



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 BUR – identyfikator 8530

Wpis do KRS, Numer KRS: 0000718572

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 „Połóg – wczesna interwencja
fizjoterapeutyczna”

Ilość godzin kształcenia: 19 w tym 5 godzin teorii, 14 godzin praktyki

Cena: 1800 zł netto / jednego uczestnika (tysiąc osiemset złotych netto)

Koszt osobogodziny: 94,74 zł netto (dziewięćdziesiąt cztery złote 74/100)

Wymagania wstępne dla uczestników kształcenia: kurs przeznaczony jest dla:
fizjoterapeutów, położnych, studentów 3 roku fizjoterapii i położnictwa

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

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



Cel edukacyjny: Kurs "Połóg – wczesna interwencja fizjoterapeutyczna" przygotowuje do samodzielnego przeprowadzania fizjoterapii połogowej, mającej na celu zapobieganie lub łagodzenie dolegliwości związanych z okresem poporodowym.

Nabyte kompetencje i umiejętności: Uczestnik szkolenia omawia: fizjologię połogu, najczęstsze dolegliwości okresu okołoporodowego oraz powikłania po porodzie; przeprowadza badanie pacjentek w połogu, stosuje zabiegi fizjoterapeutyczne łagodzące dolegliwości okołoporodowe, pomaga kobietom w powrocie do aktywności fizycznej po porodzie, dzieli się zdobytymi doświadczeniami w życiu zawodowym, w zgodzie z kodeksem etyki.

Program kształcenia:

Czas: 2 dni

Parzysta liczba uczestników. Ćwiczenia praktyczne podczas kursu odbywają się w parach, na kozetkach.

Cel: Celem tego 2-dniowego szkolenia jest poznanie specyfiki fizjoterapii połogowej, potrzebnej do zapobiegania typowym problemom związanym z okresem poporodowym oraz przygotowującej do ich rozwiązywania.

Część teoretyczna zawiera:

1. Zagadnienia dotyczące fizjologii połogu
2. Czerwone flagi po porodzie: co powinno nas zaniepokoić?
3. Omówienie dolegliwości związanych z okresem okołoporodowym
 - Nietrzymanie moczu
 - Obniżenie narządu rodowego
 - Rozstęp mięśni prostych brzucha
 - Dolegliwości bólowe w obrębie miednicy
 - Dolegliwości trzewne
4. Interwencje chirurgiczne i powikłania porodu
5. Wczesna interwencja w pierwszych dobach po porodzie SN i CC
 - Ergonomia czynności dnia codziennego
 - Higiena krocza
 - Pielęgnacja ran po epizjotomii i cięciu cesarskim
 - Wspomaganie odciążenia struktur miednicy mniejszej
 - Pozycje do karmienia
 - Możliwości autoterapii na oddziale położniczym
6. Badanie pacjentki w połogu- na co zwrócić uwagę?
7. Powrót do aktywności fizycznej

Część praktyczna zawiera:

1. Omówienie i pokaz ćwiczeń od pierwszej doby połogu
 - Ćwiczenia oddechowe
 - Ćwiczenia przeciwzakrzepowe
 - Pozycje odciążeniowe



REHAINTEGRO

- Aktywacja mięśni dna miednicy
 - Asekuracja i pielęgnacja ran po porodzie
 - Ergonomia podczas pielęgnacji noworodka
2. Badanie w położeniu
- Badanie postawy
 - Podstawowe techniki badania w obrębie miednicy (zewnętrzne)
 - Badanie powłok brzusznych
3. Możliwości fizjoterapeutyczne w położeniu
- Reedukacja postawy
 - Trening CORE
 - Techniki hipopresyjne
 - Techniki odciążające struktury dna miednicy
 - Techniki normalizujące ciśnienie w jamach ciała

Wybrane techniki trzewne

- Techniki manualne, ćwiczenia w problemach z laktacją
- Aplikacje kinesiotaping w okresie położenia (min. DRA, odciążenie kresy, zastój pokarmu, nawal pokarmu)
- Podstawowe techniki przy rozstępie mięśni prostych brzucha
- Praca z bliznami: episiotomia, nacięcie krocza, cięcie cesarskie

PROGRAM

DZIEŃ 1:

9.00-9.15

Rozpoczęcie i powitanie uczestników.

9.15-10.45

Fizjologia położenia.

10.45-11.00 PRZERWA

11.00-13.00

Najczęstsze dolegliwości okresu okołoporodowego i powikłania porodu.

13.00-14.00 PRZERWA

14.00-15.00

Fizjoterapia na oddziale położniczym i we wczesnym okresie położenia.

15.00-16.00

Fizjoterapia na oddziale położniczym i we wczesnym okresie położenia (część praktyczna).

16:00- 16:15 PRZERWA

16.15-18.00

Badanie pacjentki w położeniu (część praktyczna).



REHAINTEGRO

DZIEŃ 2:

8.00- 9.45

Działanie fizjoterapeutyczne w przypadku najczęstszych dolegliwości okołoporodowych (w tym część praktyczna).

Podstawy diagnostyki funkcjonalnej pod kontrolą USG- metodyka badania:

- Badanie powłok brzusznych ściany przedniej i bocznej
- Badanie dna miednicy przez powłoki brzuszne
- Ocena blizny po CC
- Ocena spojenia łonowego
- Ćwiczenia pod kontrolą usg

9.45-10.00 PRZERWA

10:00-12.00

C.d Działanie fizjoterapeutyczne w przypadku najczęstszych dolegliwości okołoporodowych (w tym część praktyczna).

Praca własna z aparatem usg.

12.00-12.30 PRZERWA

12.30-15.20

Powrót do aktywności fizycznej po porodzie. Trening Core. Ćwiczenia hipopresyjne (w tym część praktyczna).

15.20-15.30

Zakończenie szkolenia