

Kurs fizjoterapii I Kompleks lędźwiowo-miedniczno-biodrowy

Dzień 1 / Rehasport Bułgarska

Prowadzący: dr n. med. Łukasz Bartochowski, mgr Łukasz Stołowski, mgr Filip Mordaka

9:00-11:00

1. Wstęp
2. Badanie ortopedyczne - co jest źródłem bólu?
 - Wywiad - czerwone flagi;
 - Badanie podmiotowe;
 - Badanie obrazowe - co jest czym na RTG/MRI?

11:00-11:15 Przerwa kawowa

3. Najczęstsze jednostki kliniczne - dyskopatia, kręgoszczelina i kręgozmyk, stenoza, „deep gluteal syndrome”, dolegliwości bólowe pochodzące ze stawu biodrowego.
 - Na co zwrócić uwagę podczas wywiadu z pacjentem?
 - Testy ortopedyczne - diagnostyka różnicowa;
 - Badanie obrazowe;
 - Postępowanie ortopedyczne.

13:30-14:15 Przerwa obiadowa

4. Ból odkręgosłupowy w stanie ostrym
 - Edukacja i komunikacja z pacjentem
 - Zmniejszenie dolegliwości i przywrócenie funkcji - terapia aktywna i pasywna (**D.O Filip Mordaka**)

16:00-16:15 Przerwa kawowa

5. Ból odkręgosłupowy w stanie podoстрыm/przewlekłym
Badanie fizjoterapeutyczne - co jest przyczyną, że problem wystąpił?
 - Wywiad - komunikacja z pacjentem i informacje wpływające na rehabilitację;
 - Badanie funkcjonalne - co jest przyczyną dolegliwości;
 - Postawa ciała;
 - Chód;
 - Screening;
 - Testy funkcjonalne.

6. Ból odkręgosłupowy w stanie podoстрыm/przewlekłym - czemu boli tak długo?

17:45-18:00

Podsumowanie i dyskusja



Kurs fizjoterapii I Kompleks lędźwiowo-miedniczno-biodrowy

Dzień 2 / Rehasport Bułgarska

Prowadzący: mgr Łukasz Stołowski

9:00-10:30

1. Ból odkręgosłupowy w stanie podostrym/przewlekłym - c.d.
 - Stawianie hipotezy leczniczej na podstawie wywiadu i badania klinicznego
 - Powrót do funkcji na zasadach graded exposure
 - „Neuromodulacja bólu”
 - Programowanie ćwiczeń aż do powrotu do aktywności/sportu

10:30-10:45 Przerwa kawowa

2. „Deep gluteal syndrome”:

- Epidemiologia;
- Patomechanizm;
- Diagnostyka;
- Leczenie fizjoterapeutyczne.

3. Hip related groin pain (FAIS, niestabilność, uszkodzenia obrąbka)

- Epidemiologia;
- Patomechanizm;
- Diagnostyka funkcjonalna i ortopedyczna;
- Fizjoterapia zachowawcza i pooperacyjna.

13:30-14:15 Przerwa obiadowa

4. „Ból pachwiny”:

- Epidemiologia;
- Patomechanizm;
- Diagnostyka funkcjonalna i ortopedyczna;
- Fizjoterapia zachowawcza i pooperacyjna.

15:30-15:45 Przerwa kawowa

5. Tendinopatia m. pośladowego średniego (GTPS):

- Epidemiologia;
- Patomechanizm;
- Diagnostyka funkcjonalna i ortopedyczna;
- Fizjoterapia zachowawcza.

6. Rehabilitacja po endoprotezoplastyce stawu biodrowego - tips&tricks

17:45-18:00

Podsumowanie i dyskusja

