



Manuell rehabiliteringsmodul for ytelse

Rehab Ytelse Module	3
Slik starter du en analyse	4
Pasientbehandling	7
Legge til en pasient	7
Redigere en pasient	8
Slette en pasient	8
Søk etter en pasient	9
Vise dataregistreringen	9
Pasient satt opp	10
Hopptest for mottrekk	10
30 sekunders hopptest	11
Test av enkelthopp	12
Trippel hopp-test	13
Vilkår for analyse	14
Tips	15
Referanser	15
Hjelp og hjelp	16
Hjelp	16
Kontakt	16

Rehab Ytelse Module

Digitsole® Pros nyeste modul bruker standardiserte hoppvurderinger for å gi objektive, forskningsmessige data for demonstrerbare resultater med pasientoppfølging, rehabilitering etter skade og back-to-play, arbeid og daglige leveprogrammer.

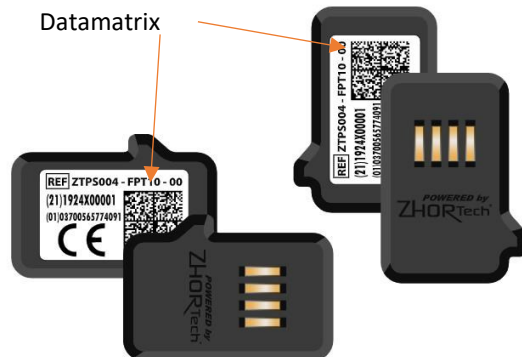
Kontraindikasjon

Det er ingen spesifikke kontraindikasjoner, men:

- Analysene skal utføres på et stabilt underlag,
- Analysene skal utføres med sko og såler tilsvarende størrelsen på pasienten.
- Analyser bør utføres med pasienter som har evnen til å hoppe samt forstå, følge og anvende enkle instruksjoner knyttet til mobilitet.

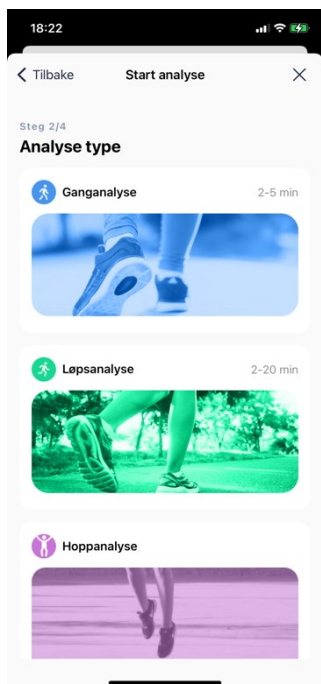
Få tilgang til den nye modulen og legge til DSPods:

Du må ha Digitsole® Pro for å få tilgang til Performance Rehab Module. For å få tilgang til Digitsole® Pro, vil du laste ned appen fra appbutikken din, og Performance Rehab Module vil være tilgjengelig i Digitsole® Pro-applikasjonen. Hvis du vil legge til DSPods i kontoen din, går du til en ny side og skanner Datamatrix-koden fra DSPod-paret. Hvis du har mer enn ett par DSPods, gjenta prosedyren.

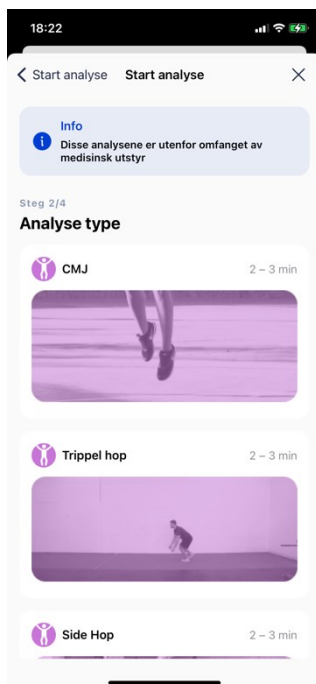


Eksempel på
Datamatrix-kode

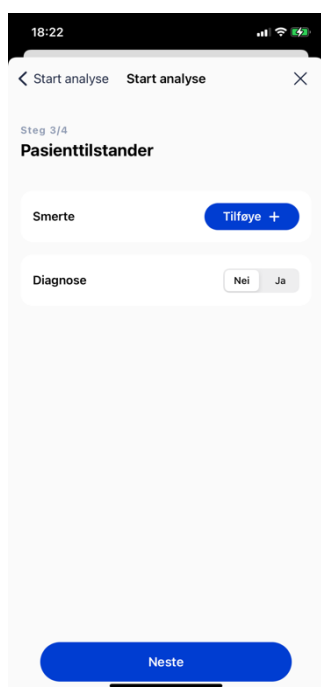
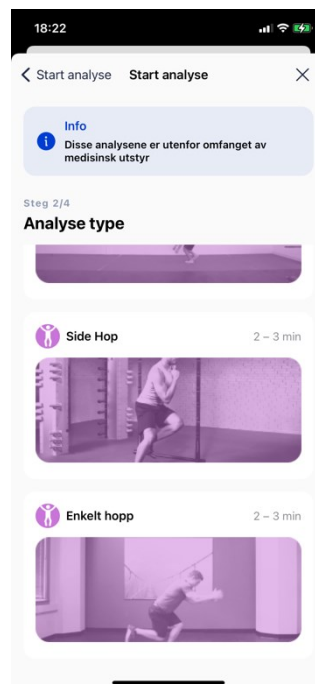
Slik starter du en analyse



