

Tydzień 5

Dzień 1

Cele kursu i cele nauczania:

- Powtórzenie i uaktualnienie Koncepcji Maitland
- Ból nóg
- Radikulopatia vs ból korzeniowy vs ból somatyczny
- Ból rzutowany vs ból neuropatyczny
- Nomenklatura IASP (rodzaje bólu i mechanizmy)
- Ból neuropatyczny vs neuropatia
- Ból neuropatyczny (ośrodkowy vs obwodowy)
- Somatyczny ból rzutowany vs obwodowy ból neuropatyczny
- Powtórzenie SLR, SLUMP, PKB
- Sesja z pacjentem prowadzona przez instruktora

Dzień 2

- Anatomia układu nerwowego
- Biomechanika układu nerwowego
- Praktyka dot. badania subiektywnego (C/O). Wykorzystanie kwestionariuszy do oceny bólu
- Praktyka dot. badania obiektywnego (P/E) - powtórzenie badania neurologicznego i aktualizacja badania drobnych włókien (CST) + ocena wrażliwości na ból
- Palpacja nerwów kończyny dolnej
- SLR z uwzględnieniem nerwów strzałkowego wspólnego, piszczelowego i łydkowego
- SLUMP w leżeniu na boku
- PKB w pozycji SLUMP w leżeniu bokiem
- Testy neurodynamiczne: nerw udowo-goleniowy, nerw zasłonowy i nerw skórny boczny uda
- SLUMP w siadzie prostym
- Sesja z pacjentami prowadzona przez uczestników

Dzień 3

- Patofizjologia układu nerwowego
- Palpacja nerwów kończyny górnej
- ULNT1, ULNT2a, ULNT2b i ULNT3
- Praktyka: techniki ślizgowe i napięciowe (slider i tensioner)
- Technika AP przez mostek
- Technika "Śruba"
- Sesja z pacjentem prowadzona przez instruktora
- Sesja z pacjentami prowadzona uczestników

Dzień 4

- Terapia i postępowanie w problemach układu nerwowego
- Techniki pasywne: mobilizacja interfejsu i struktur nerwowych
- Aktywne formy terapii (hipoalgecja spowodowana wysiłkiem, trening aerobowy i siłowy)
- Edukacja
- PPIVMS i PAIVMS jako terapia (interfejs)
- Powtórzenie palpacji i AP kręgosłupa szyjnego (Cx)
- Cele i ograniczenia diagramu ruchu
- Ślizg dobowy kręgosłupa szyjnego (Cx Side Glide)
- Powtórzenie leczenia kręgosłupa lędźwiowego (Lx) ruchami fizjologicznymi: zgięcie boczne i rotacja

- Zlokalizowana rotacja Lx IV
- Teoria: biomechanika kręgosłupa
- Ruchy łączone

Dzień 5

- Praktyka: ruchy łączone: badanie i terapia, ruchy łączone kręgosłupa szyjnego (Cx) i lędźwiowego (Lx)
- Teoria manipulacji (podstawy)
- Technika „Śruba” stopień V
- PA kręgosłupa piersiowego (Tx) w stopniu V (chwyt „pistoletowy”)

Tydzień 6

Dzień 1

- Powtórzenie i aktualizacja wiedzy na temat kompleksu stopy i stawu skokowego
- Skręcenie kostki
- Powtórzenie ruchów fizjologicznych i dodatkowych stawu skokowego/stopy: badanie (testy niestabilności) i terapia
- Teoria i postępowanie kliniczne w tendinopatii
- Tendinopatia ścięgna Achillesa
- Tendinopatia mięśnia piszczelowego tylnego
- Ból podszwowej strony pięty (Plantar Heel Pain)
- Entezopatia (fasciopatya) rozciągna podszwowego
- Zasady doboru obciążenia (load management)
- Regionalna współzależność w łańcuchu kinematycznym
- Ćwiczenia (aktualizacja w zakresie spektrum siły)
- Sprawność fizyczna
- Sesja z pacjentem prowadzona przez instruktora

