

Kurs unijny - Terapia Manualna

CZAS TRWANIA: 4 dni w godzinach 9.00 – 17.00

Część I – odc. szyjny i piersiowy kręgosłupa oraz kończyna górna.

Dzień 1 (26.06.2018 r.)

9-10.30 - Narzędzia terapeutyczne wykorzystywane w terapii manualnej.

Podstawowe pojęcia wykorzystywane w terapii manualnej: oscylacja, mobilizacja, manipulacja, trakcja, ślizg, dewiacja, shift, dystrakcja.

Wskazania i przeciwwskazania.

Badanie dla potrzeb terapii manualnej.

10.30 – 10.45 – przerwa

10.45 – 13.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa szyjnego:

- Oscylacyjne techniki mobilizacyjne wykonywane na stawy międzywyrostkowe pomiędzy C2-C7

- Mobilizacja na C7-Th1-Th2-Th3

13.00 - 14.00 – Przerwa na lunch

14.00 – 16.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa szyjnego c.d.:

- Mobilizacja połączona z ruchem zgięcia, rotacji i wyprostowania, zgięcia bocznego

- Autoterapia dla pacjenta do domu

- Manipulacja z trakcją

- Manipulacja pociągnięcie-ślizg przedni

- Manipulacja Rotacyjna C2

- Manipulacja chwyt rotacyjny (C3-C6)

16.00 – 16.15 – przerwa

16.15 – 17.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa piersiowego:

- Mobilizacja wyprostna Th

- Mobilizacja przedłużony ślizg

- Manipulacja od Th6-12 z trakcją przez kdd

- Manipulacja z trakcją przez głowę powyżej Th6

- Manipulacja wyprostna z trakcją i bez - Manipulacja wyprostno rotacyjna z trakcją i bez

- Manipulacja przesuwno-dociskowa

- Mobilizacje rozciągnięcie

Dzień 2 (27.06.2018 r.)

9-10.30 – Utrwalenie wiadomości poprzez powtórzenie materiału szkoleniowego z dnia pierwszego.

10.30 – 10.45 - przerwa

10.45 – 13.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kończyny górnej:

- Rozciąganie torebki stawowej
- Technika dystrakcji na staw ramienny
- Mobilizacja połączona z ruchem zgięcia, odwiedzenia i rotacji
- Manipulacja rotacyjna stawu ramiennego
- Manipulacja na łokieć tenisisty nadgarstka

13.00 - 14.00 – lunch

14.00 – 16.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kończyny górnej c.d.:

- Manipulacja na ciało wolne
- Mobilizacja pronacyjna
- Mobilizacja supinacyjna
- Mobilizacja stawu łokciowego
- Mobilizacja zgięcia grzbietowego i dloniowego nadgarstka
- Mobilizacja kości księżycowatej
- Mobilizacja kości główkowatej

16.00 – 16.15 – przerwa

16.15 – 17.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kończyny górnej c.d.:

- mobilizacja ograniczonej supinacji i pronacji przedramienia
- Mobilizacja kości łódeczkowatej
- Manipulacja podwichnięcia
- Manipulacja nadgarstka

Podsumowanie I części kursu.

Część II – odc. lędźwiowy kręgosłupa, stawy krzyżowo-biodrowe oraz kończyna dolna.

Dzień 3 (03.07.2018 r.)

9-10.30 - Narzędzia terapeutyczne wykorzystywane w terapii manualnej.

Podstawowe pojęcia wykorzystywane w terapii manualnej: oscylacja, mobilizacja, manipulacja, trakcja, ślizg, dewiacja, shift, dystrakcja.

Wskazania i przeciwwskazania.

Badanie dla potrzeb terapii manualnej.

10.30 – 10.45 – przerwa

10.45 – 13.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa lędźwiowego:

- Techniki oscylacyjne na L5-L1
- Manipulacja repozycji przez talerz

13.00 - 14.00 – Przerwa na lunch

14.00 – 16.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa lędźwiowego c.d.:

- Manipulacja przez guz kulszowy
- Manipulacja rozciągnięcie
- Manipulacja kd poza leżanką
- Manipulacja na shift
- Mobilizacja na shift

16.00 – 16.15 – przerwa

16.15 – 17.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa lędźwiowego c.d.:

- Mobilizacja przedłużony ślizg wyprostna
- Mobilizacja na staw krzyżowo-biodrowy
- Ślizg przedni i tylny

Dzień 4 (04.07.2018 r.)

9-10.30 – Utrwalenie wiadomości poprzez powtórzenie materiału szkoleniowego z dnia poprzedniego.

10.30 – 10.45 - przerwa

10.45 – 13.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kończyny dolnej:

- Rozciąganie torebki stawu biodrowego
- Mobilizacja z rot. wew. w stawie biodrowym
- Mobilizacja z odwiedzeniem
- Mobilizacja z wyprostem

13.00 - 14.00 – lunch

14.00 – 16.00 - Podstawowe techniki terapeutyczne dla kończyny dolnej c.d.:

- Manipulacja rotacyjna ciała wolnego w stawie biodrowym
- Mobilizacja zgięciowa stawu kolanowego
- Manipulacja rotacyjna z trakcją stawu kolanowego
- Manipulacja zgięciowa stawu kolanowego
- Repozycja głowy kości strzałkowej
- Manipulacja więzadeł pobocznych stawu skokowego
- Manipulacja ciała wolnego staw skokowy
- Mobilizacja inwersji śródstopia

16.00 – 16.15 – przerwa

16.15 – 17.00 - Przypadki kliniczne i ich terapia w oparciu o techniki terapii manualnej

- Mobilizacje zgięcie grzbietowego stawu skokowego
- Mobilizacje zgięcie podszwowego stawu skokowe

Podsumowanie II części kursu.