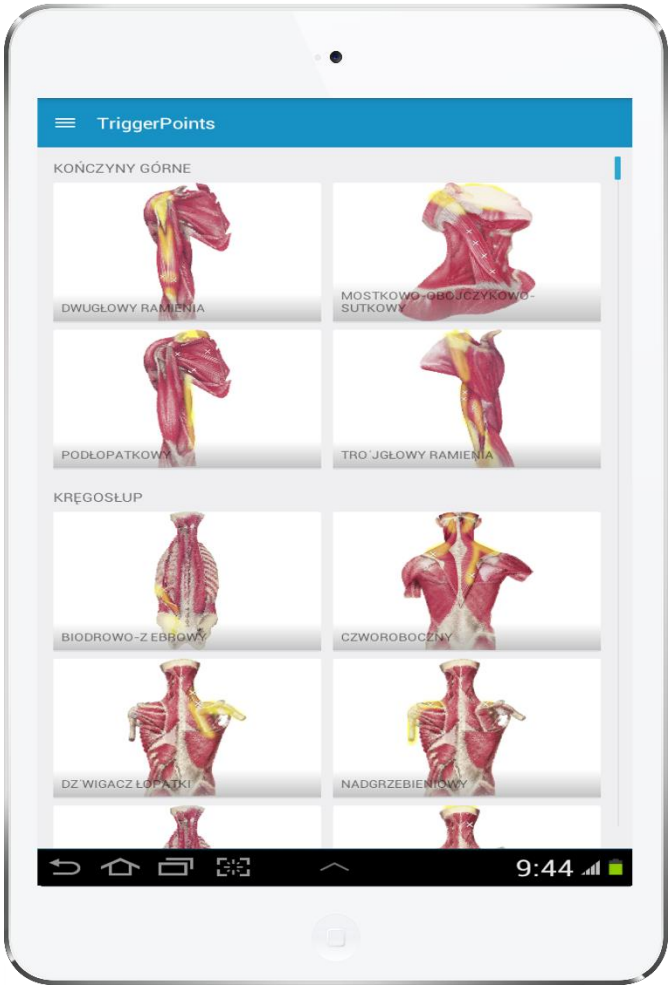
OBSŁUGA APLIKACJI TRIGGER POINTS
PUNKTY SPUSTOWE

Ekran główny składa się z 3 grup punktów spustowych, które zostały podzielone na:

- kończyny górne
- kręgosłup
- kończyny dolne



Copyright© by Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2015

Każda grupa składa się z rycin punktów spustowych, które zostały zaznaczone krzyżykami.

Obszary zaznaczone na żółto są obszarami promieniowania i rzutowaniu bólu.

Odpowiednie i umiejętne uciskanie punktów spustowych ma na celu uwolnienie się od bólu i poprawę zaburzonych wzorców ruchowych.

Copyright© by Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2015

Aby przejść do rozwijanego Menu należy stuknąć ikonę , która znajduje się w lewym górnym rogu ekranu.

Pojawi się rozwijane Menu z:

