

PROGRAM KURSU TERAPIA MANUALNA W MASAŻU

Według koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego

I MODUŁ

Streszczenie: Koncepcja Terapii Manualnej Rakowskiego. Miednica, stawy biodrowe, segmenty ruchowe kręgosłupa lędźwiowego i przejścia piersiowo-lędźwiowego.

1. Wprowadzenie do koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego.

- sfery osobowości, integrująca rola narządu ruchu
- dostęp do aferencji
- patogeneza dysfunkcji
- czynnościowa zmiana stanu tkanek czst (definicja, cechy, fazy rozwoju, rodzaje aktywności)
- bodźce zabiegowe
- techniki zabiegowe
- wskazania i przeciwwskazania
- seans zabiegowy
- reakcje pozabiegowe
- test kontrolny.

2. Miednica, zespół stawów krzyżowo-biodrowych

- anatomia, patogeneza, objawy
- badanie
 - przez ocenę równowagi statycznej miednicy
 - ruchomości skb
 - przez punkty swoiste dla dysfunkcji wg. K. Sell'a
 - badanie spojenia łonowego
- techniki
 - kołysanie stawu krzyżowo-biodrowego
 - mobilizacje uderzeniowe niespecyficzne
 - mobilizacje uderzeniowe uspecyficznione S1, S3 brzusznie
- postępowanie w nierówności pozornej i rzeczywistej kończyn dolnych
 - różnicowanie pozornego i rzeczywistego skrócenia kończyny dolnej,
 - mobilizacje stawów krzyżowo-biodrowych,
 - technika mobilizacji obwodzeniem stawów biodrowych,
 - warunki doboru wkładki wyrównującej

3. Zespoły więzadeł miednicy

- anatomia, patogeneza, objawy
 - zespół więzadeł krzyżowo-biodrowych
 - zespół więzadła krzyżowo-guzowego
 - zespół więzadła biodrowo-lędźwiowego
 - zespół więzadeł nadkolcowych kości krzyżowej
- badanie
 - określenie wrażliwości uciskowej
 - testy na rozciąganie
- techniki
 - mobilizacje uciskowe
 - techniki uzupełniające

4. Zespół dysfunkcji stawu biodrowego

- anatomia, czynność, patogeneza, objawy
- badanie
 - punkty swoiste dla dysfunkcji stawów biodrowych
 - dystrakcja stawów biodrowych
 - test patrick'a
 - mięśnie znamionowe dla stawu biodrowego (m.in. m. gruszkowaty)
- terapia
 - program „biodro” czyli autoterapia
 - odtwarzanie dystrakcji stawów biodrowych
 - techniki trakcji stawów biodrowych
 - mobilizacje uciskowe okostnej krętarza większego, okostnej głowy strzałki oraz tkanek segmentów ruchowych przejścia piersiowo-lędźwiowego
- koksalgia i koksartroza
 - pozycje ułożeniowe
 - techniki przeciwbólowe

5. Zespoły segmentów ruchowych kręgosłupa lędźwiowego i przejścia lędźwiowo-krzyżowego

- anatomia, patogeneza, objawy
 - zespoły więzadłowe
 - zespół I5/s1
 - zespół I4, I3
 - zespół pseudołąkotkowy kolana
 - rwa udowa
- badanie
 - przez wyrostki kolczyste
 - wrażliwości uciskowej więzadeł nadkolcowych i międzykolcowych oraz tkanek okołostawowych stawów kręgosłupa
 - test na rozciąganie
- techniki
 - mobilizacje uciskowe struktur łącznotkankowych (więzadeł międzykolcowych, nadkolcowych, tkanek okołostawowych stawów kręgosłupa)
 - mobilizacje przez wyrostki kolczyste
 - mobilizacje przez wyrostki poprzeczne
 - technika obwodzeniem niespecyficzną i uspecyficzną
 - technika kołysaniem
 - trakcje przejścia lędźwiowo-krzyżowego przez kość krzyżową
 - trakcje przejścia lędźwiowo-krzyżowego przez talerze biodrowe

6. Mięśniowa równowaga i nierównowaga statyczna

- zespół hiperlordozy lędźwiowej sztywnej i wiotkiej
- zespół dyslordozy lędźwiowej.

