

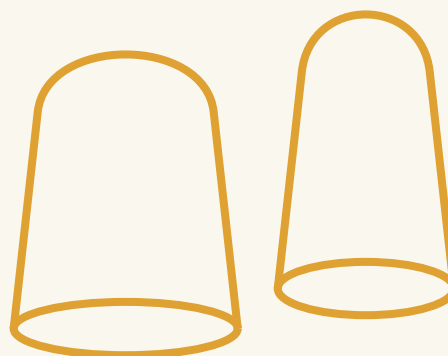
BONUS 02

Protokoly pro bolest

Krk, bederní oblast a bolest vystřelující do nohy. Dvacetiminutový rámec konzultace, rozhodování a vyhodnocení.

ROZHODNUTÍ PŘED TECHNIKOU

Postup • kontrola • návaznost



Studujte s rozmyslem

Původní vzdělávací obsah, přehledné pracovní karty a prostor pro poznámky. Vektorová sazba zachovává čitelnost textu i při zvětšení.

Pro odborně vyškolené čtenáře. Není akreditovaným kurzem ani klinicky validovaným manuálem. Neprovádějte invazivní techniky ani přímé pálení kůže podle této publikace. Účinek není zaručen.

PŘED PRVNÍM POUŽITÍM

20 minut znamená rámec návštěvy

Není to doba působení

Rozpis 20 minut je čas na rozhovor, rozhodnutí a závěr. Není pokynem nechat baňky přiložené nebo zahřívat kůži 20 minut. Skutečná procedura nemusí být provedena vůbec.

0-5 minut / rozhovor

Přesný začátek, charakter, vývoj, úraz, předchozí vyšetření a varovné změny.

5-10 minut / bezpečnost a cíl

Rozhodnutí o vhodnosti a jedna běžná činnost pro sledování. Při riziku následuje předání, nikoli technika.

10-15 minut / zvolený krok

Edukace, vhodná návaznost nebo konzervativní doplněk pouze v mezích kvalifikace a návodu.

15-20 minut / závěr

Stejná otázka jako na začátku, zápis reakce, vysvětlení dalšího postupu a příznaků pro zdravotní pomoc.

V případě akutního problému se rozpis nedokončuje: návaznost má přednost. Žádná z karet neurčuje diagnózu nebo pevnou léčebnou dávku.

MODELOVÝ DVACETIMINUTOVÝ RÁMEC

Krk: známé mírné svalové napětí

Rozhovor a bezpečnost

Zeptejte se na úraz, horečku, novou slabost, necitlivost nebo studenou končetinu. Při novém či nevysvětleném příznaku výkon odložte.

Měřitelný cíl

Jedna komfortní běžná činnost, například klidný pohled do strany bez maximální rotace.

Přiměřený další krok

Je-li doplněk vhodný, volte dostupnou svalovou plochu horního trapézu; ne přední či boční krk. Nemanipulujte násilně páteří.

Závěr a návaznost

Přetrvávání nebo zhoršení vede k odpovídajícímu vyšetření. S7.

Modelový rozhodovací postup. Nepředepisuje podtlak, délku přiložení ani teplo pro konkrétní diagnózu. Zhoršení není signál ke zvýšení intenzity.

VYHODNOCENÍ

Pracovní karta: Krk

Výchozí příznaky a vývoj

Varovné známky / důvod odložení

Jedna běžná činnost a výchozí stav

Zvolený krok a důvod

Stav po návštěvě / nejistoty

Návaznost a poučení

MODELOVÝ DVACETIMINUTOVÝ RÁMEC

Bedra: známý mírný svalový diskomfort

Rozhovor a bezpečnost

Ověřte úraz, celkové příznaky, změny citlivosti a síly, močení a stolice. Varovné známky přebíjejí plán návštěvy.

Měřitelný cíl

Běžný přechod sed-stoj nebo krátká přirozená chůze v komfortním rozsahu.

