



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 „Rozluźnianie mięśniowo – powięziowe”

Ilość godzin dydaktycznych kształcenia: 25 w tym 6 godzin teorii, 19 godzin praktyki

Cena: 2200 zł netto / jednego uczestnika (dwa tysiące dwieście złotych netto)

Koszt osobogodziny: 88 zł netto (osiemdziesiąt osiem złotych)

Wymagania wstępne dla uczestników kształcenia: kurs przeznaczony jest dla: fizjoterapeutów, techników masażystów, studentów 2 roku fizjoterapii.

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 „Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe” przygotowuje do samodzielnego przeprowadzania technik rozluźniania mięśniowo-powięziowego w różnych obszarach ciała



REHAINTEGRO

Nabyte kompetencje i umiejętności: Uczestnik szkolenia charakteryzuje układ mięśniowo-powięziowy, definiuje techniki rozluźniania układu powięziowego i mięśniowo-powięziowego oraz określa wskazania i przeciwwskazania stosowania tych technik w odniesieniu do stanu klinicznego pacjenta. Uczestnik szkolenia rozróżnia podstawowe zaburzenia w obrębie układu mięśniowo-powięziowego. Uczestnik szkolenia sporządza plan fizjoterapeutyczny i przeprowadza terapię pacjenta wykorzystując techniki rozluźniania mięśniowo-powięziowego w różnych obszarach ciała; dzieli się nabytymi doświadczeniami w zgodzie z kodeksem etyki zawodowej

Program kształcenia:

Czas: 3 dni

Technika rozluźniania mięśniowo- powięziowego jest jedną z najskuteczniejszych form rozluźniania układu powięziowego lub mięśniowo- powięziowego, przy czym – w przeciwieństwie do wielu innych form terapii – wykonywana jest w sposób niezwykle subtelny i bezpieczny. Celem rozluźniania mięśniowo- powięziowego, nazywanego “uwalnianiem” mięśniowo- powięziowym [ang. myofascial release], jest usunięcie restrykcji tkankowych w ciele. W rozluźnianiu mięśniowo- powięziowym nie koncentrujemy się na miejscu bólu lecz na zaburzeniach w układzie powięziowym. Podstawą tej terapii jest badanie palpacyjne i techniki manualne, wykonywane z dostosowaniem się do stanu klinicznego pacjenta.

Podczas trzydniowego szkolenia kursant nauczy się trafnego oceniania układu powięziowego pod kątem występowania restrykcji, powstających wskutek stanów zapalnych, unieruchomienia, przeciążeń, urazów czy nadmiernego napięcia emocjonalnego. Uczestnictwo w kursie rozwija umiejętności palpacyjne terapeuty, uczy dostosowywania dotyku i technik manualnych do różnego rodzaju przypadków klinicznych.

U jakich pacjentów rozluźnianie mięśniowo-powięziowe jest skuteczne?

Nie zawsze stan kliniczny pacjenta pozwala na przeprowadzenie intensywnej (bodźcowej) pracy terapeutycznej. Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe to jedna z bezpieczniejszych technik, która zapewnia subtelność pracy z pacjentem i pozwala na bieżącą obserwację reakcji ze strony układu nerwowego chorego.

Rozluźnianie mięśniowo- powięziowe z powodzeniem można wykorzystać w stanach ostrych oraz u pacjentów o dużej bolesności i wrażliwości uciskowej tkanek. Techniki te przydają się m. in. w sytuacji napięciowych bólów głowy, stanów pourazowych (np. po urazach szyjnego odcinka kręgosłupa typu “smagnięcia biczem”), w łokciu tenisisty, problemach bólowych barku (np. “zamrożony bark”), w bólach kręgosłupa oraz w wielu innych problemach narządu ruchu; terapia znajduje swoje zastosowanie zarówno w pracy z osobami starszymi, jak i z dziećmi.

Kurs ma charakter praktyczny, 90% czasu uczestnicy szkolenia spędzają na ćwiczeniu technik. Ćwiczenia praktyczne podczas kursu odbywają się w parach, na kozetkach, na matach.

PROGRAM:

DZIEŃ 1:

9.00 – 11.15



REHAINTEGRO

wprowadzenie do rozluźniania mięśniowo-powięziowego, podstawowe założenia i zasady wykonywania technik

11.15 – 11.30 przerwa

11.30 – 13.45

techniki rozluźniania mięśniowo-powięziowego obręczy barkowej i kończyny górnej

13.45 – 14.45 – przerwa

14.45 – 16.15

techniki rozluźniania obręczy biodrowej (technika trakcyjna, rozluźnianie zginaczy i odwodzicieli bioder)

16.30 – 17.00

techniki rozluźniania czaszki (rozluźnianie czepca, powięzi przyusznicej, powięzi skroniowej i mięśnia żwacza, mięśni podpotylicznych)

DZIEŃ 2:

9.00 – 11.15

techniki rozluźniania mięśniowo-powięzi tułowia (rozluźnianie prostownika grzbietu, rozluźnianie mięśnia zębatego przedniego, rozluźnianie mięśnia czworobocznego lędźwi)

11.15 – 11.30 przerwa

11.30 – 13.45

techniki rozluźniania mięśniowo-powięziowego przedniej strony tułowia (mięśnie brzucha, przepona, klatka piersiowa)

13.45 – 14.45 – przerwa

14.45 – 16.15

techniki rozluźniania szyjnego odcinka kręgosłupa (techniki lokalne)

16.30 – 17.00

techniki rozluźniania szyjnego odcinka kręgosłupa (techniki globalne)

DZIEŃ 3:

9.00 – 11.15

techniki rozluźniania kończyny dolnej (techniki globalne)

11.15 – 11.30 przerwa

11.30 – 13.30

techniki rozluźniania kończyny dolnej (techniki lokalne)



REHAINTEGRO

13.30 – 13:50

techniki ogólnego rozluźniania według bardziej złożonych wzorców

13:50 – 14:00

Zakończenie szkolenia