



Medyczo-Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Toruniu

PLAN NAUCZANIA: Masaż tkanek głębokich

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

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

| | | |
|---|--|----|
| <ul style="list-style-type: none"> ● Mięsień piersiowy większy i mniejszy ● mięśnie międzyżebrowe ● Podobojczykowy ● Badanie i diagnostyka różnicowa jamy brzusznej ● Praca na strukturach anatomicznych: ● Mięsień prosty, skośne brzucha, mięsień piramidowy ● Mięśnie pochyle ● Przepona oddechowej ● Mięsień biodrowy i lędźwiowy ● Czworoboczny lędźwi ● Gruszkowaty ● Pośladkowy wielki ● Tkanki w obszarze kości krzyżowej i ogonowej | <ul style="list-style-type: none"> ● Mięsień piersiowy większy i mniejszy ● mięśnie międzyżebrowe ● Podobojczykowy | |
| <p>2 MODUŁ (3 DNI)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ocena wizualna ciała 2. Praca w obrębie taśm: tylnej, przedniej, skośnej, bocznej, kończyn górnych 3. Praca na strukturach anatomicznych: <ul style="list-style-type: none"> ● Więzadło krzyżowo-guzowe ● Mięśnie kulszowo-goleniowe ● Trójgłowy łydki ● Ściągno Achillesa ● Guz piętowy | <ol style="list-style-type: none"> 1. Potrafi umiejętnie diagnozować pacjenta, postawić hipotezę oraz zaproponować terapię. 2. Rozumie oraz umiejętnie wykonuje terapię w obrębie taśm: tylnej, przedniej, skośnej, bocznej, kończyn górnych. 3. Umie prawidłowo opracować poszczególne partie ciała oraz najczęściej spotykane dolegliwości bólowe: <ul style="list-style-type: none"> ● Więzadło krzyżowo-guzowe ● Mięśnie kulszowo-goleniowe ● Trójgłowy łydki | 40 |

| | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● Rozciągnio podeszwowe ● Czworogłowy uda ● Wiązadło pachwinowe ● Rzepka i system powięziowy kolana ● Piszczelowy przedni i powięź grzbietowa stopy ● Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej ● Mobilizacja stawu biodrowego ● Pośladkowy średni ● Obszar okołokrętarzowy ● Mięśnie strzałkowe ● Mięśnie przywodziciele uda ● Głębokie zginacze stawu skokowego <p>4. Diagnostyka rejonu łopatki, ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna</p> <p>5. Praca na strukturach anatomicznych</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Mięsień równoległoboczny ● Najszerszy grzbietu ● Zębaty przedni ● Mięśnie oble | <ul style="list-style-type: none"> ● Ścięgno Achillesa ● Guz piętowy ● Rozciągnio podeszwowe ● Czworogłowy uda ● Wiązadło pachwinowe ● Rzepka i system powięziowy kolana ● Piszczelowy przedni i powięź grzbietowa stopy ● Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej ● Mobilizacja stawu biodrowego ● Pośladkowy średni ● Obszar okołokrętarzowy ● Mięśnie strzałkowe ● Mięśnie przywodziciele uda ● Głębokie zginacze stawu skokowego <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"> ● Mięsień równoległoboczny ● Najszerszy grzbietu ● Zębaty przedni ● Mięśnie oble | |
|--|--|--|

