

History and philosophy of PNF

Proprioceptive Neuromuscular Facilitation "PNF"

(Dikenal sebagai Metode Kabat).

(Dokter dan Neurofisiologis Amerika MUDR. Herman Kabat 1913-1991)

MUDR. Herman Kabat merupakan ahli neurofisiologis Amerika yang penting. Bersama dengan fisioterapis Margaret Knott dan Dorothy Voss, pada tahun 40-an ia mengembangkan metode terapi untuk pasien yang menderita poliomyelitis (kelumpuhan infanasi). Pada tahun 50-an, metode ini pertama kali diterbitkan di cekoslowakia, dimana metode ini dengan cepat menjadi populer dikalangan dokter dan fisioterapis. Metode ini terbukti efektif cepat dan efektif dalam spektrum diagnosis gerakan yang jauh lebih luas.

Sejarah PNF.

D MUDR. Herman Kabat terinspirasi oleh teknik perawatan Anitra Elizabeth Kenny, yang bekerja dengan pasien setelah poliomyelitis. Ciri khas metode nya adalah peregangan / latihan khusus jaringan otot. Namun metode nya tidak memiliki penerapan neurofisiologis, yang pada akhirnya dikembangkan oleh Dr. Kabat. Pada tahun 1954, asistennya Dorothy Voss, menambahkan nama metode itu dengan istilah "Neuromuscular". Dari sinilah muncul judul lengkap metode Proprioceptive Neuromuscular Facilitation.



PAPERLINE

Dr. Kabat ingin membuat Pendekatan manual terapi, yang memungkinkan para dokter untuk mengawasi kondisi gerakan pasien dan pada saat yang sama membuat mereka terpejasi yang efektif. Untuk memastikan gerak fungsional - penting untuk diadai bahwa PNF bukan hanya perawatan motorik tetapi lebih seperti alat yang memungkinkan untuk mendiagnosis perawatan khusus dari disfungsi Neuro-muscular.

Pa

Pada tahun pertengahan 40-an, Dr. Kabat mulai mencari fisioterapis yang akan bekerja denganya. Pada tahun 1948 ia pindah dari Washington ke Raleigh, Maggie Knott mulai membuat metode PNF dan bahkan membuat program pembelajaran pasca sarjana, yang didominasi oleh fisioterapis di seluruh dunia.

Pada tahun 1952 bergabung dengan Dr. Kabat dua fisioterapis Dorothy Voss. Dorothy dan Maggie menulis buku pertama tentang PNF ditahun 60-an. Ketiga nya kemudian memfokuskan dan mengembangkan konsep dasar PNF. Mereka mengembangkan pola gerakan spiral dan diagonal yang terpenting / lengan dan kaki, badan, kepala dan leher. Serta dua edisi berikutnya yang muncul pada tahun 1968 dan 1985. Setelah buku-buku tersebut, Adler, Beckers, dan Buck adalah penulis teks komprehensif yang lebih baru yaitu PNF "in practice".



Perjalanan Berkembangnya Teknik PMF.

Awalnya, Kabat, Ross, dan Knott mendirikan Lembaga Pelatihan Pasca-Sertana, yang dikenal sebagai Institute 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 Interaktif. Banyak Program Pasca-Sertana mengadopsi teknik PMF di rumah.

Pada tahun 1985, diselenggarakan Intukster PMF Internasional di Seattle yang mengarah pada pembentukan Asosiasi PMF Internasional (IPMTA). Pada tahun 1990, Anggotanya terdiri dari Intukster dan Orang-Orang yang terkait dengan PMF dan dalam Montage Komunitas dan standar dalam pengajaran, Praktek dan Penelitian PMF. Berbagai macam kursus dan tingkatan pengajaran dapat ditemukan di situs WEB mereka.



Prinsip PMF.

PMF juga melibatkan pemeliharaan dan pemertahanan fungsional dari pola gerakan yg baru diperoleh. Berikut penguatan dan pengayaan perkembangan sistem gerak pasien dapat kembali membuat strategi gerakan yg efektif dan berfungsi dengan efek biometarik tertijap berdasarkan gerakan yg diajarkan kembali dan analisis gerakan kontrol melalui sistem gerak: postur.

Semua kegiatan didalam PMF difokuskan pd tujuan fungsional (misalnya: kecepatan ingin mengambil anggur dari atas). Itu berasal dr pola gerakan alami setiap individu yg juga berhubungan dan tingkat tingkatannya. Dimana tujuan harus dicapai, aktivitas otot menyebar dr ujung jari tangan dan kaki ke bagian lain, batang tubuh.

Precaution PMF.

1. Perseor berhati-hati Saat melakukan Peregangan PMF karena dapat Menambah tekanan pada kelompok otot yg ditargetkan. Yg dapat meningkatkan risiko cedera jaringan lunak.
2. Selama Peregangan dan fase kontak peregangan PMF, tidak perseor menerapkan kekuatan limitasi maksimum. Faktanya, Peregangan PMF keurusu Pasif baik ketika dan kontrolis lambat.
3. Semakin kecil kelompok otot, Semakin sedikit kekuatan

Yang dibutuhkan.

9. Sebelum melakukan segala bentuk Strategy. Sangat Penting \forall melakukan pemanasan menyeluruh terlebih dahulu. Pemanasan Sebelum melakukan pergerakan memberikan banyak manfaat.

Basic Concept of PNF.

Sinergi melewati elemen penting dari sistem saraf pusat. \forall penting \forall menstabilkan kontrol. Dengan latihan, kinerja sinergis meningkat. Dalam PNF, pola sinergis bersifat robati dan diagonal dari pada gerakan bidang luas. \forall adalah konsep penting \forall memengaruhi gerakan normal.

Tujuan kekeluargaan adalah untuk memfasilitasi stabilitas postural batang leher untuk mobilitas terkontrol distal ekstremitas dan untuk meningkatkan kontrol subakromial.

Teknik- teknik PNF digunakan untuk memfasilitasi atau meningkatkan gerakan dan prinsip : prinsip kumulatif atau motorik.