

Manuella Muskeltester

48 manuella muskeltester associerade till olika leder och ryggradssegment



Höger	Vänster					
I ID H E	I ID H E	1.	Cervical, Armar	Scalenii	Nacke / Hals	Bihålor, (Magsäck)
I ID H E	I ID H E	2.	Splenii	Splenii	Nacke / Hals	Bihålor, (Magsäck)
I ID H E	I ID H E	3.	Levator scapulae extensor	Levator scapulae extensor	Skulderblad, Nacke / Hals	Bisköddkörtlar, (Lungor)
I ID H E	I ID H E	4.	Sternocleidomastoideus	Sternocleidomastoideus	Nacke / Hals	Bihålor, (Magsäck)
I ID H E	I ID H E	5.	Trapezius cervicale	Trapezius cervicale	Nacke, Skuldra	Ögon-öron, Bihålor
I ID H E	I ID H E	6.	Serratus anterior	Serratus anterior	Skulderblad	Lungor
I ID H E	I ID H E	7.	Trapezius ascendens	Trapezius ascendens	Skulderblad, Bröstrygg	Mjälte, Immunförsvar
I ID H E	I ID H E	8.	Trapezius transversa	Trapezius transversa	Skulderblad, Bröstrygg	Mjälte, Immunförsvar
I ID H E	I ID H E	9.	Rhomboideus major	Rhomboideus major	Skulderblad, Bröstrygg	Lever (fas 2)
I ID H E	I ID H E	10.	Infraspinatus	Infraspinatus	Axel, Skulderblad	Thymus
I ID H E	I ID H E	11.	Teres minor	Teres minor	Axel, Skulderblad	Sköldkörtel
I ID H E	I ID H E	12.	Subscapularis	Subscapularis	Axel, Skulderblad	Hjärta
I ID H E	I ID H E	13.	Teres major	Teres major	Axel, Skulderblad	Tallkottskörtel
I ID H E	I ID H E	14.	Latissimus dorsi	Latissimus dorsi	Axel, Rygg	Bukspottskörtel (enzymer)
I ID H E	I ID H E	15.	Supraspinatus	Supraspinatus	Axel	Hjärnan, Hypofys
I ID H E	I ID H E	16.	Deltoideus acromialis	Deltoideus acromialis	Axel	Lungor
I ID H E	I ID H E	17.	Supraspinatus abductor	Supraspinatus abductor	Axel	Hypofys, Hypothalamus
I ID H E	I ID H E	18.	Subclavius	Subclavius	Skuldra, Nyckelben	Hjärta
I ID H E	I ID H E	19.	Pectoralis major clavicularis	Pectoralis major clavicularis	Axel, Nyckelben	Magsäck
I ID H E	I ID H E	20.	Pectoralis major sternocostalis	Pectoralis major sternocostalis	Axel, Bröstkorg	Lever (fas 1)
I ID H E	I ID H E	21.	Pectoralis major abdominalis	Pectoralis major abdominalis	Axel	Hypothalamus, Hypofys
I ID H E	I ID H E	22.	Biceps brachii longum	Biceps brachii longum	Axel, Armbåge, Underarm	Magsäck, (Tolvfingertarm)
I ID H E	I ID H E	23.	Biceps brachii breve	Biceps brachii breve	Axel, Armbåge, Underarm	Magsäck, (Tolvfingertarm)
I ID H E	I ID H E	24.	Triceps brachii extensor	Triceps brachii extensor	Axel, Armbåge	Bukspottskörtel (hormoner)
I ID H E	I ID H E	25.	Lumbal, Ben	Quadratus lumborum	Ländrygg, Bäckén	Blindtarm, Tjocktarm
I ID H E	I ID H E	26.	Erector spinae laterale	Erector spinae laterale	Ländrygg, Bäckén	Urinblåsa
I ID H E	I ID H E	27.	Rectus abdominis femoris	Rectus abdominis femoris	Ländrygg, Bäckén	Tolvfingertarm, Tunntarm
I ID H E	I ID H E	28.	Vastus femoris	Vastus femoris	Knä	Tunntarm
I ID H E	I ID H E	29.	Triceps femoris	Triceps femoris	Knä, Bäckén, Höft	Ändtarm, Tjocktarm
I ID H E	I ID H E	30.	Quadriceps femoris	Quadriceps femoris	Knä, Höft	Tunntarm
I ID H E	I ID H E	31.	Gemellus obturatorius	Gemellus obturatorius	Bäckén, Höft	Äggstockar / Testiklar
I ID H E	I ID H E	32.	Sartorius	Sartorius	Höft, Knä	Binjuremärg, Binjurar
I ID H E	I ID H E	33.	Tensor rotator	Tensor rotator	Höft, Bäckén	Iliocecal klaff, Tjocktarm
I ID H E	I ID H E	34.	Tensor fasciae latae	Tensor fasciae latae	Höft, SI-led, Knä	Tjocktarm
I ID H E	I ID H E	35.	Gracilis adductor	Gracilis adductor	Höft, Bäckén, Knä	Binjurebark, Binjurar
I ID H E	I ID H E	36.	Adductor longus	Adductor longus	Höft, Bäckén	Reproduktion, Hypothalamus
I ID H E	I ID H E	37.	Gluteus posterior	Gluteus posterior	Höft, Bäckén	Livmoder / Prostata
I ID H E	I ID H E	38.	Psoas major	Psoas major	Ländrygg, Höft	Njurar
I ID H E	I ID H E	39.	Iliacus flexor	Iliacus flexor	Höft, Bäckén	Njurar
I ID H E	I ID H E	40.	Popliteus flexor	Popliteus flexor	Knä	Gallblåsa
I ID H E	I ID H E	41.	Gastrocnemius flexor lat/med	Gastrocnemius flexor lat/med	Knä, Fot	Binjuremärg, Binjurar
I ID H E	I ID H E	42.	Soleus flexor	Soleus flexor	Fot	Binjurebark, Binjurar
I ID H E	I ID H E	43.	Fibularis longus	Fibularis longus	Fot	Urinblåsa
I ID H E	I ID H E	44.	Tibialis posterior	Tibialis posterior	Fot	Urinblåsa, Binjurar
I ID H E	I ID H E	45.	Tibialis anterior	Tibialis anterior	Fot	Urinblåsa
I ID H E	I ID H E	46.	Fibularis tertius	Fibularis tertius	Fot	Urinblåsa
I ID H E	I ID H E	47.	Gluteus maximus abductor	Gluteus maximus abductor	Höft, SI-led, Knä	Livmoder / Prostata
I ID H E	I ID H E	48.	Piriformis abductor	Piriformis abductor	Bäckén, SI-led	Äggstockar / Testiklar

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

Datum:

Namn:

Referenser: Muskeltesterna "Pectoralis major abdominalis, Supraspinatus abductor, Soleus flexor, Gastrocnemius flexor laterale, Gastrocnemius flexor mediale, Adductor longus, Gluteus posterior, Gluteus maximus abductor, Biceps brachii longum, Biceps brachii breve, Triceps brachii extensor, Rectus abdominis femoris, Tensor rotator, Triceps femoris, Popliteus flexor, Levator scapulae extensor" är utvecklade av Mac Pompeius Wolontis inom Manual Kinesiology. Övriga muskeltester kommer från Henry Kendall och Florence Kendall, USA och George Godheart, Applied Kinesiology, USA.