

Колінний суглоб: фізична терапія без помилок. Просто про складне.



Тривалість: 2 день (16 годин)



Інструктор: **Кіфа Андрій Миколайович** – спеціаліст з фізичної реабілітації, реабілітолог. У 2003 році з відзнакою закінчив НУФВІС України, («Спеціаліст з фізичної реабілітації», «Фізична реабілітація при конкретних захворюваннях»). У 2007 році закінчив навчання в аспірантурі, де писав кандидатську дисертацію за темою «Фізична реабілітація хворих з пошкодженням ротаторної манжети плеча».

З 2005 по 2010 рік обслуговував низку міжнародних тенісних турнірів в якості «Лікаря турніру»

З 2008 року займається приватною практикою.

Дипломований спеціаліст KinesioCourse, Medical Taping Concept, NITA (інструктор), DYNAMIC TAPE (інструктор), Mulligan Concept, PNF.

План навчання

1. **Функціональна анатомія та біомеханіка колінного суглоба**
 - Ключові структурні елементи: кістки, зв'язки, меніски, м'язи.
 - Біомеханіка згинання, розгинання, обертання – вплив на стабільність коліна.
 - Компенсаторні механізми при порушеннях і їх вплив на сусідні суглоби.
2. **Особливості основних патологічних станів колінного суглоба**
 - Травматичні (розриви ПКЗ, МКЗ), дегенеративні (артроз), запальні та нейрогенні порушення.
 - Основні клінічні прояви: біль, нестабільність, набряки, обмеження функції.
3. **Збір анамнезу як основа побудови гіпотези фізичного терапевта**
 - Структурований підхід до опитування: на що звертати увагу при скаргах на коліно.
 - Як анамнез допомагає запідозрити тип ураження.
 - Робота з клінічними кейсами для формування первинної гіпотези.
4. **Протокол обстеження фізичним терапевтом стану колінного суглоба**
 - Візуальний огляд, пальпація, оцінка обсягу рухів, ходьби, функціональних проб.
 - Визначення набряку, болючості, м'язового тону та асиметрій.
5. **Побудова гіпотези**
 - Аналіз зібраних даних та формування клінічної картини.
 - Створення гіпотези для подальшого тестування.
 - Перевірка гіпотези за допомогою функціональних тестів.
6. **Функціональне тестування колінного суглоба**
 - Неврологічна складова: диференціація периферичних та центральних уражень.
 - Специфічні ортопедичні тести: Lachman, Drawer test, McMurray, Appley.
 - Функціональні проби: присідання, випади, стояння на одній нозі.
7. **Принципи вибору стратегії фізичної терапії колінного суглоба**
 - Побудова плану втручання при:
 - травмах зв'язок та менісків

- артрозі
 - післяопераційних станах
 - Врахування больових патернів, функціональних обмежень і фізичних можливостей пацієнта.
 - Персоналізований підхід до вибору інструментів терапії.
- 8. Приклади найбільш вживаних методик та технік та їх доцільність у різних клінічних випадках**
- Mulligan Concept: техніки мобілізації суглоба
 - PNF: (пропріоцептивна нейром'язова фасилітація).
 - ППР (постізометрична релаксація).
 - Біомеханічне тейпування для стабілізації та контролю навантаження.
 - Електроміостимуляція
 - Dry Needling суха голка) у зниженні м'язового спазму.
 - Інші техніки: показання та поєднання з іншими методами.
- 9. Терапевтичні вправи як основа фізичної терапії колінного суглоба**
- Побудова програм вправ для різних фаз реабілітації.
 - Вправи на мобільність, стабільність, силу, пропріоцепцію.
 - Модифікація вправ залежно від больового порогу та функціонального рівня.
- 10. Розбір кейсів на реальних пацієнтах**
- Обговорення клінічних випадків та пошук рішень.
 - Впровадження знань у власну практику.
 - Аналіз помилок та варіанти їх уникнення.

У вартість курсів включено:

Основне:

- Біомеханічний тейп шириною 5см; 7,5см в кількості, необхідній для роботи;
- Ножиці для розрізання тейпу;
- Методичний зошит з місцем для нотаток під час навчання;
- Сертифікат (із рамкою) про підтвердження проходження курсу;
- Кава-брейк; Обід

Додатково після проходження курсів:

- Інформаційна підтримка і консультації на постійній основі;
- Закріплення за Вами персонального менеджера на постійній основі;
- Надаються знижки на всю продукцію з тейпування;
- Знижки на наступні курси в MediSCHOOL
- Відправка продукції у день замовлення/Пріоритетність відправки.