



CENTRUM REHABILITACYJNO-SZKOLENIOWE

## **Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe**

Kurs nr: **1753**

Data rozpoczęcia: **2018-12-01**

Terminy:

**2018-12-01 01-02.12.2018**

Miejsc: **20**

Miejsce: **Centrum Rehabilitacyjno - Szkoleniowe KINEZIO, Warszawa**

Instruktorzy: **mgr Maciej Papież**

Cena kursu: **750 zł**

## **Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe**

### **Nazwa formy kształcenia Rozluźnienie mięśniowo-powięziowe Cele kształcenia**

Szkolenie dotyczy pracy na systemie mięśniowo-powięziowym. Na kursie zostaną przekazane informacje o przebiegu powięzi, jej anatomii i powiązaniach, drogach promieniowania bólu z wybranych punktów spustowych oraz bruzdach międzymięśniowych i ich opracowaniu.

Z uwagi na znaczną ilość wiedzy, która zostanie przedstawiona, szkolenie trwa 2 dni. Każdy dzień, to inny obszar ciała, który zostanie omówiony.

Ok. 80% zajęć, to zajęcia praktyczne.

Celem kształcenia jest zapoznanie uczestników kursu z anatomią powięzi, nabycie umiejętności prawidłowego testowania powięzi i lokalizacji zaburzeń układu ruchu, jak również terapii.

Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe to specjalistyczne podejście terapeutyczne wykorzystywane w leczeniu wielu zaburzeń w układzie mięśniowo-powięziowym. Terapia nakierowana jest na tkanki miękkie, w szczególności powięzi okrywające mięśnie, organy i całe ciało człowieka. Jest to precyzyjne rozciąganie i rozluźnianie tkanek rozpatrujące problemy pacjenta w ujęciu całościowym. Zaburzenia w układzie powięziowym dotyczące współcześnie większości pacjentów objawiające się skróceniem tkanek i ich nadmiernym napięciem, mogą być przyczyną bólu i szeregu różnych objawów w różnych rejonach. Ten sposób pracy z ciałem jest skuteczny w leczeniu takich dolegliwości jak zespoły bólowe kręgosłupa, zespół zamrożonego barku, łokieć tenisisty czy golfisty, choroba zwyrodnieniowa stawów, napięciowe bóle głowy i w wielu innych. Efekty terapii są widoczne w znacznym zmniejszeniu dolegliwości bólowych oraz poprawie postawy ciała pacjenta. Technika rozluźniania mięśniowo-powięziowego z pozoru prosta technicznie pozwala na likwidowanie zrostów i sklejeń oraz usuwanie restrykcji i ograniczeń tkankowych w układzie mięśniowo-powięziowym. Kluczową umiejętnością jest tu rozpoznanie i wyczucie zaburzeń tkankowych oraz zastosowanie odpowiedniej do zaburzenia techniki. Jednym z elementów rozluźniania mięśniowo-powięziowego omawianych na zajęciach będzie terapia punktów spustowych, która jest nieodłączną częścią tej terapii.

## **Zasady rekrutacji uczestników**

Do szkolenia **Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe** może przystąpić:

- fizjoterapeuta (technik, licencjat, magister),
- lekarz rehabilitacji,
- student fizjoterapii (od II roku).

## **Czas trwania i sposób organizacji**

Szkolenie **Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe** obejmuje 16 godzin i podzielony jest na dwa dni.

## **Uczestnicy do zajęć potrzebują:**

- stroju sportowego: krótkich spodenek, górna część bikini (dla kobiet)
- butów na zmianę
- osobistego dużego ręcznika (BHP)

## **Uczestnicy kursu otrzymują**

- ogromny zasób wiadomości i umiejętności,
- skrypt,
- certyfikat ukończenia szkolenia (w języku polski)
- zaświadczenie wg wzoru MEN
- możliwość otrzymania akredytacji PTF dla dyplomowanych fizjoterapeutów

## **Instruktor prowadzący: mgr Maciej Papież**

Wykształcenie wyższe zdobyłem na Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie na dwóch wydziałach Wychowania Fizycznego i Rehabilitacji Ruchowej. Dzięki studiowaniu na dwóch kierunkach udało mi się zdobyć wiedzę za równo na temat rehabilitacji urazów sportowych jak i okolic ciała gdzie występują największe przeciążenia mięśniowo-stawowe w danej dyscyplinie sportowej. Przez wiele lat trenowałem piłkę nożną z dużymi osiągnięciami, ale niestety uraz kolana nie pozwolił mi kontynuować tego sportu. Wówczas obiecałem sobie, że wykorzystam swoją wiedzę i doświadczenie w zapobieganiu urazom i zapewnieniu jak najszybszego dostępu do rehabilitacji młodym sportowcom. Od 2 lat moja firma zapewnia

opiekę fizjoterapeutyczną młodym piłkarzom z Akademii Sportu Progress. Pracując na oddziale ortopedycznym mam dostęp do najnowszej wiedzy z ortopedii oraz badań naukowych z dziedziny Fizjoterapii w ortopedii. Na bieżąco zbieram swoje obserwacje jak przeprowadzane są zabiegi operacyjne i dzięki temu wiem co wymaga największej uwagi podczas rehabilitacji. W przyszłości planuje rozwijać fizjoterapię sportową oraz szkolenia z zakresu rehabilitacji w ortopedii. Swoją wiedzą nieustannie poszerzam o kolejne szkolenia.

