

## Kurs fizjoterapii I Staw skokowy

### Dzień 1 / Rehasport Górecka

**Prowadzący: dr n. med. Szymon Rubczak**

**12:00 – 13:45**

1. Anatomia i biomechanika - jak przełożyć je na dobór technik manualnych oraz ćwiczeń w czasie rehabilitacji?

**13:45 – 14:30** przerwa obiadowa

**14:30 – 18:30**

2. Badanie ortopedyczne - co jest źródłem bólu?
  - wywiad ze zwróceniem uwagi na potencjalnie groźne objawy ("czerwone flagi"),
  - badanie podmiotowe
  - badanie obrazowe - co jest czym na RTG/MRI?
3. Najczęstsze jednostki kliniczne - urazy więzadłowe, złamania, urazy ścięgna Achillesa, tendinopatia ścięgna Achillesa, shin splint, ból pięty.
  - Na co zwrócić uwagę podczas wywiadu z pacjentem?
  - Testy ortopedyczne
  - Badanie obrazowe
  - Postępowanie ortopedyczne



## Dzień 2 / Rehasport Bułgarska

**Prowadzący: dr n. med. Paweł Cisowski, mgr Bartosz Kiedrowski**

**9:00**

1. Anatomia palpacyjna w ujęciu klinicznym.
2. Badanie fizjoterapeutyczne - co jest przyczyną wystąpienia problemu?
  - Wywiad – komunikacja z pacjentem i informacje wpływające na rehabilitację;
  - Badanie funkcjonalne - co jest przyczyną dolegliwości;
  - Postawa ciała;
  - Chód;
  - Screening;
  - Testy funkcjonalne.

**12:00 – 12:10** przerwa kawowa

3. Staw skokowy - skręcenie inwersyjne i ewersyjne

- Epidemiologia
- Patomechanizm;
- Diagnostyka;
- Leczenie fizjoterapeutyczne;
- Leczenie zachowawcze i operacyjne.

**13:30 – 14:15** przerwa obiadowa

4. Shin splint i złamanie zmęczeniowe:

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

**16:45-17:00** przerwa kawowa

**17:00-18:00**

Podsumowanie i dyskusja



## Dzień 3 / Rehasport Bułgarska

**Prowadzący: dr n. med. Paweł Cisowski, mgr Bartosz Kiedrowski**

**9:00**

1. Stopa - rozciągnij podszewkę i piętę

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

**12:00 – 12:10** przerwa kawowa

2. Tendinopatia ścięgna Achillesa:

- Epidemiologia i patomechanizm
- Diagnostyka;
- Leczenie fizjoterapeutyczne

3. Postępowanie po urazach i zabiegach operacyjnych więzadeł i chrząstki stawu skokowego.

**13:30 – 14:15** przerwa obiadowa

4. Zerwanie ścięgna Achillesa:

- Epidemiologia i patomechanizm;
- Diagnostyka;
- Rehabilitacja pooperacyjna.

**16:45-17:00** przerwa kawowa

5. Powrót do sportu

- RTA i RTS

**17:00-18:00**

Podsumowanie i dyskusja

