

## Ramowy program:

**Moduł I – „A”:** techniki tkanek miękkich, techniki relaksacji mięśni, trakcje manualne.

### *Cel modułu:*

- wyposażenie uczestników w techniki diagnostyczno-lecznicze tkanek tworzących płaszcz zewnętrzny powłok ciała;
- wprowadzenie do badania i relaksacji mięśni.

### *Teoria:*

- rys historyczny medycyny manualnej, rys historyczny manualnej medycyny mięśniowo-szkieletowej w koncepcji Praskiej Szkoły Medycyny Manualnej (mmms-PSMM);
- systematyka medycyny manualnej, systematyka mmms-PSMM;
- mianownictwo medycyny manualnej, mianownictwo mmms-PSMM, podstawowe pojęcia charakterystyczne dla mmms-PSMM;
- neurofizjologiczna i neurokinezyologiczna koncepcja mmms-PSMM;
- dysfunkcje somatyczne jako wyrazem wadliwej regulacji nerwowej na różnych poziomach jej organizacji;
- charakterystyka warsztatu technicznego mmms-PSMM: techniki diagnostyczne i terapeutyczne;
- metodyka technik zabiegowych;
- podstawy teoretyczne oraz różnica pomiędzy palpacją a prioproceptywną palpacją warstwową;
- wskazania i przeciwwskazania do zabiegów manualnych: ogólne, miejscowe, stałe i czasowe.

### *Praktyka:*

- podstawowe ćwiczenia rozwijające prioproceptywną palpację warstwową;
- palpacyjna anatomia topograficzna tkanek płaszcz powłok ciała;
- techniki diagnostyczne płaszcz powłok ciała (badanie warstwowe);
- techniki lecznicze płaszcz powłok ciała, leczenie warstwowe: skóra, tkanka łączna podskórna, powięź powierzchowna, mięśnie, ścięgna, więzadła, powięź głębokie, okostna;
- techniki specjalne stosowane w obrębie płaszcz powłok ciała: badanie i leczenie aktywnych blizn płaszcz powłok ciała i błon śluzowych;
- techniki diagnostyczne mięśni: hipertonicznych i hipotonicznych
- techniki relaksacji (normalizacji napięcia) mięśni;
- techniki autoterapii: autouwalnianie mięśniowo-powięziowe i autorelaksacje mięśniowe.

### *Klinika:*

- diagnostyka symptomatyczna;
- przyczynowo-skutkowe łańcuchy dysfunkcyjne;
- najczęstsze zespoły kliniczne w obrębie tkanek miękkich.

**Moduł II – „B”:** techniki relaksacji mięśni i mobilizacje stawowe.

*Powtórzenie i utrwalenie materiału szkoleniowego objętego modułem „A”.*

### *Cel modułu:*

- wyposażenie uczestników w techniki diagnostyczne i relaksacyjne mięśni;

- wprowadzenie do badania i leczenia zaburzeń czynności stawów.

*Teoria:*

- ergonomia pracy terapeuty (pozycje zabiegowe);
- anamneza patogenezyznaczna (omówienie);
- analiza kinezyologiczna (omówienie);
- klinicznie użyteczne klasyfikacje mięśni;
- zastosowanie fizjologicznych synkinez: faz oddechowych i kierunków spojrzenia;
- przyczyny zaburzeń regulacji nerwowej (dysfunkcji somatycznych);
- dysfunkcje stawowe jako wyraz zaburzeń regulacji nerwowej;
- odruchowe zależności trzewno-mięśniowe i trzewno-stawowe.

*Praktyka:*

- palpacyjna anatomia topograficzna mięśni;
- palpacyjna anatomia topograficzna elementów kostnych kręgosłupa C i Th, miednicy i obręczy barkowej.
- techniki diagnostyczne mięśni: napięcie mięśniowe, punkty spustowe, siła mięśniowa i koordynacja nerwowo-mięśniowa;
- techniki leczenia (relaksacji) mięśni;
- techniki diagnostyczne zaburzeń czynności stawów obwodowych;
- techniki mobilizacji stawów obwodowych;
- techniki diagnostyczno-lecznicze miednicy i obręczy biodrowej;
- techniki diagnostyczno-lecznicze obręczy barkowej;
- techniki autoterapii stawów obwodowych;
- techniki diagnostyczne kręgosłupa C i Th;
- techniki lecznicze kręgosłupa C i Th.

