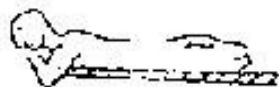


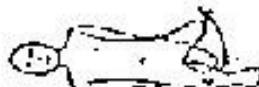


საპროტეზო თრთოპედიული რეაბილიტაციის ქართული ფონდი

### კუნთების გამაძლიერებელი ვარჯიშის ნიმუში

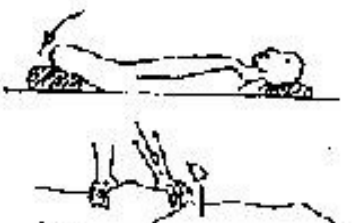


ვარჯიში №1



ვარჯიში №2

1. მუხლს ზედა ტაკვი: დუნდულა კუნთის ვარჯიში
2. მუხლს ზედა ტაკვი: გაშლა-მოხრა-მოზიდვა-განზიდვა, წრიული მოძრაობა

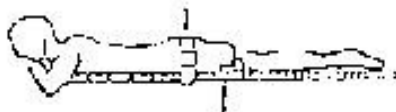


ვარჯიში №3

3. მუხლს ზედა ტაკვი: ტაკვის გაშლა პაციენტის მიერ წინააღმდეგობის დაძლევიით



4. მუხლს ზედა ტაკვი: გაშლითი პასიური დაჭიმვა ხელით



5. მუხლს ზედა ტაკვი: გაშლითი მექანიკური პასიური დაჭიმვა



6. მუხლს ზედა ტაკვი: გულდაღმა წოლა დღეში სამჯერ, სულ ცოტა 30-30 წუთის განმავლობაში.