Přiměřený další krok

Jen při splnění podmínek lze zvážit konzervativní suchou techniku na měkké paraspinální ploše. Podtlak neléčí příčinu bolesti automaticky.

Závěr a návaznost

Přiměřená běžná aktivita podle stavu a odborného doporučení; ne závod o rozsah pohybu. S6.

Modelový rozhodovací postup. Nepředepisuje podtlak, délku přiložení ani teplo pro konkrétní diagnózu. Zhoršení není signál ke zvýšení intenzity.

VYHODNOCENÍ

Pracovní karta: Bedra

Výchozí příznaky a vývoj

Varovné známky / důvod odložení

Jedna běžná činnost a výchozí stav

Zvolený krok a důvod

Stav po návštěvě / nejistoty

Návaznost a poučení

MODELOVÝ DVACETIMINUTOVÝ RÁMEC

Ischias: nejprve odlište příznak od diagnózy

Rozhovor a bezpečnost

Bolest do nohy není sama o sobě potvrzený ischias. Nová slabost, porucha citlivosti v rozkroku nebo změny močení vyžadují urgentní posouzení.

Měřitelný cíl

Popis činnosti a průběhu; neprovokujte výstřel bolesti zátěžovým testem.

Přiměřený další krok

Tento bonus nepředepisuje léčbu nervového útlaku baňkami ani moxou. Nejdříve zajistěte vhodné zdravotní posouzení; návštěva může skončit bez procedury.

Závěr a návaznost

Zapište přesné příznaky a doporučenou návaznost, nikoli vlastní neověřenou diagnózu. S6.

Modelový rozhodovací postup. Nepředepisuje podtlak, délku přiložení ani teplo pro konkrétní diagnózu. Zhoršení není signál ke zvýšení intenzity.

VYHODNOCENÍ

Pracovní karta: Ischias

Výchozí příznaky a vývoj

Varovné známky / důvod odložení

Jedna běžná činnost a výchozí stav

Zvolený krok a důvod

Stav po návštěvě / nejistoty

Návaznost a poučení

ROZHODOVACÍ MAPA

Kdy místo procedury předat

Akutní varovná změna

Bolest zad s novou poruchou močení, necitlivostí v rozkroku, výraznou slabostí či závažným úrazem: okamžité urgentní vyšetření. [S6]

Nový nebo nevysvětlený průběh

Horečka, rychlé zhoršení, nevysvětlený úbytek hmotnosti nebo nová noční bolest: zdravotní posouzení podle naléhavosti.

Přetrvávající běžné obtíže

Pokud potíže nepolevují nebo omezují život, doporučte odborné vyšetření. Nepřidávejte nekonečnou sérii procedur bez přehodnocení.

Věta pro klienta

Tady je důležitější nejprve zjistit příčinu než přidat další podtlak nebo teplo. Mohu vám pomoci stručně zaznamenat příznaky pro dalšího odborníka.

BIBLIOGRAFIE

Zdroje a hranice použití

S1 / NCCIH - Cupping

Souhrn důkazů a rizik baňkování; nejsou doloženy univerzální léčebné účinky.

<https://www.nccih.nih.gov/health/cupping>

S6 / NHS - Back pain (revize 2026)

Varovné příznaky a zachování přiměřené běžné aktivity; odkazy na britské služby nejsou české kontakty.

<https://www.nhs.uk/conditions/back-pain/>

S7 / NHS - Neck pain

Přetrvávající potíže a neurologické příznaky vyžadují posouzení.

<https://www.nhs.uk/symptoms/neck-pain-and-stiff-neck/>

Zdroje byly otevřeny nebo vyhledány při přípravě 19. 10. 2026. Odkaz neznamená schválení publikace danou institucí. Pracovní karty jsou autorskou syntézou. Text vznikl s podporou AI a neprošel nezávislou klinickou ani rodilou jazykovou recenzí.