Dzień 2

- Pojemność tlenowa/beztlenowa (trening kondycyjny)
- Powtórzenie i aktualizacja wiedzy na temat kompleksu kolanowego
- Ból rzepkowo-udowy (Patellofemoral Pain), tendinopatia więzadła rzepki, ACL
- Powtórzenie i aktualizacja wiedzy na temat badania kompleksu kolanowego

Dzień 3

- P/E kolana: Testy Dodatkowe i progresja terapii (np. praktyczne zastosowanie progresywnego zwiększania obciążenia dla rzepki i ACL)
- Powtórzenie i aktualizacja wiedzy na temat kompleksu biodrowego (FAI, ból pachwiny, tendinopatia przywodzicieli, boczny ból biodra i tendinopatia pośladków, zespół bólu tylnej części biodra, tendinopatia ścięgna mięśnia dwugłowego uda – proksymalna)
- Powtórzenie i aktualizacja wiedzy na temat P/E biodra (ze szczególnym uwzględnieniem ruchów fizjologicznych czynnych/biernych oraz ruchów łączonych, np. F/ADD)
- Sesja z pacjentem prowadzona przez instruktora
- Sesja z pacjentami prowadzona przez uczestników

Dzień 4

- Badanie i terapia kompleksu biodrowego
- Testy Dodatkowe: przysiady i ich warianty
- Progresja obciążenia w tendinopatii (przywodzicieli, pośladek, ścięgna dwugłowego uda)
- Zarządzanie obciążeniem w FAI (zachowawczo vs pooperacyjnie)
- Teoria choroby zwyrodnieniowej stawów (OA) i wskazówki kliniczne
- Sesja z pacjentami prowadzona przez uczestników

Dzień 5

- Powtórzenie teorii manipulacji
- Powtórzenie Rx Lx Rot
- Manipulacje:
Lx zlokalizowana (stopień V)
Rotacja Tx zlokalizowana (stopień V)

Tydzień 7

Dzień 1

- Powtórzenie i aktualizacja wiedzy na temat kompleksu barkowego
- Niestabilność barku
- Powtórzenie i aktualizacja wiedzy na temat badania barku (P/E)
- Testy Dodatkowe na niestabilność strukturalną
- Wiotkość przednia (anterior laxity)
- Wiotkość tylna (posterior laxity)
- Sesja z pacjentem prowadzona przez instruktora

Dzień 2

- Zaburzenia związane z stożkiem rotatorów / zespół ciasnoty podbarkowej
- Sztywny bark (spektrum ograniczenia kierunkowego ruchu)
- Sztywność tylna (posterior tightness)
- Sesja z pacjentami prowadzona przez uczestników

Dzień 3

- Sesja praktyczna
- Narzędzia do oceny i monitorowania sprawności fizycznej
- Sprawność fizyczna: ocena łańcucha kinematycznego
- Siła chwytu
- Rx i prowadzenie leczenia
- Powtórzenie i aktualizacja wiedzy na temat kompleksu łokcia
- Epikondylalgia (boczna i przyśrodkowa)
- Diagnostyka różnicowa (np. udział nerwów obwodowych)
- Tendinopatia
- Testy Dodatkowe w P/E
- Rx i prowadzenie leczenia
- Sesja z pacjentem prowadzona przez instruktora
- Sesja z pacjentami prowadzona przez uczestników

Dzień 4

- Egzamin podsumowujący Poziom 2
- Powtórzenie i aktualizacja wiedzy na temat kompleksu nadgarstka/ręki
- Tendinopatia
- Zespół cieśni nadgarstka
- Zespół bólu regionalnego (CRPS)
- Powtórzenie badania neurologicznego i CST
- Leczenie i zarządzanie
- Powtórzenie PPIVMs i PAIVMs C7/T4

Dzień 5

- Powtórzenie teorii manipulacji (podstawy)
- Manipulacja zlokalizowana C7-T1 w leżeniu na brzuchu
- Manipulacja żeber PA zlokalizowana (stopień V)

Koniec Poziomu 2**Certyfikat Poziomu 2**