

# 4 Range of Motion

## - The Global Fascia Test

Den effektive vej til at give dine patienter fuld Range Of Motion og symmetri samt færre smerter



**4ROM**

The Global Fascia Test

Vil du have et **nyt stærkt redskab i din fysioterapeutiske værktøjskasse**, som gør dig i stand til, via én simpel, overskuelig og hurtig test:

- ✓ at kunne undersøge alle dine patienter mere effektivt?
- ✓ at behandle langvarige eller tilbagevendende smerter/spændinger?
- ✓ at hjælpe patienter af med komplekse, komplicerede og/eller invaliderende problemer?
- ✓ at spare nogle patienter for operationer og medicinering?
- ✓ at give patienter med kroniske sygdomme/tilstande færre smerter og større bevægelighed?
- ✓ at hjælpe sportsudøvere til endnu bedre præstationer?

**Kort sagt:**

- ✓ at diagnosticere og behandle dine patienter mere præcist og opnå større effekt?



**4ROM er en resultatskabende fysioterapeutisk test- og diagnosticeringsmetode, som kan anvendes i alle former for fysioterapeutisk praksis.**

- ✓ Ikke diagnosespecifik
- ✓ Ikke symptomspecifik
- ✓ Ikke konceptspecifik
- ✓ Ikke afhængig af alder, køn, livsforløb mv.

## Andre fysioterapeuter siger

*Det her er en game changer for fysioterapien. Det er et sandt paradigmeskift!"*

Kursusdeltager undervejs på kursus i maj 2022

*WOW - Sikke en succes, det var helt vildt, hvad det kan, og tingene giver så meget mere mening her i klinikken."*

Kursusdeltager første dag tilbage på klinikken efter at have lært 4ROM-metoden.

## Metoden 4ROM består af:

### TEST

#### Global Motion Test

GMT-testen gør dig i stand til, via 7 trin, at afklare, hvor patienten har global nedsat ROM og asymmetri. Testen er hverken diagnosespecifik eller konceptspecifik.

### DIAGNOSTICERING

#### De 4 linjer

Testen viser tydeligt udgangspunktet for og mønsteret i patientens globale problem. Patienten kategoriseres inden for en af de fire globale fascielinjer.

### AFKLARING

#### Ratiomodellen

Med ratiomodellen afklares det, om de enkelte symptomer er lokalt forankrede eller globalt forankrede i de 4 linjer. Dette afgør, om de skal behandles lokalt eller globalt.

### BEHANDLING

#### Din foretrukne praksis

Det globale problem behandles med fascieteknikker eller de metoder og værktøjer, du foretrækker. Herefter kan eventuelle tilbageværende lokale problemer behandles.

## 4ROM-metoden bygger på 20+ års praktisk erfaring

samt en omfattende systematisk dataindsamling foretaget blandt mere end 1000 patienter i Gug Fysioterapi.

### Dataindsamlingen viste, at:

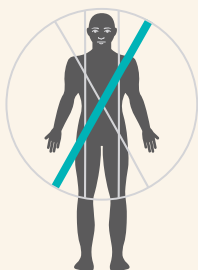
100 % af klienterne havde mere nedsat ROM i enten højre eller venstre scapula/skulderregion i forhold til den anden.

100 % af klienterne havde mere nedsat ROM i enten højre eller venstre bækken/hoftere region i forhold til den anden.

100% havde nedsat bevægelighed/ROM både i scapula/skulderregionen og pelvis/hoftere regionen.

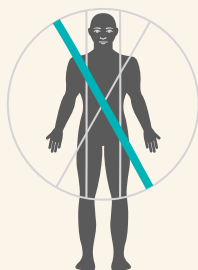
## Undersøgelsen viste videre, at den nedsatte ROM forekommer i 4 ret faste mønstre

– det, vi i 4ROM-metoden kalder De 4 Linjer, samlet Den Globale Fascie:



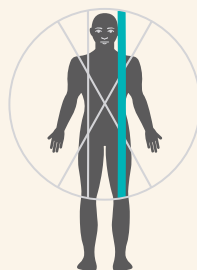
Linje 1:

Venstre skulder til højre hofte



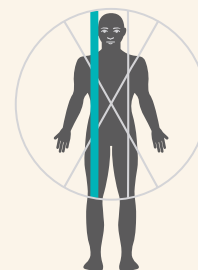
Linje 2:

Højre skulder til venstre hofte



Linje 3:

Venstre skulder til venstre hofte



Linje 4:

Højre skulder til højre hofte

Ud fra 4ROM og De 4 Linjer kan vi derfor **i udgangspunktet nøjes med at forholde os til diagnosticering af De 4 Linjer** (via Global Motion Test – GMT), når vi møder en patient første gang – uanset hvilke symptomer, diagnoser

og historik, patienten kommer med. Herved kan vi afdække og behandle hovedmængden af patientens problematikker – let, effektivt og med vedvarende positive resultater for patienten.

## Hvem står bag?

4ROM er udviklet af fysioterapeut Peter Larsen, indehaver af Gug Fysioterapi – Center for Fascial Manipulation.

Peter Larsen har været fysioterapeut i mere end 20 år og er en af Danmarks mest erfarne behandlere inden for metoden fascial manipulation. Han er grundlægger af 4ROM-metoden og afholder kurser i 4ROM for fysioterapeuter og andre behandlere.



## Vil du lære mere om 4ROM?

Hvis du ønsker at lære mere om 4ROM-metoden eller allerede nu ved, at du vil bruge den i din daglige praksis, har vi en række tilbud til dig og din klinik/afdeling:

### Temaaften

2-timers introduktion til 4ROM

### Introkursus

4-timers introkursus om den grundlæggende viden og demo af GMT

### 4ROM-kursus Level 1

2-dages kursus med fokus på GMT, diagnosticering og demo med patientcase

### 4ROM-kursus Level 2

2-dages videregående kursus med fokus på GMT, analyse af resultaterne af testen samt lokale og globale teknikker til behandling af Den Globale Fascie

## Læs mere om 4ROM og se kommende kursusdatoer på [www.4rom.dk](http://www.4rom.dk)

Ved spørgsmål eller ønske om yderligere information, kontakt Peter Larsen på [peter@4rom.dk](mailto:peter@4rom.dk)



### Få mere viden om 4ROM direkte i din indbakke

– tilmeld dig vores nyhedsbrev (scan QR-koden med dit kamera i mobilen)



# 4ROM

The Global Fascia Test