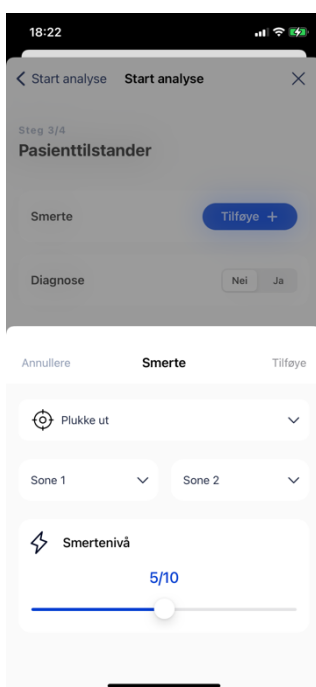
1. Velg analysetype



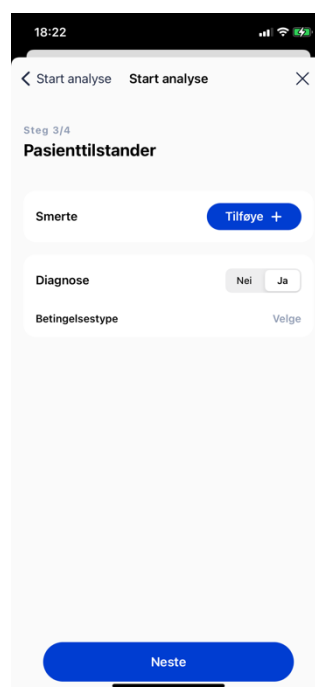
2. Velg hopptype



(1)



(2)

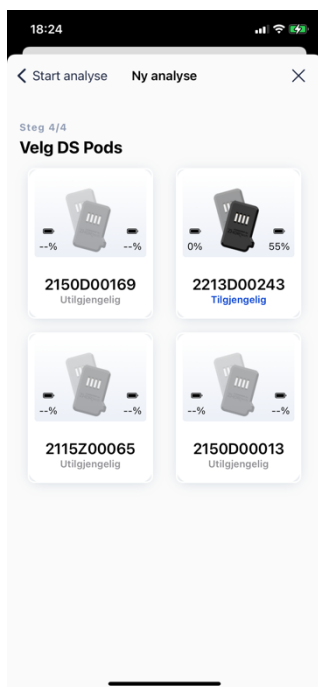


(3)

3- Ved hjelp av menyen ovenfor kan du legge inn mer informasjon om pasienten din. (1)

- Du kan angi plasseringen og intensiteten til pasientens smerter i kategorien Smerte (2).
- Du kan angi tilstanden og patologinavnet (3) til pasienten din

Det er viktig å velge riktig patologi fordi det vil påvirke analysens tolkninger og standarder.

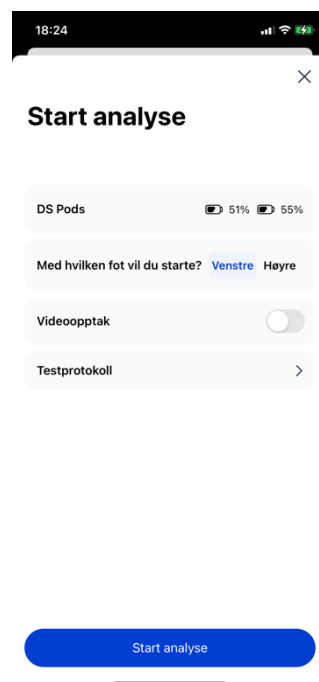


Velg deretter paret med DSPods som brukes til datafangsten; applikasjonen vil da etablere en forbindelse til DSPods og bringe deg til skjermen der du kan starte analysen.



FORSIKTIG: Hvis det er flere par DSPods, velger du de som tilsvarer sålene i pasientens sko.

Når DSPods er plassert i sålene og sålene er plassert i pasientens sko, velger du startfoten og klikker deretter **på Start analyse**-knappen for å starte datafangsten. Etter utseendet på stoppeklokken, bør pasienten forbli i en statisk posisjon i 3 til 5 sekunder for initialisering før de starter hopptesten.





Analyse pågår



Stopp analyse

Klikk **Stopp analyse** for å avslutte dataregistreringen. Når datafangsten er fullført, overføres dataene til Digitsole® Pro-webgrensesnittet.

Viktig: Sørg for at pasienten er i nærheten av mobilenheten eller nettbrettet når du stopper skanningen.

