Manuella Muskeltester

44 muskeltester - 3 neuromuskulära kretsar

Hormonsystem

Höger	Vänster					
I ID H E	I ID H E	1.	**Teres major**	(mage)	Axel, Skulderblad	Tallkottskörtel
I ID H E	I ID H E	2.	**Pectoralis major abdominalis**	(rygg)	Axel	Hypothalamus, Hypofys
I ID H E	I ID H E	3.	**Supraspinatus abductor**	(rygg)	Axel	Hypofys, Hypothalamus
I ID H E	I ID H E	4.	**Supraspinatus**	(rygg)	Axel	Hjärnan, Hypofys
I ID H E	I ID H E	5.	**Teres minor**	(rygg)	Axel, Skulderblad	Sköldkörtel
I ID H E	I ID H E	6.	**Infraspinatus**	(rygg)	Axel, Skulderblad	Thymus
I ID H E	I ID H E	7.	**Trapezius transversa**	(rygg)	Skulderblad, Bröstrygg	Mjälte, Immunförsvar
I ID H E	I ID H E	8.	**Sartorius**	(rygg)	Höft, Knä	Binjuremärg, Binjurar
I ID H E	I ID H E	9.	**Gracilis adductor**	(rygg)	Höft, Bäcken, Knä	Binjurebark, Binjurar
I ID H E	I ID H E	10.	**Adductor femoris**	(rygg)	Höft, Bäcken	Reproduktion, Hypothalamus
I ID H E	I ID H E	11.	**Gluteus medius posterior**	(rygg)	Höft, Bäcken	Livmoder / Prostata
I ID H E	I ID H E	12.	**Rotator femoris**	(rygg)	Bäcken, SI-led, Höft	Äggstockar / Testiklar

Matsmältning

Höger	Vänster					
I ID H E	I ID H E	13.	**Pectoralis major clavicularis**	(rygg)	Axel	Magsäck
I ID H E	I ID H E	14.	**Biceps brachii longum**	(rygg)	Axel, Armbåge	Magsäck, Tolvfingertarm
I ID H E	I ID H E	15.	**Biceps brachii breve**	(rygg)	Axel, Armbåge	Magsäck, Tolvfingertarm
I ID H E	I ID H E	16.	**Triceps brachii longum extensor**	(rygg)	Axel, Armbåge	Bukspottskörtel (endokrin)
I ID H E	I ID H E	17.	**Latissimus dorsi**	(rygg)	Axel, Rygg	Bukspottskörtel (exokrin)
I ID H E	I ID H E	18.	**Pectoralis major sternocostalis**	(rygg)	Axel, Bröstkorg	Lever (fas 1)
I ID H E	I ID H E	19.	**Rhomboideus abductor**	(rygg)	Skulderblad, Bröstrygg	Lever (fas 2)
I ID H E	I ID H E	20.	**Rectus abdominis flexor**	(rygg)	Ländrygg, Bäcken	Tolvfingertarm
I ID H E	I ID H E	21.	**Quadriceps femoris**	(rygg)	Knä, Höft	Tunntarm
I ID H E	I ID H E	22.	**Tensor fasciae latae rotator**	(rygg)	Höft, Bäcken	Iliocecal klaff, Tjocktarm
I ID H E	I ID H E	23.	**Tensor fasciae latae**	(rygg)	Höft, SI-led, Knä	Tjocktarm
I ID H E	I ID H E	24.	**Triceps femoris**	(rygg)	Knä, Bäcken, Höft	Ändtarm, Tjocktarm
I ID H E	I ID H E	25.	**Popliteus flexor**	(rygg)	Knä	Gallblåsa
I ID H E	I ID H E	26.	**Psoas**	(rygg)	Ländrygg, Höft	Njurar

Strukturellt

Höger	Vänster					
I ID H E	I ID H E	27.	**Scalenus flexor**	(sitta)	Nacke	Bihålor, Magsäck
I ID H E	I ID H E	28.	**Levator scapulae extensor**	(sitta)	Nacke	Bisköldkörtlar, Lungor
I ID H E	I ID H E	29.	**Subscapularis**	(sitta)	Axel	Hjärta
I ID H E	I ID H E	30.	**Serratus anterior**	(sitta)	Skulderblad	Lungor
I ID H E	I ID H E	31.	**Trapezius ascendens**	(sitta)	Skuldra, bröstrygg	Mjälte, Immunförsvar
I ID H E	I ID H E	32.	**Sternocleidomastoideus**	(rygg)	Nacke	Bihålor, Magsäck
I ID H E	I ID H E	33.	**Trapezius descendens cervicale**	(rygg)	Nacke	Ögon/öron, Bihålor
I ID H E	I ID H E	34.	**Subclavius**	(rygg)	Skuldra, nyckelben	Hjärta
I ID H E	I ID H E	35.	**Quadratus lumborum**	(rygg)	Ländrygg	Blindtarm, Tjocktarm
I ID H E	I ID H E	36.	**Erector spinae laterale**	(rygg)	Ländrygg	Urinblåsa
I ID H E	I ID H E	37.	**Iliacus flexor**	(rygg)	Höft, Bäcken	Njurar, Iliocecal klaff
I ID H E	I ID H E	38.	**Fibularis longus brevis**	(rygg)	Fot	Urinblåsa
I ID H E	I ID H E	39.	**Tibialis posterior**	(rygg)	Fot	Binjurar
I ID H E	I ID H E	40.	**Soleus flexor**	(rygg)	Fot	Binjurebark, Binjurar
I ID H E	I ID H E	41.	**Gastrocnemius flexor lat/med**	(rygg)	Fot, knä	Binjuremärg, Binjurar
I ID H E	I ID H E	42.	**Piriformis abductor**	(mage)	Bäcken, SI-led	Äggstockar-Testiklar
I ID H E	I ID H E	43.	**Gluteus maximus abductor**	(mage)	Höft, SI-led, Knä	Livmoder-Prostata
I ID H E	I ID H E	44.	**Splenius rotator**	(mage)	Nacke	Bihålor

I = **Inhiberad** statisk (svag) **ID**= **Inhiberad Dynamisk** (svag) **H** = **Hyperexciterad** (överspänd) **E** = **Exciterad** (stark)

Datum:

Namn:

Referenser: Neuromuskulära kretsar för Matsmältning, Hormonsystem, Strukturellt och Dynamisk muskeltest är utvecklat av Mac Pompeius Wolontis, Sverige, 1984-2015
Muskeltesterna nr 2, 3, 10, 14, 15, 16, 22, 24, 25, 28, 33, 36, 40, 41 och 43 är utvecklade av Mac Pompeius Wolontis inom Manual Kinesiology. Övriga muskeltester kommer från Applied Kinesiology, USA.

Manual Kinesiology MAK copyright © **Mac Pompeius Wolontis** april 2015 (v. 1.03) **www.kinesiologi.se/44muskeltester.pdf**