

# Trình diễn Vật lý trị liệu kiểu Nhật

Daikuya Shinichi Phó Chủ tịch Hiệp hội Kỹ thuật viên Vật lý trị liệu Nhật Bản  
Giáo sư Đại học Hokuriku

“Thực hiện một cách chính xác và cẩn thận vật lý trị liệu đơn thuần (đơn giản).”

- Nếu làm cầu thả các vận động khớp đơn giản, kỹ thuật viên vật lý trị liệu sẽ tạo ra khuyết tật, rối loạn -
  - 1) Cho khớp vận động đúng (vận động thụ động)
    - (1) Duỗi/gấp khớp khuỷu tay
    - (2) Gấp mu bàn chân
  - 2) Phát huy đúng lực cơ
    - (1) Bài tập đứng nhón gót (Calf raise) (bài tập gấp gan bàn chân ở tư thế đứng)