Gjenta deretter trinnene med den andre foten.

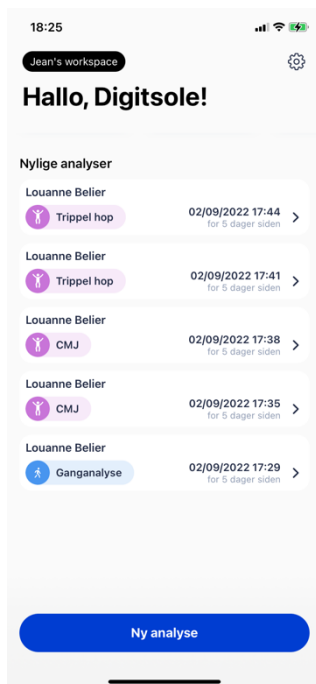


Start analyse

DS Pods	--%	--%
✓ For å fullføre analysen, vennligst start analysen på den andre foten.		
Videoopptak	☐	
Testprotokoll	>	

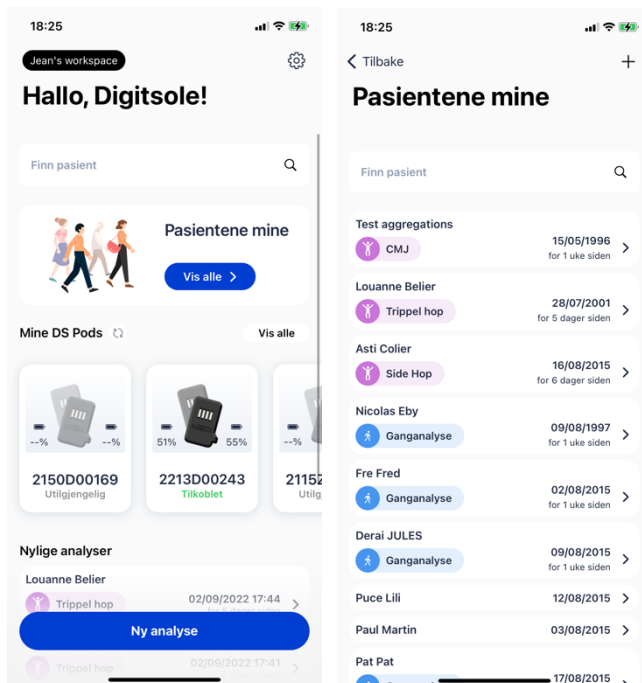
Start analyse

Pasientbehandling



Du finner alle nylige analyser direkte på Velkomstsiden.

Legge til en pasient



For å legge til en ny pasient på kontoen din fra hovedapplikasjonsskjermen, klikk på **Vis alt** under "Mine pasienter" -området, og deretter på **+** -tegnet øverst til høyre på skjermen.

Et skjema vises. fullføre pasientfilen ved å fylle ut, som et minimum, informasjons- og tilstandssidene. Hvis pasienten ikke har patologi, må du ikke velge noe.

Det er viktig å velge riktig patologi fordi det vil påvirke analysens tolkninger og standarder.

Kategorien Demografi er valgfri. Men hvis den er fylt ut med pasientens kontaktinformasjon, kan de lett nås.

Vær oppmerksom på at med keiserlige enheter må pasientens kjønn velges først for å få tilgang til menns eller kvinners størrelser.

Redigere en pasient

Klikk på pasienten du vil redigere fra listen over pasienter, og pasientfilen åpnes. Velg **Rediger pasient** fra menyen øverst til høyre på skjermen. Når skjemaet vises, fyller du ut feltene og klikker **Send** for å lagre endringene.

Etter det vil pasientens fil bli oppdatert.

Slette en pasient

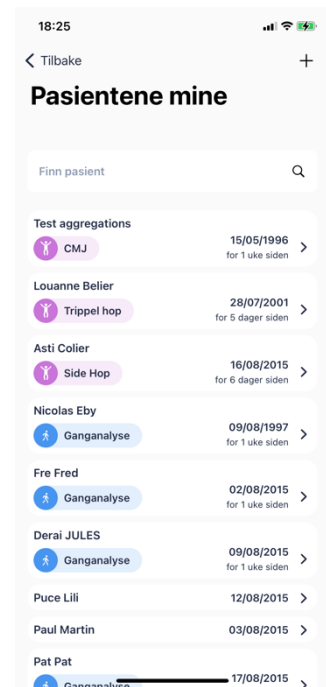
Klikk på pasienten du vil slette fra pasientlisten, så åpnes pasientfilen. Velg **Slett** på menyen øverst til høyre på skjermen, og bekreft deretter slettingen. Deretter blir du ført til den nylig oppdaterte pasientlisten.

Merk: Dette er en irreversibel handling.

Søk etter en pasient

Skriv inn etternavnet eller fornavnet til pasienten du vil ha tilgang til, fra pasientlisten i tekstfeltet øverst på skjermen.

