



**ЗАВОД ЗА СПОРТ И МЕДИЦИНУ СПОРТА
РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ**

SERBIAN INSTITUTE OF SPORT AND SPORTS MEDICINE



Изокинетичка дијагностика



Изокинетичка дијагностика је поступак процене неуромишићне функције у ком се компјутерском тачношћу, у активном покрету, бележе сви потребни параметри (снага појединих мишићних група, обртни момент, индекс замора, амплитуда покрета зглоба и остварени рад за поједине мишићне групе). Математичком анализом тестова се добија детаљан увид у стање функције зглоба, међусобни однос агониста и антагониста и билатерално поређење истих мишићних група. На изокинетичком апарату се отпор прилагођава индивидуалним могућностима, с тим у вези, избегнута су било каква оштећења и преоптерећење.

Најсавременији модел изокинетичког динамометра фирме HUMAC NORM пружа могућност процене кроз три режима рада мишића (изокинетички, изотонични и изометријски) и то активним покретом прегибача и опружача трупа, затим мишића скочног зглоба, зглоба колена, кука, рамена, лакта и зглоба ручја. Покрети се могу изводити у свим смеровима (екстензија, флексија, абдукција, адукција, унутрашња и спољашња ротација).

Проценом и евалуацијом моторичких способности на изокинетичком динамометру тренери и спортисти у Заводу добијају следеће могућности:

- увид у иницијално, прелазно и финално стање припремљености одређених мишићних група,
- евалуацију стања након повреда,
- евалуацију успешности рехабилитације,
- превенцију повреда и оштећења,
- планирање и програмирање тренажног процеса,
- праћење ефикасности тренажног процеса,
- индивидуализација у раду,
- корекције тренажног процеса,
- стручно - саветодавне помоће,
- мотивацију за даљи рад.

Правовременим дијагностичким изокинетичким тестовима је могуће утврдити почетне промене у раду зглобова и мишића које је немогуће открити рендгенским снимцима, магнетном резонанцом или ултразвучним снимањем.