| | | |
|---|--|-------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ● Mięsień nad- i podgrzebieniowy ● Naramienny ● Trójgłowy i dwugłowy ramienia ● Mięśnie zginacze i prostowniki stawu nadgarstkowego ● Mięśnie dłoni. | <ul style="list-style-type: none"> ● Mięsień nad- i podgrzebieniowy ● Naramienny ● Trójgłowy i dwugłowy ramienia ● Mięśnie zginacze i prostowniki stawu nadgarstkowego ● Mięśnie dłoni. | |
| <p>Na kursie podejmiemy m.in. takie jednostki i dolegliwości jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Skoliozy ● Dysbalans w ustawieniu miednicy (przodo- i tyłopochylenie) ● Hiperlordoza szyjna i lędźwiowa, hiperkifoza piersiowa ● Obniżenie przestrzeni międzykręgowych ● Zaburzenia rytmu oddechowego ● Zaburzenia ruchomości kręgosłupa ● Bóle L-S, rwa kulszowa, pseudo-rwa, lumbago, ostre i przewlekłe bóle kręgosłupa ● Zespół mięśnia gruszkowatego ● Bóle głowy ● Zawroty głowy ● Zaburzenia równowagi ● Relacja potylicy – kość krzyżowa ● Dysbalans w ustawieniu głowy i obręczy barkowej ● Bóle w obrębie obręczy barkowej ● Bóle szyi i karku, kręcz karku | <p>W trakcie całego szkolenia kursant pozna terapię w jednostkach chorobowych tj.:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Skoliozy ● Dysbalans w ustawieniu miednicy (przodo- i tyłopochylenie) ● Hiperlordoza szyjna i lędźwiowa, hiperkifoza piersiowa ● Obniżenie przestrzeni międzykręgowych ● Zaburzenia rytmu oddechowego ● Zaburzenia ruchomości kręgosłupa ● Bóle L-S, rwa kulszowa, pseudo-rwa, lumbago, ostre i przewlekłe bóle kręgosłupa ● Zespół mięśnia gruszkowatego ● Bóle głowy ● Zawroty głowy ● Zaburzenia równowagi ● Relacja potylicy – kość krzyżowa ● Dysbalans w ustawieniu głowy i obręczy barkowej ● Bóle w obrębie obręczy barkowej | <p>w trakcie całego kursu</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● Klatka piersiowa wdechowa i wydechowa ● Zespół skrzyżowania górnego ● Protrakcyjne ustawienie głowy ● Bóle stawu ramiennego, ograniczenia ruchomości w stawie ● Zespół stożka rotatorów ● Zespół górnego otworu klatki piersiowej, ● Zaburzenia w ruchomości obojczyka ● Problemy pseudo-narządowe, pseudo-kolki jamy brzusznej ● Szumy uszne, ● Bruksizm ● Zaburzenie pracy stawu skroniowo-żuchwowego ● Zespoły bólowe z promieniowaniem do kończyny górnej ● Dysfunkcje przepony i jej wpływ na pozostałe struktury ciała ● Relacje i wpływ struktur mięśniowych na dolegliwości trzewne ● Pozorna nierówność kończyn dolnych ● Bóle kości krzyżowej i ogonowej, stany po urazach kości ogonowej ● Pseudocysta Bakera ● Bóle w obrębie guza kulszowego | <ul style="list-style-type: none"> ● Bóle szyi i karku, kręcz karku ● Klatka piersiowa wdechowa i wydechowa ● Zespół skrzyżowania górnego ● Protrakcyjne ustawienie głowy ● Bóle stawu ramiennego, ograniczenia ruchomości w stawie ● Zespół stożka rotatorów ● Zespół górnego otworu klatki piersiowej, ● Zaburzenia w ruchomości obojczyka ● Problemy pseudo-narządowe, pseudo-kolki jamy brzusznej ● Szumy uszne, ● Bruksizm ● Zaburzenie pracy stawu skroniowo-żuchwowego ● Zespoły bólowe z promieniowaniem do kończyny górnej ● Dysfunkcje przepony i jej wpływ na pozostałe struktury ciała ● Relacje i wpływ struktur mięśniowych na dolegliwości trzewne ● Pozorna nierówność kończyn dolnych ● Bóle kości krzyżowej i ogonowej, stany po urazach kości ogonowej ● Pseudocysta Bakera ● Bóle w obrębie guza kulszowego | |
|--|--|--|

Ilość godzin: 80

Sposób i forma zaliczenia:

- Czynny udział w zajęciach



Województwo
Kujawsko-Pomorskie

Medyczo-Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Toruniu
jest Jednostką Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego