



## Medyczo-Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Toruniu

### PLAN NAUCZANIA: Masaż tkanek głębokich

Treści nauczania	Efekty kształcenia - uczestnik kursu:	Ilość godz.
<p><b>Część teoretyczna</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Definicja masażu tkanek głębokich i przedstawienie filozofii koncepcji</li><li>• Zasady masażu tkanek głębokich</li><li>• Rodzaj chwytów stosowanych w MTG i kierunek ruchów</li><li>• Narzędzia pracy w MTG</li><li>• Ergonomia pracy terapeuty</li><li>• Sposób myślenia zgodnie z koncepcją MTG i strategię pracy w MTG</li><li>• Czytanie ciała i zasady strukturalnej pracy z ciałem</li><li>• Plan pracy w serii spotkań terapeutycznych (Plan dla serii 10 i 6 spotkań)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rozumie pojęcie masażu tkanek głębokich.</li><li>• Zna zasady masażu tkanek głębokich.</li><li>• Zna rodzaje chwytów i rozumie w jakim kierunku wykonywać ruch.</li><li>• Potrafi wykorzystać zasady ergonomii w terapii.</li><li>• Potrafi zaplanować terapię pacjenta w zależności od indywidualnych potrzeb i możliwości.</li></ul>	4

<p><b>Część praktyczna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ocena wizualna ciała (bodyreading)</li> <li>● Badanie całego ciała (screening ciała)</li> <li>● Stawianie diagnozy</li> <li>● Diagnostyka naczyniowa, neurologiczna, diagnostyka różnicowa jamy brzusznej, testy kliniczne i ortopedyczne</li> <li>● Relacja struktur w taśmach mięśniowo-powięziowych i transmisja napięć w ich obrębie</li> <li>● Palpacja struktur poddawanych terapii</li> <li>● Terapie w obrębie taśm: tylnej, przedniej powierzchownej i głębokiej, bocznej, skośnej</li> <li>● Testy funkcjonalne, naczyniowe i neurologiczne w obrębie odcinka szyjnego</li> <li>● Praca na strukturach anatomicznych:</li> <li>● Prostownik grzbietu</li> <li>● Prostowniki głowy i szyi</li> <li>● Mięśnie podpotyliczne</li> <li>● Czepiec ścięgnisty</li> <li>● Mięsień czworoboczny grzbietu</li> <li>● Dźwigacz łopatki</li> <li>● Mostkowo-obojęczkowo-sutkowym</li> <li>● Żwacz, skroniowy, czołowy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Potrafi przeprowadzić ocenę wzrokową pacjenta</li> <li>● Umiejętnie przeprowadza badanie całego ciała z wykorzystaniem testów klinicznych oraz testów bezpieczeństwa.</li> <li>● Rozumie powiązania struktur w ciele człowieka oraz ich wzajemny wpływ na siebie.</li> <li>● Umiejętnie palpuje struktury w organizmie, które będą poddane terapii</li> <li>● Potrafi przeprowadzić testy funkcjonalne, naczyniowe i neurologiczne w obrębie odcinka szyjnego.</li> <li>● Potrafi umiejętnie przeprowadzić terapię w obrębie taśm: tylnej, przedniej powierzchownej i głębokiej, bocznej, skośnej</li> <li>● Potrafi przeprowadzić terapię na strukturach:</li> <li>● Prostownik grzbietu</li> <li>● Prostowniki głowy i szyi</li> <li>● Mięśnie podpotyliczne</li> <li>● Czepiec ścięgnisty</li> <li>● Mięsień czworoboczny grzbietu</li> <li>● Dźwigacz łopatki</li> <li>● Mostkowo-obojęczkowo-sutkowym</li> <li>● Żwacz, skroniowy, czołowy</li> <li>● Ocena wizualna i funkcjonalna klatki piersiowej</li> </ul>	<p>36</p>
---	--	-----------