7. Zespoły mięśniowe

- anatomia, patogeneza, objawy

- czst mięśni: grupy kulszowo-goleniowej, prostego uda, napinacza powięzi szerokiej, przywodzicieli, gruszkowatych
- badanie
- terapia
 - techniki miękkie
 - praca odruchowa poprzez segmenty ruchowe kręgosłupa, stawy krzyżowo-biodrowe oraz więzadła miednicy

8. Postępowanie w stanach ostrych czynnościowego przejścia lędźwiowo-krzyżowego i lędźwiowego odcinka kręgosłupa, więzadeł oraz mięśni

- patogeneza, objawy
 - aktywny konflikt dyskowo-korzeniowy
 - stany ostre pozakorzeniowe
- badanie
 - analiza dokumentacji medycznej
 - interpretacja próby lasegue'a
 - określenia kierunków wolnych od bólu
- postępowanie
 - terapia ułożeniowa
 - mobilizacje czynne
 - inne techniki wspomagające
 - różnicowanie z ostrym zespołem przeciążeniowym segmentu ruchowego kręgosłupa
 - różnicowanie z ostrym zespołem przeciążeniowym więzadeł miednicy.

9. Zespoły segmentów ruchowych przejścia piersiowo-lędźwiowego

- anatomia, patogeneza, objawy
 - zespoły segmentów th8-th12
 - zespół th12, l1
- badanie
 - przez wyrostki kolczyste
 - wrażliwości uciskowej więzadeł nadkolcowych i międzykolcowych oraz tkanek okołostawowych stawów kręgosłupa
 - badanie punktu grzebieniowego tylnego i bocznego
- terapia
 - mobilizacje przez wyrostki kolczyste
 - mobilizacje przez wyrostki poprzeczne
 - technika obwodzeniem niespecyficzną i uspecyficzną
 - technika kołysaniem.

10. Zespoły struktur Th/L

- anatomia, patogeneza, objawy
 - czst stawów żeber 8-12
 - czst okostnej koniuszka żebra 12
- badanie
 - wrażliwości koniuszka żebra 12
 - wrażliwości tkanek okołostawowych stawów żeber
- postępowanie
 - mobilizacje uciskowe stawów żeber

- postępowanie w zespole koniuszka żebra 12.

11. Zespoły mięśni znamionowych dla przejścia Th/L

- anatomia, patogeneza, objawy
 - zespół m. biodrowo-lędźwiowego
 - zespół m. czworobocznego lędźwi
 - zespół m. prostownika grzbietu
 - zespół m. prostego brzucha (kwadranty dolne i środkowe)
- badanie
- terapia
 - techniki miękkie
 - praca odruchowa poprzez segmenty ruchowe kręgosłupa.

II MODUŁ

Streszczenie: Brzuszny mechanizm wspomagania prostowania i stabilizacji tułowia (BMWPIST), segmenty ruchowe kręgosłupa piersiowego, przejścia szyjno-piersiowego, szyjnego, połączenia głowowo-szyjnego, obręcz barkowa, system żuchwowo-gnykowo-czaszkowy.

1. Brzuszny mechanizm wspomagania prostowania i stabilizacji tułowia - BMWPIST

- anatomia, patogeneza, objawy dysfunkcji
- rola hiperlordozy lędźwiowej
- badanie
- terapia
- trening stabilizacji miednicy, łopatek, obręczy barkowej
- znaczenie dysfunkcji bmwst w prowokowaniu dolegliwości kręgosłupa, klatki piersiowej, miednicy, kończyn dolnych i górnych, głowy
- dno miednicy – znaczenie dla BMWPIST

2. Zespoły segmentów ruchowych środkowego i górnego odcinka kręgosłupa piersiowego

- anatomia, patogeneza, objawy
- badanie
 - przez wyrostki kolczyste
 - wrażliwości uciskowej więzadeł nadkolcowych i międzykolcowych oraz tkanek okołostawowych stawów kręgosłupa
- terapia
 - techniki trakcyjne przez wyrostki kolczyste i poprzeczne

3. Zespoły stawów żeber 1-7

- Anatomia, patogeneza, objawy
- badanie
 - wrażliwość uciskowa tkanek okołostawowych stawów żeber
- postępowanie
 - mobilizacje uciskowe tkanek okołostawowych stawów żebrowo-poprzecznych.