Viktig: Pasientsøket fungerer bare med ett ord, så hvis du søker i pasientens for- og etternavn, vil det ikke være noen treff.

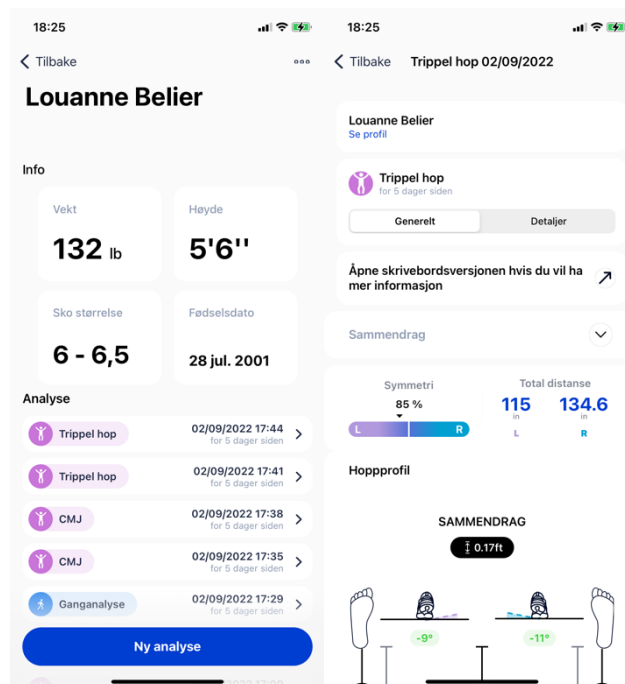


Vise dataregistreringen

Klikk **Vis alle** i området Mine pasienter, og velg deretter den aktuelle pasienten. Du er nå i pasientfilen.

Klikk på analysen du ønsker i delen Analyser.

Du kan velge hvilken type visning du vil ha øverst: Generelt eller Detaljer.



Ved å klikke på **for full analyse** alternativet vil automatisk koble deg til Digitsole® Pro webgrensesnitt, hvor du kan utføre en mer intensiv analyse av resultatene.

Hvis du vil bruke webgrensesnittet, kan du se i brukerhåndboken og den tekniske dokumentasjonen.

Pasient satt opp

For alle hopp bør pasienten bli bedt om ikke å bevege seg under hele nedtellingen til slutten av analysen. Hvis instruksjonene ikke følges, kan resultatene bli påvirket.