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ocena wizualna i funkcjonalna klatki piersiowej</li> <li>● Mobilizacja mostka</li> <li>● Mobilizacje żeber</li> <li>● Mięsień piersiowy większy i mniejszy</li> <li>● mięśnie międzyżebrowe</li> <li>● Podobojczykowy</li> <li>● Badanie i diagnostyka różnicowa jamy brzusznej</li> <li>● Praca na strukturach anatomicznych:</li> <li>● Mięsień prosty, skośne brzucha, mięsień piramidowy</li> <li>● Mięśnie pochyle</li> <li>● Przepona oddechowej</li> <li>● Mięsień biodrowy i lędźwiowy</li> <li>● Czworoboczny lędźwi</li> <li>● Gruszkowaty</li> <li>● Pośladkowy wielki</li> <li>● Tkanki w obszarze kości krzyżowej i ogonowej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mobilizacja mostka</li> <li>● Mobilizacje żeber</li> <li>● Mięsień piersiowy większy i mniejszy</li> <li>● mięśnie międzyżebrowe</li> <li>● Podobojczykowy</li> </ul>	
<p><b>2 MODUŁ (3 DNI)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ocena wizualna ciała</li> <li>2. Praca w obrębie taśm: tylnej, przedniej, skośnej, bocznej, kończyn górnych</li> <li>3. Praca na strukturach anatomicznych:</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Potrafi umiejętnie diagnozować pacjenta, postawić hipotezę oraz zaproponować terapię.</li> <li>2. Rozumie oraz umiejętnie wykonuje terapię w obrębie taśm: tylnej, przedniej, skośnej, bocznej, kończyn górnych.</li> </ol>	40

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Węzadło krzyżowo-guzowe</li> <li>● Mięśnie kulszowo-goleniowe</li> <li>● Trójgłowy łydki</li> <li>● Ścięgno Achillesa</li> <li>● Guz piętowy</li> <li>● Rozciągnio podeszwowe</li> <li>● Czworogłowy uda</li> <li>● Węzadło pachwinowe</li> <li>● Rzepka i system powięziowy kolana</li> <li>● Piszczelowy przedni i powięź grzbietowa stopy</li> <li>● Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej</li> <li>● Mobilizacja stawu biodrowego</li> <li>● Pośladkowy średni</li> <li>● Obszar okółokrętarzowy</li> <li>● Mięśnie strzałkowe</li> <li>● Mięśnie przywodziciele uda</li> <li>● Głębokie zginacze stawu skokowego</li> </ul>	<p>3. Umie prawidłowo opracować poszczególne partie ciała oraz najczęściej spotykane dolegliwości bólowe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Węzadło krzyżowo-guzowe</li> <li>● Mięśnie kulszowo-goleniowe</li> <li>● Trójgłowy łydki</li> <li>● Ścięgno Achillesa</li> <li>● Guz piętowy</li> <li>● Rozciągnio podeszwowe</li> <li>● Czworogłowy uda</li> <li>● Węzadło pachwinowe</li> <li>● Rzepka i system powięziowy kolana</li> <li>● Piszczelowy przedni i powięź grzbietowa stopy</li> <li>● Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej</li> <li>● Mobilizacja stawu biodrowego</li> <li>● Pośladkowy średni</li> <li>● Obszar okółokrętarzowy</li> <li>● Mięśnie strzałkowe</li> <li>● Mięśnie przywodziciele uda</li> <li>● Głębokie zginacze stawu skokowego</li> </ul>	
--	--	--