4. Zespoły mięśniowe

- anatomia, patogeneza, objawy
 - zespół mięśnia biodrowo-żebrowego
 - zespoły mięśni karku: mięsień czworoboczny grzbietu, dźwigacz łopatki, mięsień piersiowy, mięsień dwugłowy i trójęgłowy ramienia, mięśnie przedramion.
 - zespoły mięśni obręczy barkowej i kończyn górnych
- badanie
- postępowanie.

5. Zespoły struktur łącznotkankowych i okostnowych obręczy barkowej i kończyn górnych

- anatomia, patogeneza, objawy
 - staw barkowo-obojęczykowy
 - wyrostek kruczy łopatki
 - przyczepy m. biodrowo-żebrowego na kątach żeber
 - guzek podpanewkowy łopatki
 - nadkłykieć boczny i przyśrodkowy kości ramiennej
- badanie
 - wrażliwości uciskowej
- postępowanie
 - mobilizacje uciskowe.

6. Zespoły segmentów ruchowych przejścia szyjno-piersiowego

- patogeneza, objawy
 - zespoły szyjne dolne c6,c7,c8
- badanie
 - różnicowanie z konfliktem korzeniowo-dyskowym
- terapia
 - mobilizacje uciskowe tkanek okołostawowych stawów międzywyrastkowych odcinka szyjnego kręgosłupa
 - mobilizacje uciskowe więzadeł międzykolcowych i nadkolcowych segmentów ruchowych górnego kręgosłupa piersiowego

7. Zespół bolesnego barku, łokcia, nadgarstka

- patogeneza, objawy
- badanie
- terapia.

8. Postępowanie w stanach ostrych dolnego odcinka kręgosłupa szyjnego

- patogeneza, objawy
 - aktywny konflikt dyskowo-korzeniowy
 - stany ostre pozakorzeniowe
- badanie
 - analiza dokumentacji
 - testy różnicujące
 - określenia kierunków wolnych od bólu

- postępowanie
 - terapia ułożeniowa
 - mobilizacje czynne
 - mobilizacje izometryczne
 - inne techniki wspomagające
 - różnicowanie z ostrym zespołem pozakorzeniowym segmentu ruchowego.

9. Zespoły połączenia głowowo-szyjnego

- badanie
 - wrażliwość wyrostków poprzecznych c1, wyrostka kolczystego c2
 - badanie kresy karkowej dolnej
- postępowanie
 - technika pulsowaniem
 - mobilizacje uciskowe
 - mobilizacje czynne
 - program „broda” czyli autoterapia

10. Zespoły mięśniowe

- anatomia, patogeneza, objawy
 - zespół mięśni podpotylicznych
- badanie
- terapia.

11. Szlak migrenowo-wegetatywny – wsparcie masażysty w dolegliwościach migrenowych pacjenta

-mobilizacje skb przez rotacje talerzy biodrowych w przód i tył

12. Zespół dysfunkcji systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego (szgc) – wykorzystanie technik terapii manualnej w rejonie twarzoczaszki

- patogeneza, objawy
- badanie
 - zewnątrzustne
 - wewnątrzustne
- terapia
 - trakcja
 - mobilizacje uciskowe wewnątrzustne, zewnątrzustne struktur szgc
 - mm. skroniowe
 - mm. żwacze
 - mm. skrzydłowe
 - platyzma
 - czepiec ścięgnisty

13. Podsumowanie.