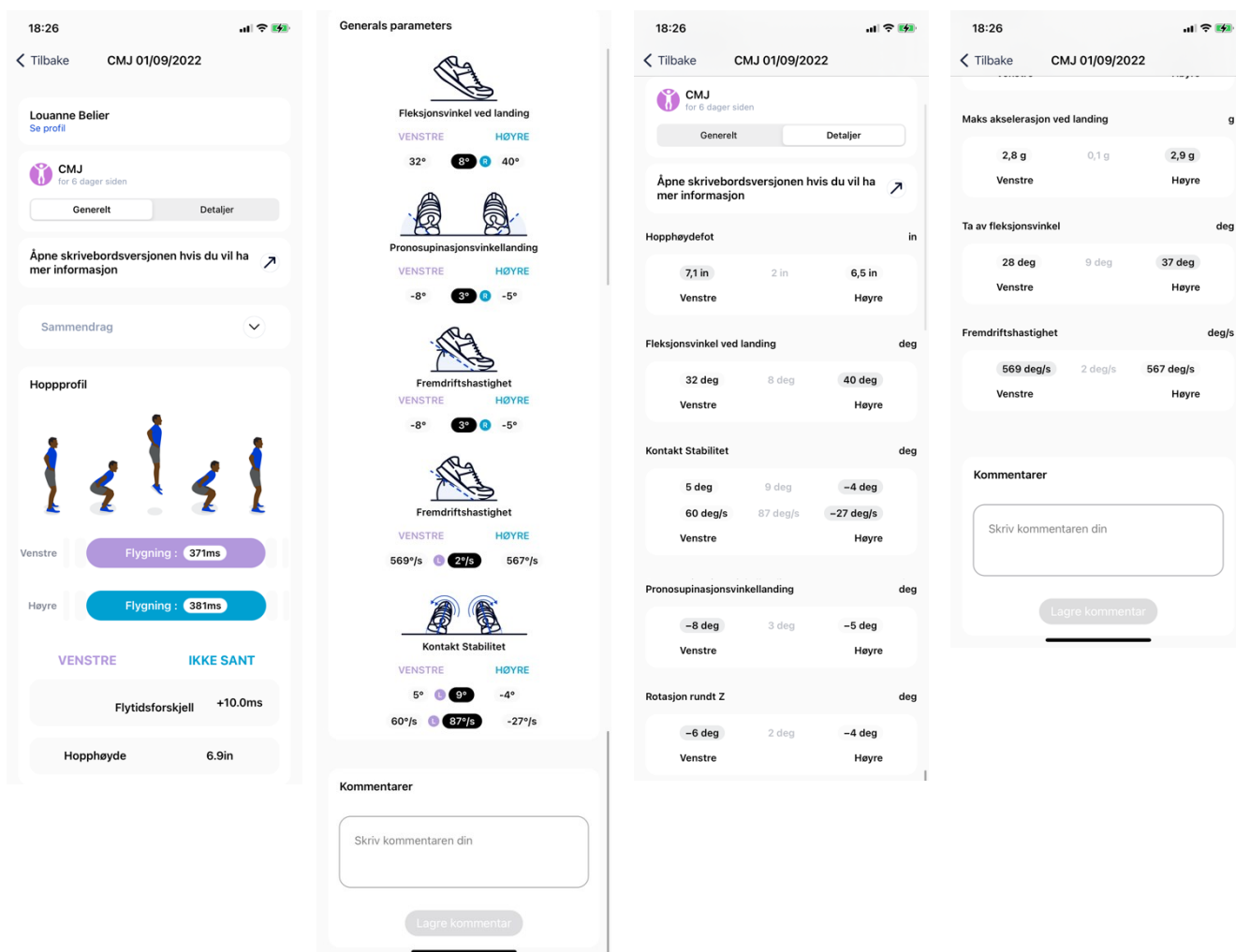
Hopptest for mottrekk

Beskrivelse

Countermovement Jump Test er en vertikal hopptest for å evaluere lavere ekstremitetseffekt. Testen inkorporerer en nedadgående fase etterfulgt av en rask retningsendring oppover, med sikte på å kapitalisere strekkforkortingssyklusen (SSC) og potensiering av nevro-muskulært systemet. Videre kan det være et mål i ytelsestesting for generell vertikal hopphøydekapasitet.

Tips

Føttene skal være skulderbredde; motivet skal presse gjennom hælene og hoppe vertikalt så høyt som mulig.

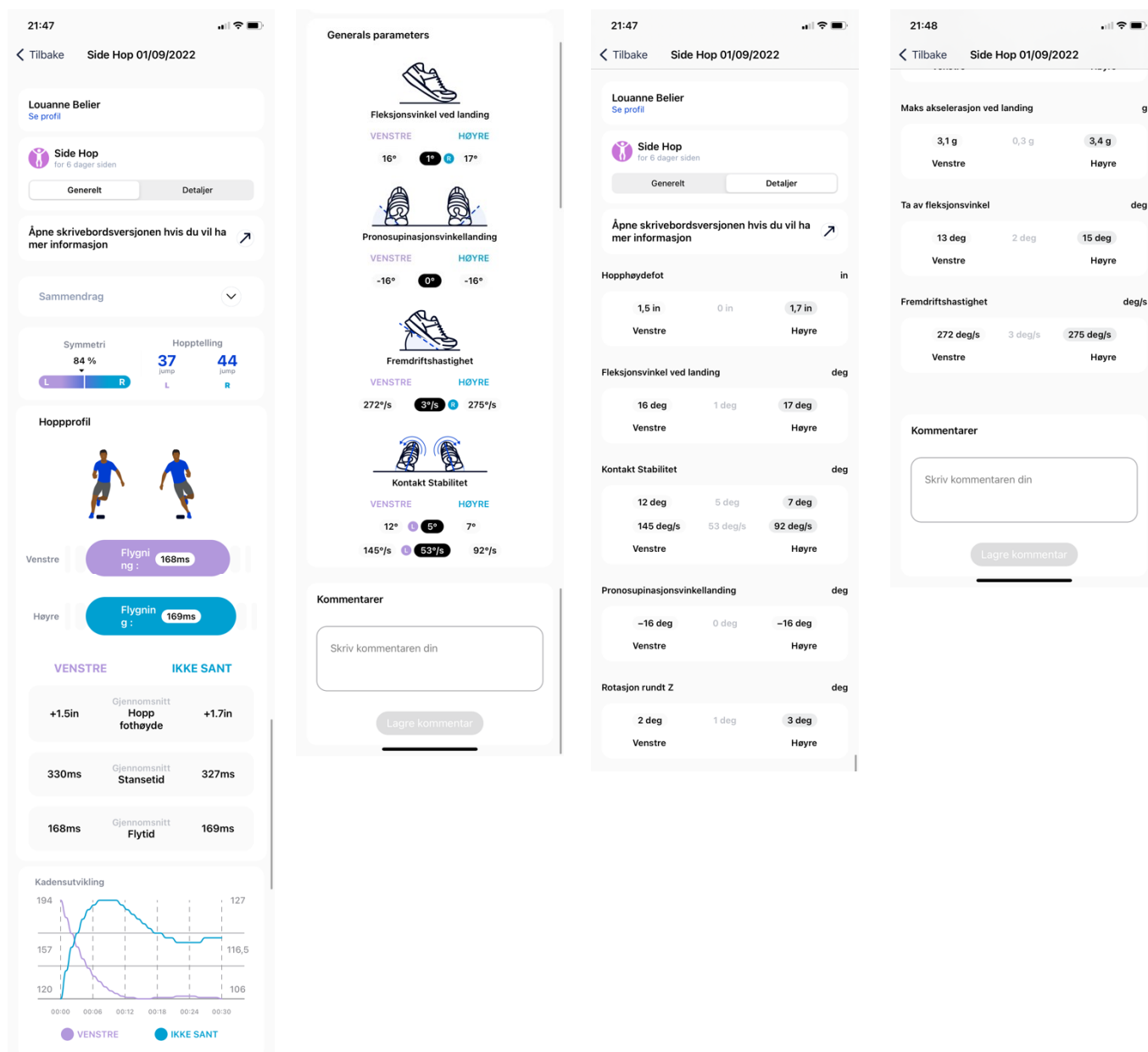


30 sekunders hopptest

Beskrivelse

Dette er en enkelt benhopptest i frontalplanet, fra side til side. Det er en sammenligning av styrke utholdenhet og kontroll strategier mellom de to nedre lemmer. Programmet gir også flere fly- og landingsegenskaper for å evaluere ytterligere strategier og underskudd som er unike for hver lem.

Jump bør gjøres så mange ganger som mulig over to parallelle striper av tape plassert 40cm / 15 inches fra hverandre på gulvet med en tre-til-fem-minutters hvile. Med standard manuell testing ble et mislykket hopp definert som å berøre båndet eller området inne i båndet. Vær oppmerksom på at et "mislykket hopp" ikke vil bli oppdaget av systemet.