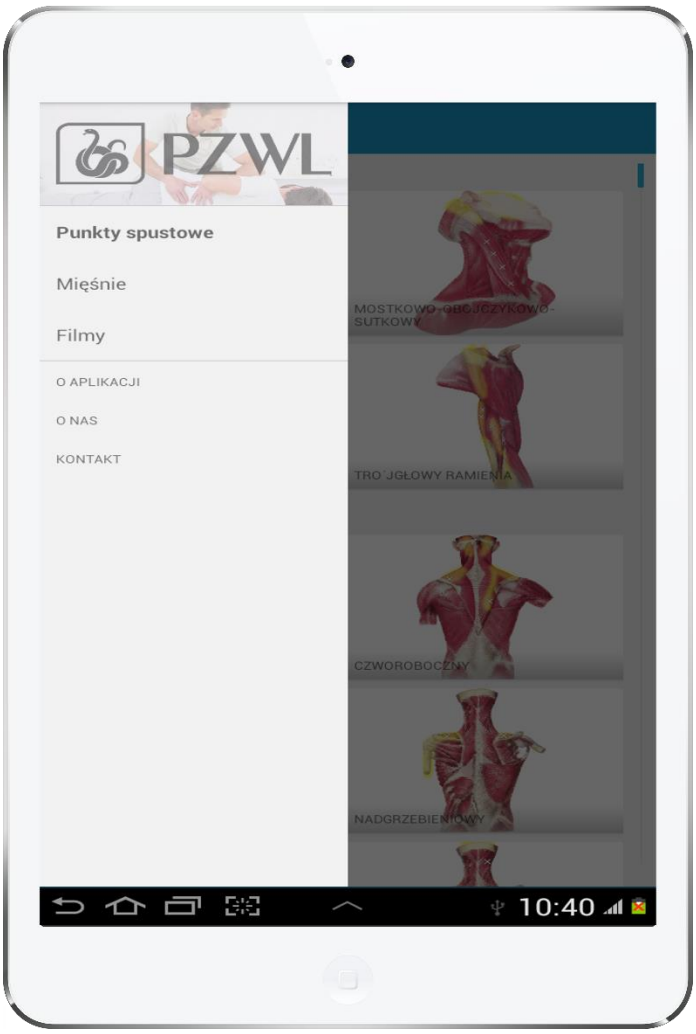
- punktami spustowymi

- mięśniami

- filmami

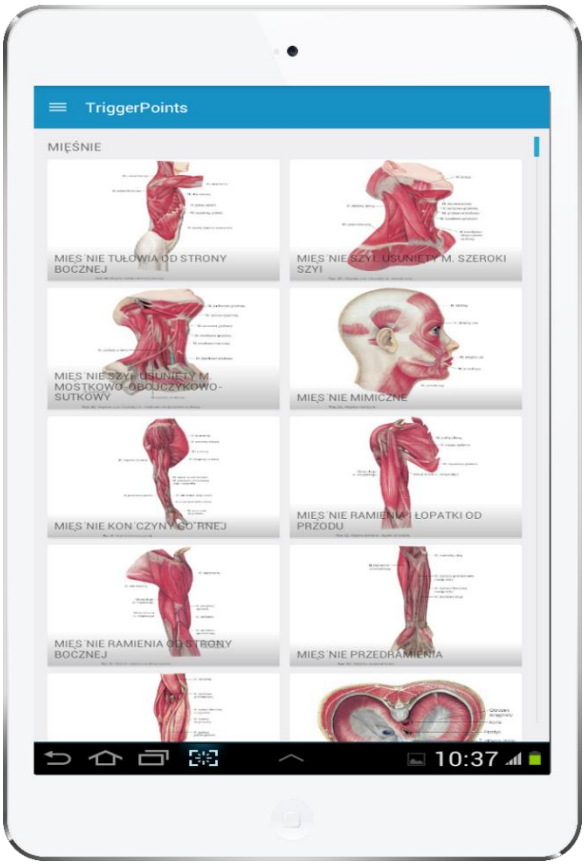
- informacjami o aplikacji i jej twórcach

- kontaktem do Wydawnictwa Lekarskiego PZWL

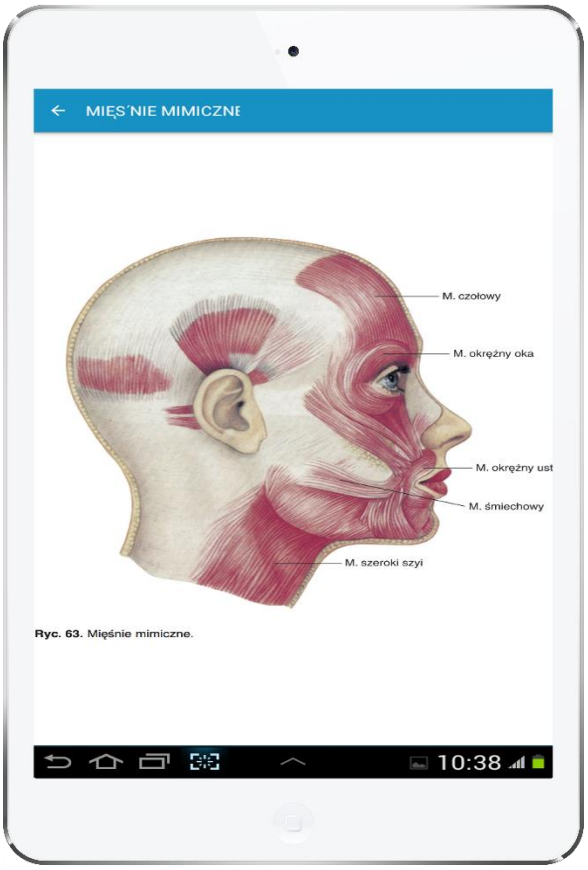


Copyright© by Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2015

W zakładce *Mięśnie* dostępne są ryciny wszystkich grup mięśni ludzkiego ciała.

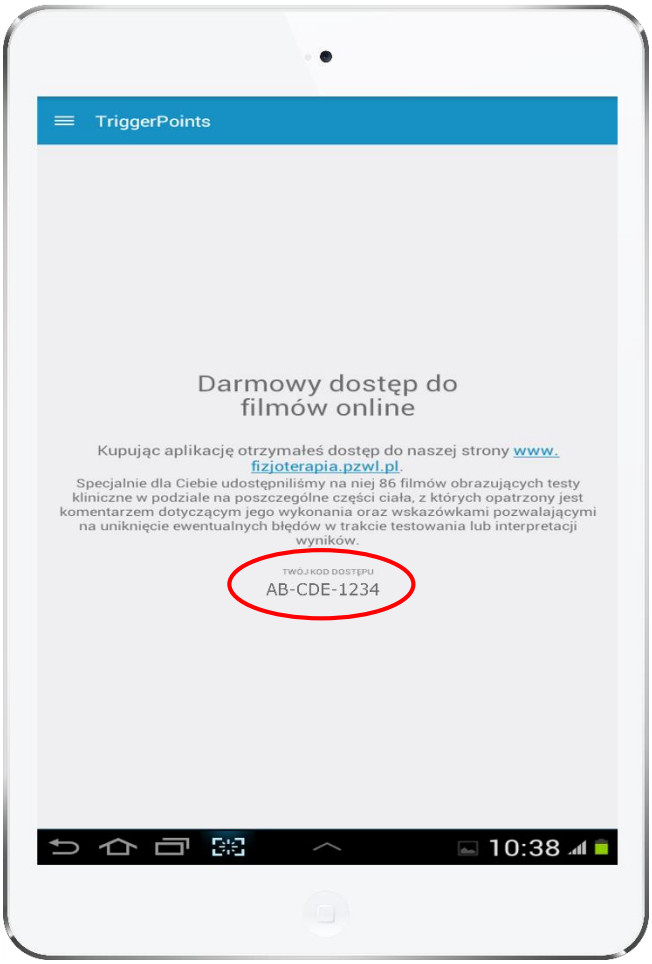


Aby powiększyć daną rycinę wystarczy w nią stuknąć.

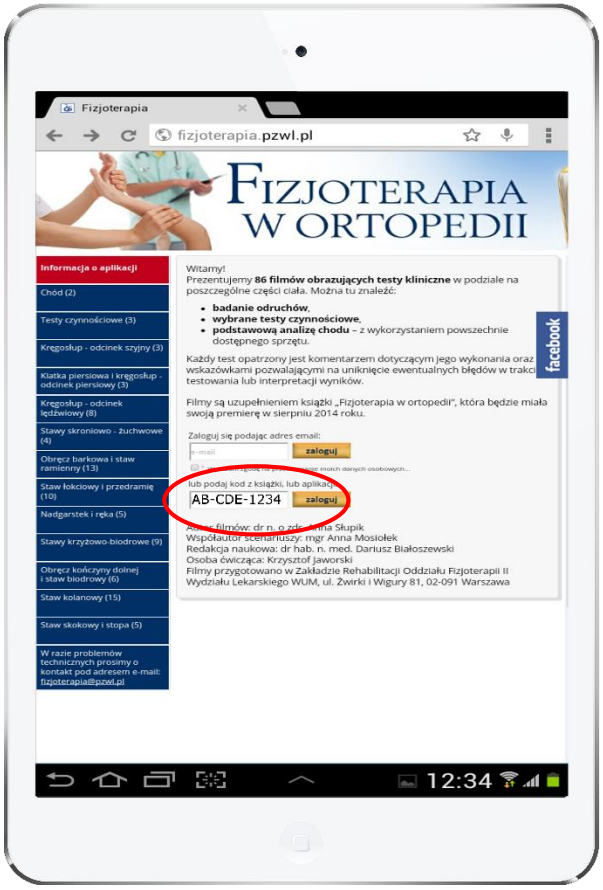


Copyright© by Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2015

W zakładce *Filmy*, użytkownik aplikacji otrzymuje kod dostępu do darmowych filmów online.



Otrzymany kod należy zarejestrować na stronie fizjoterapia.pzwl.pl



Copyright© by Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2015