



REHAINTEGRO

PROGRAM KSZTAŁCENIA USTAWICZNEGO

Nazwa realizatora kształcenia ustawicznego: Rehaintegro sp. z o.o. sp. k.

Adres siedziby: ul. Macieja Palacza 111B/12, 60-273 Poznań

Nr telefonu: 881 439 678, **adres e-mail:** kursy@rehaintegro.pl

NIP: 7792482170 **REGON:** 369475154

Dokument, na podstawie którego instytucja prowadzi pozaszkolne formy kształcenia:

Wpis do KRS, Numer KRS: 0000718572

Wpis do BUR – identyfikator 8530

PKD:

85, 41, Z, SZKOŁY POLICEALNE

7 85, 42, B, SZKOŁY WYŻSZE

8 85, 59, B, POZOSTAŁE POZASZKOLNE FORMY EDUKACJI, GDZIE INDZIEJ
NIESKLASYFIKOWANE

9 85, 60, Z, DZIAŁALNOŚĆ WSPOMAGAJĄCA EDUKACJĘ

Certyfikat jakości usług: S.U.S 2.0

Rodzaj dokumentów potwierdzających ukończenie kształcenia i uzyskanie kwalifikacji:
certyfikat ukończenia kursu wg własnego wzoru

Nazwa usługi w ramach kształcenia ustawicznego: kurs „Flossing w terapii i treningu”

Ilość godzin zegarowych kształcenia: 8 w tym 2 godziny teorii, 6 godzin praktyki

Cena: 700 zł netto / jednego uczestnika (siedemset złotych netto)

Koszt osobogodziny: 87,50 zł netto (osiemdziesiąt siedem złotych 50/100)

Wymagania wstępne dla uczestników kształcenia: kurs przeznaczony jest dla:
fizjoterapeutów, trenerów, masażystów, studentów 3 roku fizjoterapii.

Wykaz literatury oraz materiałów dydaktycznych: skrypt autorstwa prowadzącego, taśmy
flossband, rzutnik, flipchart, kozetki, dezynfekcja

Sposób i forma zaliczenia: brak egzaminu, formą zaliczenia szkolenia jest uczestnictwo w
przynajmniej 80 % szkolenia

Cel edukacyjny: Kurs „Flossing w terapii i treningu” przygotowuje do samodzielnego
aplikowania taśmy flossband w terapii ostrych i chronicznych stanów urazowych.



Nabyte kompetencje: Uczestnik szkolenia omawia korzyści wynikające z zastosowania flossingu jako formy terapeutycznej oraz przeciwwskazania do używania taśmy flossband, przeprowadza wywiad z pacjentem, określa w badaniu stan ruchomości stawów obwodowych kończyn górnych i dolnych, wykonuje palpację tkanek miękkich i kręgosłupa w odcinku lędźwiowym, piersiowym oraz szyjnym, stosuje i analizuje testy długości wybranych mięśni, używa taśmy flossband w celach terapeutycznych na kontuzjowanych mięśniach i stawach, dzieli się zdobytymi doświadczeniami w życiu zawodowym, w zgodzie z kodeksem etyki.

Program kształcenia:

Czas: 1 dzień

Co to jest zabieg Flossingu?

Zabieg flossingu to specjalna technika bandażowania, która skutecznie wpływa na szybką poprawę problemów związanych z ograniczeniem zakresu ruchu jak również tych, związanych z bólem odczuwanym podczas ruchu. Technika przeznaczona jest dla pacjentów zarówno w ostrych jak i chronicznych stanach urazowych wraz z występującym ograniczeniem zakresu ruchu.

Część ciała poddana zabiegowi flossingu jest dość ciasno owijana miękką, elastyczną taśmą. Taśma owinięta jest wokół samego stawu oraz sąsiadujących tkanek. Ucisk utrzymywany jest maksymalnie przez kilka minut. W tym czasie pacjent wraz z terapeutą wykonują ruchy bierne, wspomagane lub pacjent sam może aktywować stawy i tkanki poprzez wykonywanie odpowiednich ćwiczeń czynnych.

Zabieg flossingu doskonale dopełnia i wspomaga terapię manualną, terapię w obrębie mięśni i powięzi, regenerację oraz trening funkcjonalny.

Cel kursu:

Nabycie wiedzy teoretycznej na temat działania Flossingu

Zdobycie umiejętności praktycznych w stosowaniu aplikacji taśmą Flossband

Działanie:

Aplikując gumową taśmę do flossingu na kontuzjowaną część ciała, dochodzi do natychmiastowego ucisku, co powoduje wzrost ciśnienia w tkankach oraz prowadzi do obniżenia ciśnienia kapilarnego. W strukturach pozapowięziowych, fizjologiczne ciśnienie wywierane na tkanki przez skórę wynosi 1 mmHg. Aplikacja flossband podnosi owe ciśnienie do około 60 mmHg.

PROGRAM:

DZIEŃ 1

9:00 - 11:00

Teoria

1. Flossing - definicja, właściwości, koncepcja pracy
2. Środki ostrożności oraz przeciwwskazania do stosowania taśmy typu flossband
3. Działanie oraz efekty biologiczne



REHAINTEGRO

4. Postępowanie w fazie ostrej: chłodzenie vs. kompresja
5. Ottawa Ankle Rule

11:00 - 11:15 Przerwa

11:15 - 13:15

Praktyka

1. LAS - postępowanie w fazie ostrej
2. Badanie stabilności stawu skokowego, ocena równowagi statycznej oraz dynamicznej, siły mięśniowej i ROM
3. Stopa - techniki flossingu, terapii manualnej oraz treningu z uwzględnieniem na regiony oraz przypadki kliniczne
4. Kolano - techniki flossingu, terapii manualnej oraz treningu z uwzględnieniem na regiony oraz przypadki kliniczne
5. Alternatywne zastosowanie taśmy flossband: techniki drenażowe, dynamiczna orteza

13:15 - 13:30 Przerwa

13:30 – 15:45

Praktyka c. d.

6. Bark - technika ślizgowa
7. Tendinopatie - miejsce flossingu w procesie ich leczenia
8. Łokieć - techniki flossingu, terapii manualnej oraz treningu z uwzględnieniem na regiony oraz przypadki kliniczne
9. Nadgarstek - techniki flossingu, terapii manualnej oraz treningu z uwzględnieniem na regiony oraz przypadki kliniczne
10. Alternatywne zastosowanie taśmy flossband: neuromobilizacje
11. Podsumowanie

15:45-16:00 Zakończenie kursu