*Klinika:*

- diagnostyka symptomatyczna zaburzeń mięśni;
- diagnostyka symptomatyczna zaburzeń stawów obwodowych;
- dysfunkcyjne łańcuchy przyczynowo-skutkowe mięśni i stawów;
- podstawowe zespoły korzeniowe;
- podstawowe zespoły pseudokorzeniowe (rzekomokorzeniowe);
- zespoły mieszane.

**Moduł III – „C”:** mobilizacje stawowe i warsztaty kliniczne.

*Powtórzenie i utrwalenie materiału szkoleniowego z II modułu „B”.*

*Cel modułu:*

- wyposażenie uczestników w techniki diagnostyczne i mobilizacyjne stawów obwodowych i stawów kręgosłupa;
- wprowadzenie do klinicznego zastosowania nabytej wiedzy i

umiejętności.

*Teoria:*

- strategie lecznicze (taktyka);
- dokumentacja przebiegu procesu leczenia w oparciu o procedury manualne;
- omówienie sytuacji niecodziennych w pracy terapeuty manualnego;
- omówienie manualnych testów bezpieczeństwa zabiegowego.

*Praktyka:*

- palpacyjna anatomia topograficzna stawów obwodowych i elementów kostnych kręgosłupa Th i L;
- techniki diagnostyczno-terapeutyczne i stawów obwodowych (c.d.);

- techniki automobilizacji stawów obwodowych;
- techniki diagnostyczno-lecznicze kręgosłupa C;
- techniki diagnostyczno-lecznicze kręgosłupa Th i żeber;
- techniki diagnostyczne kręgosłupa L;
- techniki lecznicze kręgosłupa L;
- techniki diagnostyczno-terapeutyczne zaburzeń globalnych wzorców funkcjonalnych;
- ćwiczenie manualnych testów bezpieczeństwa;
- warsztaty kliniczne.

**Klinika:**

- diagnostyka symptomatyczna zaburzeń czynności stawów kręgosłupa;
- artralgie, artrozy, mialgie i miozy jako skutek zaburzeń czynnościowych;
- objawy wegetatywne;
- diagnostyka dyferencyjna (różnicowa).

**Moduł IV – „D”:** mobilizacje stawowe – techniki zaawansowane i warsztaty kliniczne.

*Powtórzenie i utrwalenie materiału szkoleniowego z III modułu „C”.*

*Cel modułu:*

- wyposażenie uczestników w techniki diagnostyczne i mobilizacyjne stawów obwodowych i stawów kręgosłupa;
- nabywanie umiejętności klinicznego zastosowania procedur manualnych.

*Praktyka:*

- techniki diagnostyczno-terapeutyczne kręgosłupa C, Th i żeber (c.d.);
- techniki diagnostyczno-terapeutyczne kręgosłupa L i miednicy;
- techniki automobilizacji;
- warsztaty kliniczne.

*Klinika:*

- omówienie rzadkich zespołów klinicznych;
- omówienie problematyki zgłaszanych przez uczestników.

**Moduł V – „E”:** mobilizacje stawowe i warsztaty kliniczne.

*Powtórzenie i utrwalenie materiału szkoleniowego z IV modułu „D”.*

*Cel modułu:*

- wyposażenie uczestników w techniki diagnostyczne i mobilizacyjne stawów kręgosłupa;
- nabywanie umiejętności klinicznego zastosowania procedur manualnych.

*Praktyka:*

- techniki diagnostyczno-terapeutyczne oraz automobilizacje stawów obwodowych (c.d.);
- techniki diagnostyczno-terapeutyczne i autoterapeutyczne stawów kręgosłupa i żeber (c.d.);
- warsztaty kliniczne.

*Klinika:*

- omówienie rzadkich zespołów klinicznych;

- prezentacje przez uczestników kazuistyki.

***Moduł VI – „F”:*** *kliniczne zastosowanie procedur manualnych.*

*Cel modułu:*

- powtórzenie i utrwalenie materiału objętego szkoleniem we wszystkich wcześniejszych modułach;
- nabycie przez kursantów umiejętności klinicznego stosowania procedur manualnych: anamneza, badanie kinezyologiczne, badania manualne, diagnoza symptomatyczna, badanie różnicujące, testy bezpieczeństwa zabiegowego, planowanie taktyki i test kontrolny.

*Powtórzenie i utrwalenie materiału szkoleniowego I-V moduły („A-E”).*

*Warsztaty kliniczne.*

*Egzamin wewnętrzny – teoretyczny i praktyczny.*