

# Manuella Muskeltester

48 manuella muskeltester associerade till inre organ och körtlar

## Höger Vänster

I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E

## Hormonsystem

13. **Teres major**
21. **Pectoralis major abdominalis**
17. **Supraspinatus abductor**
15. **Supraspinatus**
11. **Teres minor**
10. **Infraspinatus**
8. **Trapezius transversa**
7. **Trapezius ascendens**
32. **Sartorius**
41. **Gastrocnemius flexor lat/med**
42. **Soleus flexor**
35. **Gracilis adductor**
31. **Gemellus obturatorius**
36. **Adductor longus**
37. **Gluteus posterior**
47. **Gluteus maximus abductor**
48. **Piriformis abductor**

Tallkottkörtel  
**Hypothalamus, Hypofys**  
**Hypofys, Hypothalamus**  
**Hjärnan, Hypofys**  
**Sköldkörtel**  
**Thymus**  
**Mjälte, Immunförsvaret**  
**Mjälte, Immunförsvaret**  
**Binjuremärg, Binjuror**  
**Binjuremärg, Binjuror**  
**Binjurebark, Binjuror**  
**Binjurebark, Binjuror**  
**Äggstockar / Testiklar**  
**Reproduktion, Hypothalamus**  
**Livmoder / Prostata**  
**Livmoder / Prostata**  
**Äggstockar / Testiklar**

Axel, Skulderblad  
Axel  
Axel  
Axel  
Axel, Skulderblad  
Axel, Skulderblad  
Skulderblad, Bröstrygg  
Skulderblad, Bröstrygg  
Höft, Knä  
Knä, Fot  
Fot  
Höft, Bäckén, Knä  
Bäckén, Höft  
Höft, Bäckén  
Höft, Bäckén  
Höft, SI-led, Knä  
Bäckén, SI-led

## Höger Vänster

I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E

## Matsmältning

19. **Pectoralis major clavicularis**
22. **Biceps brachii longum**
23. **Biceps brachii breve**
24. **Triceps brachii extensor**
14. **Latissimus dorsi**
20. **Pectoralis major sternocostalis**
9. **Rhomboideus major**
25. **Quadratus lumborum**
27. **Rectus abdominis femoris**
28. **Vastus femoris**
30. **Quadriceps femoris**
33. **Tensor rotator**
34. **Tensor fasciae latae**
29. **Triceps femoris**
40. **Popliteus flexor**

**Magsäck**  
**Magsäck, (Tolvfingertarm)**  
**Magsäck, (Tolvfingertarm)**  
**Bukspottskörtel (hormoner)**  
**Bukspottskörtel (enzym)**  
**Lever (fas 1)**  
**Lever (fas 2)**  
**Blindtarm, Tjocktarm**  
**Tolvfingertarm**  
**Tunntarm**  
**Tunntarm**  
**Iliocecal klaff, Tjocktarm**  
**Tjocktarm**  
**Ändtarm, Tjocktarm**  
**Gallblåsa**

Axel, Nyckelben  
Axel, Armbåge  
Axel, Armbåge  
Axel, Armbåge  
Axel, Rygg  
Axel, Bröstkorg  
Skulderblad, Bröstrygg  
Ländrygg, Bäckén  
Ländrygg, Bäckén  
Knä  
Knä, Höft  
Höft, Bäckén  
Höft, SI-led, Knä  
Knä, Bäckén, Höft  
Knä

## Höger Vänster

I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E  
I ID H E I ID H E

## Övriga organ

5. **Trapezius cervicale**
2. **Splenii**
1. **Scalenii**
4. **Sternocleidomastoideus**
3. **Levator scapulae extensor**
6. **Serratus anterior**
16. **Deltoides acromialis**
12. **Subscapularis**
18. **Subclavius**
38. **Psoas major**
39. **Iliacus flexor**
26. **Erector spinae laterale**
43. **Fibularis longus**
44. **Tibialis posterior**
45. **Tibialis anterior**
46. **Fibularis tertius**

**Ögon-öron, Bihålor**  
**Bihålor, (Magsäck)**  
**Bihålor, (Magsäck)**  
**Bihålor, (Magsäck)**  
**Bisköldkörtlar, (Lungor)**  
**Lungor**  
**Lungor**  
**Hjärta**  
**Hjärta**  
**Njuror**  
**Njuror**  
**Urinblåsa**  
**Urinblåsa**  
**Urinblåsa, Binjuror**  
**Urinblåsa**  
**Urinblåsa**

Nacke, Skuldra  
Nacke / Hals  
Nacke / Hals  
Nacke / Hals  
Skulderblad, Nacke / Hals  
Skulderblad  
Axel  
Axel, Skulderblad  
Skuldra, Nyckelben  
Ländrygg, Höft  
Höft, Bäckén  
Ländrygg, Bäckén  
Fot  
Fot  
Fot  
Fot

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.