

## Рабочая классификация тестов клинического обследования костей, суставов и мышц.

### 1. Глобальные тесты (глобалтесты).

**Globaltest (GT)** англ. – глобальный тест, глобалтест, общий, все-объемлющий тест, исследование, проба, испытание, проверка.

Глобальные тесты (глобалтесты) - это ориентировочные, скрининговые тесты для отдельной области или всей скелетно-мышечной системы тела человека в которых выполнение простых, стереотипных (наклон, приседание и т.д.) движений в определенной плоскости или при прохождении определенной точки, является провокационным для возникновения болевого синдрома в определенной группе суставов или указывающим на область, требующую дополнительного обследования, с целью уточнения характера поражения сустава (ов) и установления предварительного ревматологического (рабочего) диагноза.

2. Функциональные тесты (пробы) повреждения суставов и сухожилий и мышц.

3. Провокационные тесты.

4. Стрестесты. ( Тесты с нагрузкой).

5. Скрининговые тесты.

6. Тесты обследования отдельных областей тела, суставов и частей скелета (целенаправленные, проблемно-ориентированные).

- 6.1. Тесты на воспаление суставов, периартикулярных тканей и суставных сумок.
- 6.2. Тесты стабильности суставов и отдельных связок.
- 6.3. Тесты оценки двигательной функции суставов. (Выполнение активных и пассивных движений).
- 6.4. Тесты компрессии нервов.
- 6.5. Тесты раздражения нервов.
- 6.6. Тракционные мышечные тесты.
- 6.7. Изометрические (при сокращении мышц без изменения их длины)тесты.(Тесты«сопротивлением»,«Резистивные» тесты.)
- 6.8. Комбинированные тесты.

## Рабочая классификация методов оценки двигательной функции суставов в амбулаторной практике.

1. Осмотр или зрительное восприятие функции скелета и отдельных суставов.

2. Выполнение активных и пассивных движений.

3. Функциональное обследование с помощью проб и тестов.

4. Определение объема движений суставов с помощью угломера (гониометрия).

## Глобальные ревматологические тесты в рисунках.



## Примерный набор основных продуктов питания ревматологических больных.

Можно	Нельзя
Мясо курицы, индейки, кролика, телятина, тощая баранина 2-3 раза в неделю по 150 г	Свинина
Сливочное масло, свежая сметана ежедневно до 30 г	Жиры: свиной, говяжий, бараний
Рыбий жир ежедневно по 1 ч.л., льняное масло ежедневно по 1-2 д.л.	Ограниченно подсолнечное, куку- рузное, хлопковое масла
Ржаной и отрубной хлеб 200г в день, гречневая и овсяная крупы 50 г в день, твердые сорта макарон 50 г в день, рис 50 г в день	Колбаса, сосиски, сардельки
Различные овощные смеси, топинамбур, несладкие сорта яблока, груши в общей массе до 1 кг в день	Грейпфруты
«Хлебцы-Молодцы» 1 упаковка в день	Полуфабрикаты
Соевые продукты (напитки 1напиток= 200 мл, сыр- тофу 25г в день)	Фастфуд
Смеси для энтерального питания по назначению врача	Соль
Нежирные сорта сыра 50 г в день	
Миндаль 25г в день, миндальное «молочко»*	
Имбирь еждневно в рационе в качестве приправы	
Натуральные соки с мякотью 0,5- 1,5 л	
Яйца 2 шт 2-3 раза в неделю	