<p>4. Diagnostyka rejonu łopatki, ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna</p> <p>5. Praca na strukturach anatomicznych</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Mięsień równoległoboczny</li> <li>● Najszerszy grzbietu</li> <li>● Zębaty przedni</li> <li>● Mięśnie obłe</li> <li>● Mięsień nad- i podgrzebieniowy</li> <li>● Naramienny</li> <li>● Trójgłowy i dwugłowy ramienia</li> <li>● Mięśnie zginacze i prostowniki stawu nadgarstkowego</li> <li>● Mięśnie dłoni.</li> </ul>	<p>4. Potrafi przeprowadzić diagnostykę rejonu łopatki, ocenę wizualną, funkcjonalną i palpacyjną.</p> <p>5. Potrafi wykonać masaże tkanek głębokich na strukturach anatomicznych:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Mięsień równoległoboczny</li> <li>● Najszerszy grzbietu</li> <li>● Zębaty przedni</li> <li>● Mięśnie obłe</li> <li>● Mięsień nad- i podgrzebieniowy</li> <li>● Naramienny</li> <li>● Trójgłowy i dwugłowy ramienia</li> <li>● Mięśnie zginacze i prostowniki stawu nadgarstkowego</li> <li>● Mięśnie dłoni.</li> </ul>	
<p>Na kursie podejmiemy m.in. takie jednostki i dolegliwości jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Skoliozy</li> <li>● Dysbalans w ustawieniu miednicy (przodo- i tyłopochylenie)</li> <li>● Hiperlordoza szyjna i lędźwiowa, hiperkifoza piersiowa</li> <li>● Obniżenie przestrzeni międzykręgowych</li> <li>● Zaburzenia rytmu oddechowego</li> <li>● Zaburzenia ruchomości kręgosłupa</li> </ul>	<p>W trakcie całego szkolenia kursant pozna terapię w jednostkach chorobowych tj.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Skoliozy</li> <li>● Dysbalans w ustawieniu miednicy (przodo- i tyłopochylenie)</li> <li>● Hiperlordoza szyjna i lędźwiowa, hiperkifoza piersiowa</li> <li>● Obniżenie przestrzeni międzykręgowych</li> <li>● Zaburzenia rytmu oddechowego</li> <li>● Zaburzenia ruchomości kręgosłupa</li> </ul>	<p>w trakcie całego kursu</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bóle L-S, rwa kulszowa, pseudo-rwa, lumbago, ostre i przewlekłe bóle kręgosłupa</li> <li>● Zespół mięśnia gruszkowatego</li> <li>● Bóle głowy</li> <li>● Zawroty głowy</li> <li>● Zaburzenia równowagi</li> <li>● Relacja potyliczna – kość krzyżowa</li> <li>● Dysbalans w ustawieniu głowy i obręczy barkowej</li> <li>● Bóle w obrębie obręczy barkowej</li> <li>● Bóle szyi i karku, kręcz karku</li> <li>● Klatka piersiowa wdechowa i wydechowa</li> <li>● Zespół skrzyżowania górnego</li> <li>● Protrakcyjne ustawienie głowy</li> <li>● Bóle stawu ramiennego, ograniczenia ruchomości w stawie</li> <li>● Zespół stożka rotatorów</li> <li>● Zespół górnego otworu klatki piersiowej,</li> <li>● Zaburzenia w ruchomości obojczyka</li> <li>● Problemy pseudo-narządowe, pseudo-kolki jamy brzusznej</li> <li>● Szumy uszne,</li> <li>● Bruksizm</li> <li>● Zaburzenie pracy stawu skroniowo-żuchwowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bóle L-S, rwa kulszowa, pseudo-rwa, lumbago, ostre i przewlekłe bóle kręgosłupa</li> <li>● Zespół mięśnia gruszkowatego</li> <li>● Bóle głowy</li> <li>● Zawroty głowy</li> <li>● Zaburzenia równowagi</li> <li>● Relacja potyliczna – kość krzyżowa</li> <li>● Dysbalans w ustawieniu głowy i obręczy barkowej</li> <li>● Bóle w obrębie obręczy barkowej</li> <li>● Bóle szyi i karku, kręcz karku</li> <li>● Klatka piersiowa wdechowa i wydechowa</li> <li>● Zespół skrzyżowania górnego</li> <li>● Protrakcyjne ustawienie głowy</li> <li>● Bóle stawu ramiennego, ograniczenia ruchomości w stawie</li> <li>● Zespół stożka rotatorów</li> <li>● Zespół górnego otworu klatki piersiowej,</li> <li>● Zaburzenia w ruchomości obojczyka</li> <li>● Problemy pseudo-narządowe, pseudo-kolki jamy brzusznej</li> <li>● Szumy uszne,</li> <li>● Bruksizm</li> <li>● Zaburzenie pracy stawu skroniowo-żuchwowego</li> <li>● Zespoły bólowe z promieniowaniem do kończyny górnej</li> <li>● Dysfunkcje przepony i jej wpływ na pozostałe struktury ciała</li> </ul>	
---	--	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zespoły bólowe z promieniowaniem do kończyny górnej</li> <li>• Dysfunkcje przepony i jej wpływ na pozostałe struktury ciała</li> <li>• Relacje i wpływ struktur mięśniowych na dolegliwości trzewne</li> <li>• Pozorna nierówność kończyn dolnych</li> <li>• Bóle kości krzyżowej i ogonowej, stany po urazach kości ogonowej</li> <li>• Pseudocysta Bakera</li> <li>• Bóle w obrębie guza kulszowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relacje i wpływ struktur mięśniowych na dolegliwości trzewne</li> <li>• Pozorna nierówność kończyn dolnych</li> <li>• Bóle kości krzyżowej i ogonowej, stany po urazach kości ogonowej</li> <li>• Pseudocysta Bakera</li> <li>• Bóle w obrębie guza kulszowego</li> </ul>	
---	--	--

**Ilość godzin: 80**

**Sposób i forma zaliczenia:**

- Czynny udział w zajęciach



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie