

Léčba idiopatické skoliózy metodou ASC **(aktivní segmentální centrace)**

Koncept ASC:

- jedná se o posílení autokorekčních mechanismů (hydroterapie, mechanoterapie, labilní plochy),
- omezení vnitřní deformační síly (trénink ASC ve smyslu vyrovnaní koordinační asymetrie),
- vytvoření a sumování vnitřní korekční síly (trénink ASC cíleně na nejslabší článek postury),
- používání cíleného odporu, správného výchozího nastavení,
- maximální autoterapie.

Přínos konceptu ASC:

- relativně snadná diagnostika aktuálního stavu pacienta (reakce na kořenových kloubech),
- přesnější zacílení na příčinu poruchy,
- možnost snížení cvičební zátěže při zachování léčebného účinku,
- dlouhé doznívání léčebného efektu cvičení.

Cílem je naučit vnímat správné nastavení vlastního těla při terapii. Pokud toto klient zvládne, je schopen kvalitní autoterapie. V období růstu je, při správné terapii, možno zabránit progresi skolióz. U dospělých skoliotiků pomáhá zlepšit vertebrogenní problémy.

Tuto metodu lze použít nejen u **skoliotiků**, ale i u jiných **centrálně koordinačních poruch**, jakými jsou **VDT (vadné držení těla)**, **poruchy v rovině sagitální a frontální**, **poruchy formování hrudníku**.