yang mencerminkan gerakan normal.

Tujuan kealaman adalah untuk memfasilitasi stabilitas proximal batang tubuh untuk mobilitas terkontrol distal ekstrimitas dan untuk meningkatkan kontrol sulapera dan koordinasi otot baik di dalam maupun antara pola. Pola ekstrimitas unilatera atau bilateral menempatkan penekanan yang lebih besar pada batang dan bervariasi dalam kesulitan dengan menggabungkan antara aktivitas fungsional dan postur (misalnya, hooklying, rolling, duduk, berdiri, empat, berlutut, plantigrade dimodifikasi, berdiri dan bergerak).

Teknik-teknik PTF digunakan untuk memfasilitasi atau meningkatkan gerakan, dan prinsip-prinsip pembelajaran motorik (misalnya, latihan, pengulangan, umpan balik) digabungkan untuk mempromosikan Perolehan, retensi, dan transfer pembelajaran motorik baru.