

Terapia punktami spustowymi to bardzo efektywny sposób terapii dający często natychmiastowe rezultaty. Jest to rewelacyjne narzędzie dla fizjoterapeutów, , terapeutów manualnych oraz trenerów stosowane w celu usprawnienia powrotu do formy po odbytej kontuzji bądź zminimalizowania ryzyka urazu. Terapia punktów spustowych jest bardzo popularną techniką wśród fizjoterapeutów i innych terapeutów klinicznych mających związek ze sportem na zachodzie i jest nieodłączną częścią rehabilitacji . Według badań terapia punktami spustowymi może znacznie przyspieszyć rekonwalescencję, a efekty (zmniejszone napięcie mięśniowe, redukcja bólu i większy zakres ruchomości w zaburzonym stawie) często widać już po pierwszej wizycie.

Warsztaty z Terapii Punktów spustowych zapewniają praktyczną i dynamiczną wiedzę. Weekendowy kurs prowadzony jest w postaci zajęć praktycznych, gdzie każdy z kursantów ma możliwość lokalizacji i opracowania punktów spustowych omawianych podczas szkolenia. Kurs pokazuje położenie punktów spustowych, metody autoterapii oraz protokoły usprawniające poszczególne partie ciała. Podczas szkolenia pokazane będą techniki kompresji niedokrwiennej, głęboki masaż rozcierający, masaż funkcyjny, PIR (poizometryczna relaksacja) oraz techniki stretchingu poszczególnych partii mięśniowych, Szkolenie to jest kierowane do terapeutów /fizjoterapeuci/rehabilitanci- lekarze-specjaliści z rehabilitacji lub medycyny manualnej oraz studentów fizjoterapii.

KURS NIE UWZGLĘDNI NAKŁUWANIA!

Tematy poruszane podczas szkolenia:

- Punkty spustowe – etiologia
- Czynniki wpływające na powstanie punktów spustowych
- Punkty spustowe uśpione/ aktywne/ „satelitarne”
- Przeciwwskazania
- Techniki palpacyjne mięśni dla punktów spustowych – protokół badania
- Techniki terapeutyczne: kompresja niedokrwienna, głęboki masaż rozcierający/ poprzeczny, masaż funkcyjny, PIR, techniki stretchingu.
- Elementy terapii ciepłem i zimnem
- Odniesienie do badania postawy oraz czynników biomechanicznych.
- Protokół postępowania
- Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych (ból w okolicach obręczy barkowej, głowy, stawu łokciowego, nadgarstka, pleców (odcinek szyjny, piersiowy, lędźwiowy), obręczy biodrowej, pachwiny, stawu kolanowego, skokowego oraz stopy).
- Autoterapia

Dzień 1

- 9- 10.30 – Wprowadzenie
Punkty spustowe – historia, Czynniki wpływające na powstanie punktów spustowych,
Punkty spustowe uśpione/ aktywne/ „satelitarne” Przeciwwskazania
- 10.30-10.45 – przerwa
- 10.45 – 13.00 - Techniki palpacyjne mięśni dla punktów spustowych – protokół badania, Techniki terapeutyczne: kompresja niedokrwienna, głęboki masaż rozcierający/ poprzeczny, masaż funkcyjny, PIR, techniki stretchingu. Elementy terapii ciepłem i zimnem
- 13.00- 14.00 – przerwa
- 14.00 – 15.45 - Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych – kończyna dolna
- 15.45- 16.00 – przerwa
- 16.00 – 17.00 – kończyna dolna kontynuacja.

Dzień 2

- 9- 10.30 – Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych - kręgosłup
- 10.30-10.45 – przerwa
- 10.45 – 13.00 - Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych – kręgosłup, brzuch, głowa, szyja
- 13.00- 14.00 – przerwa
- 14.00 – 15.45 - Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych – kończyna górna
- 15.45- 16.00 – przerwa
- 16.00 – 17.00 – Autoterapia i zakończenie