

Collaterale mediale: a livello rima articolare

Paziente

- Supino
- Ginocchio in semi flessione a 30°, progredire con il trattamento a vari angoli di flessione del ginocchio

Dita

- Terapista omo laterale alla struttura in trattamento
- MT eseguito con la punta dell'indice rinforzato dal medio
- Pollice in opposizione sul condilo femorale esterno

Localizzazione

- Dolore superficiale sulla rima articolare mediale tibio femorale

Test

- Dolore al test in valgismo

MTP

- Posizionare l'indice rinforzato dal medio al disopra della zona dolente
- MT attuato attraverso un movimento di estensione del polso associato all'adduzione di spalla
- Direzionare MT trasversalmente rispetto l'allineamento delle fibre tendine



Non impartire l'MT con la pressione delle dita



Eeguire la pressione dell'MT nel momento in cui si estende il polso

Durata

- Fase acuta: 1 minuto MT al limite della sintomatologia tutti i giorni
- Fase post acuta: pochi minuti alternato a movimenti attivi in flessione estensione del ginocchio
- Fase cronica: 15 minuti trattamento totali tutti i giorni, ogni 2-3 minuti alternare MT con i movimenti attivi del ginocchio
- Progredire MT in vari gradi di flessione del ginocchio mana mano che la sintomatologia si riduce

