

TERAPIA MANUALNA TKANEK MIĘKKICH

Celem szkolenia jest podnoszenie umiejętności w zakresie diagnozowania i leczenia dysfunkcji w obrębie tkanek miękkich.

Terapia na powięziach

Terapia na powięziach w ostatniej dekadzie zyskała ogromne zainteresowanie i znaczące miejsce w arsenale metod terapeutycznych stosowanych w terapii manualnej.

Terapia ta staje się jednym z podstawowych sposobów pracy wielu specjalistów zajmujących się terapią manualną zaburzeń czynnościowych narządu ruchu. Coraz większe zainteresowanie pracą na powięzi bierze się, w dużej mierze, z jej skuteczności w leczeniu wielu dolegliwości narządu ruchu, a w szczególności w leczeniu niespecyficznych dolegliwości bólowych. Forma ta opiera się w większości na stosowaniu łagodnych i bezpiecznych technik manualnych, przez co może być stosowana zarówno w stanach ostrych, jak i u osób w starszym wieku.

Dwa moduły teoretyczno-praktyczne

Moduł pierwszy:

1. znaczenie powięzi
2. anatomia powięzi
3. restrykcje mięśniowo-powięziowe
4. bariera tkankowa i fenomen rozluźniania
5. metodyka wykonywania zabiegu

Techniki terapeutyczne

1. rozluźnianie powięzi powierzchownej
2. terapia powięzi głębokiej
3. techniki szczegółowe:
 - technika rozluźniania rotatorów barku i okolicy okołopatkowej
 - techniki rozluźniania przedniej ściany klatki piersiowej
 - technika rozluźniania przepon (brzuszej i miedniczej)
 - czepiec ścięgnisty i szyja
 - techniki powięziowe na twarzy
 - leczenie napięć w obrębie kości krzyżowej i dna miednicy
 - uwalnianie kości krzyżowej
 - rozluźnianie więzadła krzyżowo-guzowego
 - mięsień gruszkowaty i mięśnie pośladkowe
 - ścięgno Achillesa i rozciągno podeszwowe
 - punkty okostnowe
 - mięśniowo-powięziowe punkty spustowe

- blizny oraz restrykcje w skórze i bliznach

4. techniki mięśniowe

Moduł drugi:

Terapia dysfunkcji kompleksu mięśniowo-powięziowego – techniki aktywne

1. rodzaje terapii

2. najczęstsze zaburzenia kompleksu mięśniowo-powięziowego

3. szczegóły dotyczące wykonywania technik aktywnych

4. terapia

- terapia kompleksu mięśniowo-powięziowego w okolicy stawów barkowych i szyi
- obszar stawów krzyżowo-biodrowych
- uwalnianie nerwów
- terapia kompleksu mięśniowo-powięziowego w okolicy biodra
- grupa kulszowo-goleniowa
- terapia kompleksu mięśniowo-powięziowego w okolicy stawu kolanowego
- terapia kompleksu mięśniowo-powięziowego w okolicy stopy
- terapia kompleksu mięśniowo-powięziowego tułowia
- odcinek szyjny kręgosłupa
- staw skroniowo-żuchwowy
- kończyna górna
- łokieć tenisisty
- okolica łopatkowa