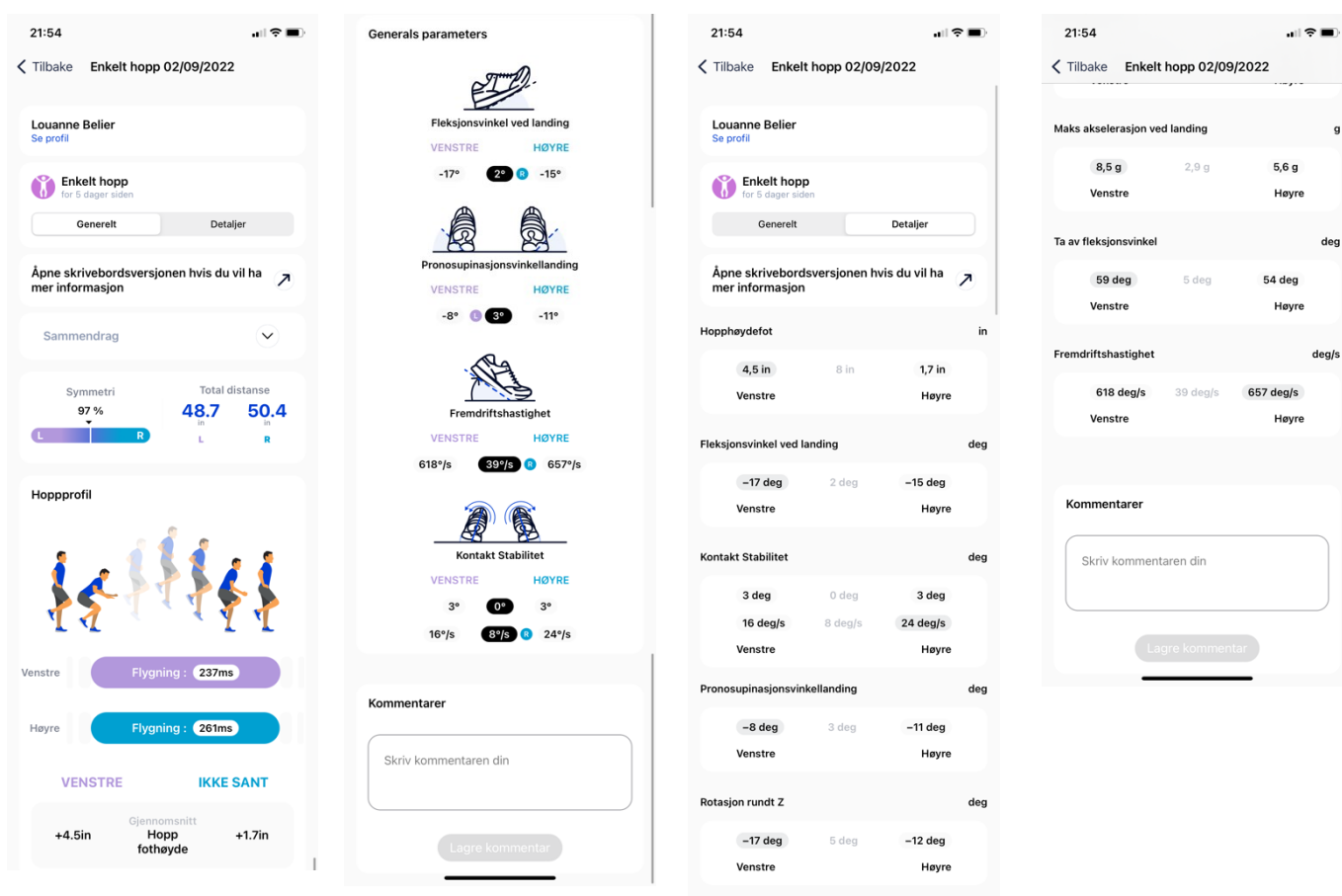


Test av enkelthopp

Beskrivelse

Dette er en enkelt bentest for å sammenligne avstandssymmetri og kontroll med motsatt ben. Programmet gir også flere fly- og landingsegenskaper for å evaluere ytterligere strategier og underskudd som er unike for hver lem.

For at hoppet skal være gyldig, følg disse to kravene. For det første må landingsposisjonen opprettholdes i minst to sekunder og uten at pasienten berører bakken med sin kontralaterale underekstremitet. På samme måte bør hendene forbli plassert på hoftene i løpet av testen for å måle tilbakelagt distanse.



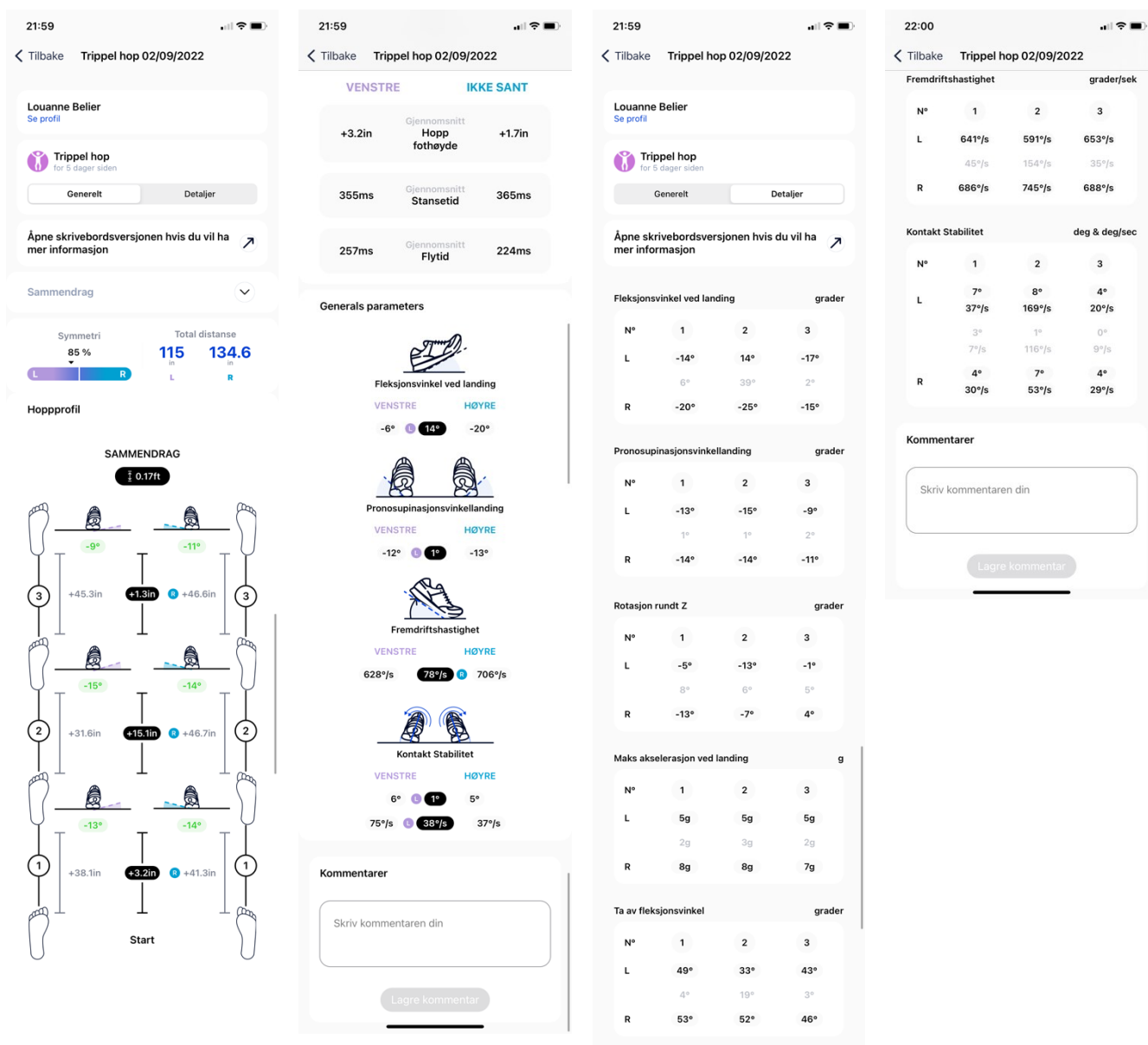
Trippel hopp-test

Beskrivelse

Dette er en enkelt ben tilbakevendende test for å sammenligne avstand repeterbarhet av samme ben og symmetri med motsatt ben. Programmet gir også flere fly- og landingsegenskaper for å evaluere ytterligere strategier og underskudd som er unike for hver lem.

Tips

Føttene skal være skulderbredde, trykke gjennom hælene og hoppe så langt som mulig mens du holder deg i aksen. I trippelhopptesten er målet å hoppe så langt som mulig tre ganger på rad, uten å miste balansen og mens du lander fast.



Vilkår for analyse

Kontakttid: målet på hvor lenge foten er på bakken.

Flytid: målet på hvor lenge foten er i luften under et hopp.

Flytidsforskjell: forskjellen mellom høyre fot og venstre fot under flytiden.

Fleksjonsvinkel ved landing: måling av fleksjonsvinkelen ved landing

Fleksjonsvinkel ved landingsforskjell: forskjellen mellom høyre fot og venstre fotfleksjonsvinkel ved landing

Pronosupinasjonsvinkel ved landing: grad av pronasjon eller supinasjon av foten ved landing

Pronosupinasjonsvinkel ved landingsforskjell: forskjellen mellom høyre og venstre fotpronosupinasjonsvinkel ved landing.

Take-off hastighet: foten maksimal vinkel hastighet nå før ta av.

Take-off hastighetsforskjell: forskjellen mellom høyre og venstre fothastighet under take-off.

Kontaktstabilitet: stabilitet i landingsfasen.

Kontaktstabilitetsforskjell: forskjell på kontaktstabilitet mellom høyre og venstre fot.

Senter for massehøyde: maksimal høyde nådd av massesenteret under et hopp. Massesenteret er poenget som representerer den gjennomsnittlige posisjonen til kroppens sak.

Rotasjon rundt Z: Vinkelforskjell mellom start og landing i forhold til den vertikale aksen; rotasjonsgraden beregnes rundt den vertikale aksen.

Rotasjon rundt Z-forskjellen: forskjellen mellom høyre og venstre fotrotasjon rundt z.

Take-off fleksjonsvinkel: måling av fleksjonsvinkel ved take-off.

Take-off fleksjonsvinkelforskjell: forskjell mellom høyre og venstre fot take-off fleksjonsvinkel.

Antall hopp: antall utførte hopp.

Pedalfrekvens: grafisk fremstilling av pedalfrekvensen under testen. Pedalfrekvensen er antall hopp som utføres på ett minutt (gjelder bare Side Hop-testen).

Total distanse: Total distanse fullført under hopptester (Trippel og Enkelthopp).

Symmetri: sammenligning mellom høyre og venstre fot.

Hopplengde: lengden på hvert utført hopp (bare for Triple Hop-test).

Performance Rehab-modulen er designet for bruk i idrettsvitenskap og dataene og Resultatene er hentet gjennom Digitsole® Pro "FDA-klarert" medisinsk utstyr.

Tips

- Merk avstandene dine med tape slik at pasientene kan visualisere avstandsmålet.
- På alle hopp, prøv å få pasienten til å hoppe så høyt og langt som mulig ved å utøve maksimal kontrollerbar innsats.
- Sørg alltid for at pasienten varmes opp før du starter hopptestene (dvs. lett joggetur, treningshopp osv.).

Referanser

1. Acero, Rafael Martín PhD; Sánchez, José Andrés PhD; Fernández-del-Olmo, Miguel PhD Tester av Vertikal Hopp, Styrke og Conditioning Journal: Desember 2012 - Volum 34 - Utgave 6 - s 87-93. Doi: 10.1519/SSC.0b013e318276c353
2. Vitenskap for sport. 2022. Mottrekk Hopp (CMJ) - Vitenskap for sport. [tilkoblet] Tilgjengelig fra: <<https://www.scienceforsport.com/countermovement-jump-cmj/>> [Besøkt 25. mai 2022].
3. Hvit AK, Klemetson CJ, Bonde B, Katsavelis D, Bagwell JJ, Grindstaff TL. SAMMENLIGNING AV KLINISKE UTMATTELSESPROTOKOLLER FOR Å REDUSERE ENKELTBENS FREMOVERHOPPYTELSE HOS FRISKE INDIVIDER. Int J Sports Phys Ther. 2018 April;13(2):143-151. PMID: 30090672; PMCID: PMC6063070.

Hjelp og hjelp

Hjelp

Fullstendig informasjon er tilgjengelig på:

<https://www.digitsolepro.com/>

Kontakt

Har du et spørsmål eller et forslag? Ikke nøl med å kontakte oss på:

+33 (0)3 55 40 91 55

+1 720 798 4452

DigitsolePro.com

contact@digitsolepro.com



DIGITSOLE S.A.S

13 rue Héré

54000 NANCY

Frankrike