

PODSTAWY FIZJOTERAPII I MASAŻ LECZNICZY

1. Informacje o przedmiocie (zajęciach), jednostce koordynującej przedmiot, osobie prowadzącej.

1.1. Nazwa przedmiotu (zajęć): **Podstawy fizjoterapii i masaż leczniczy**

1.2. Forma przedmiotu: **Wykłady, ćwiczenia**

1.3. Przedmiot wprowadzający (poprzedzający): brak

1.4. Instytut/ Katedra koordynująca przedmiot (zajęcia): **Zakład Fizjoterapii**

1.5. Kierunek kształcenia: **Kosmetologia studia pierwszego stopnia**

1.6. Liczba godzin zajęć przewidziana planem studiów:

a) stacjonarnych: 15 godzin wykładów/ 45 godzin ćwiczeń

b) niestacjonarnych: 10 godzin wykładów/ 30 godzin ćwiczeń

1.7. Szacowany przez nauczyciela nakład pracy studenta niezbędny do osiągnięcia zakładanych efektów kształcenia (określony w godzinach): 60 godzin

1.8. Liczba punktów ECTS: **4**

1.9. Osoba prowadząca przedmiot (zajęcia): mgr Bogumiła Siembida, mgr Katarzyna Nowak, mgr Zdzisław Rudziński

1.10. Osoba koordynująca przedmiot (zajęcia): mgr Katarzyna Nowak

2. Cel zajęć, efekty kształcenia oraz sposób ich weryfikacji

2.1. Cel zajęć: Zapoznanie z miejscem fizjoterapii w procesie leczenia, poznanie podstawowych wiadomości z zakresu kinezyterapii i fizykoterapii. Przedstawienie znaczenia stosowania ruchu i zabiegów fizykalnych jako środka leczniczego oraz kosmetycznego, nauczanie wykonywania ćwiczeń leczniczych i stosowania zabiegów fizykoterapeutycznych szczególnie u osób z chorobami skóry. Opanowanie podstawowej problematyki klinicznej dotyczącej najczęściej występujących chorób skóry i chorób wewnętrznych. Nauczanie doboru odpowiednich technik fizjoterapeutycznych w zależności od stanu zdrowia chorego, jego wieku. Opanowanie podstawowych metod diagnostycznych stosowanych w badaniu układu sercowo-naczyniowego i oddechowego. Przyswojenie przez studentów systematyki oraz metodyki doboru zabiegów fizykoterapeutycznych oraz ćwiczeń usprawniających w chorobach skóry i narządów wewnętrznych. Zapoznanie z wskazaniami i przeciwwskazaniami do zabiegów z zakresu fizykoterapii oraz

kinezyterapii w różnych jednostkach chorobowych. Nauczenie opracowania programu fizjoterapeutycznego w zależności od przebiegu choroby pacjenta.

2.2. Efekty kształcenia po zakończeniu kursu - w zakresie:

a. wiedzy:

1. Zna opis i interpretację podstawowych jednostek i zespołów chorobowych w stopniu umożliwiającym racjonalne stosowanie szczególnie środków fizykoterapeutycznych w planowaniu rehabilitacji.
2. Rozumie specyfikę i różnorodność poszczególnych jednostek chorobowych, dobieranie zabiegów fizjoterapeutycznych, szczególnie fizykoterapeutycznych stosownie do rozpoznania klinicznego, okresu choroby i funkcjonalnego stanu rehabilitowanej osoby.
3. Umie wykonywać zabiegi fizykalne oraz niektóre ćwiczenia lecznicze w różnych jednostkach chorobowych stosownie do stanu klinicznego i funkcjonalnego pacjenta. Potrafi wykonywać badania i testy niezbędne dla doboru środków fizjoterapeutycznych.

b. umiejętności:

1. Umie przeprowadzić badanie diagnostyczne i funkcjonalne dla potrzeb tworzenia, weryfikacji i modyfikacji programu leczenia głównie z zakresu fizykoterapii.
2. Umie zaprogramować postępowanie związane z regeneracją i odnową biologiczną w różnych jednostkach chorobowych dostosowane do stanu klinicznego i celów kompleksowej rehabilitacji

c. kompetencji społecznych:

1. Ocena stopnia niepełnosprawności oraz ukierunkowanie osoby niepełnosprawnej na pomoc w poszukiwaniu źródeł finansowania dysfunkcji;
2. Rozpoznanie w praktyce czynników determinujących możliwość podjęcia pracy osoby niepełnosprawnej;
3. Koncepcja planu aktywizacji kulturowej i społecznej chorego niepełnosprawnego;
4. Pomoc w akceptacji osoby niepełnosprawnej w najbliższym otoczeniu: rodziny, znajomych, zapobieganie wykluczeniu.

2.3. Określenie w skali 0-3 pkt. efektów kształcenia:

- a. w zakresie wiedzy: 3 pkt.
- b. w zakresie umiejętności: 3 pkt.
- c. w zakresie kompetencji personalnych i społecznych: 2 pkt.

2.4. Sposób weryfikacji (oceny) efektów kształcenia:

- student ma obowiązek uczestniczyć we wszystkich ćwiczeniach i wykładach,
- nieobecność na zajęciach musi być usprawiedliwiona (zwolnienie lekarskie, usprawiedliwienie potwierdzone przez dziekana, sprawy losowe),
- nieobecność na ćwiczeniach powinna być odrobiona w formie wyznaczonej przez prowadzącego,
- termin odpracowania zaległości nie może pokrywać się z innymi obowiązkowymi ćwiczeniami,
- długotrwała nieobecność lub nieodrobienie zajęć wiąże się z niezaliczeniem przedmiotu,
- na ćwiczenia student ma obowiązek przyjść przygotowany zgodnie z tematyką zajęć
- zaliczenie ćwiczeń w formie pisemnej,
- wykłady – egzamin w formie pisemnej testowej, poprawne udzielenie odpowiedzi na 60% zadanych pytań.

3. Treści kształcenia – tematyka poszczególnych zajęć oraz godzin zajęć dotyczących danego tematu.

Wykłady 15/10 godzin studia stacjonarne i niestacjonarne

1. Problematyka niepełnosprawności oraz podstawowe pojęcia i definicje. Systematyka fizjoterapii. Cele i zadania rehabilitacji. Zespół rehabilitacyjny. Rehabilitacja szpitalna, ambulatoryjna, domowa oraz w sanatorium i ośrodkach rehabilitacyjnych. Sport osób niepełnosprawnych. 1,5h/1,5h

2. Anatomiczne i fizjologiczne podstawy fizjoterapii. Podporowa i ruchowa funkcja szkieletu. Rola mięśni oraz nerwowych mechanizmów czynnościowych. Efektywność oraz potencjał fizjoterapii. Plastyczność ośrodkowego układu nerwowego. Wyrównanie ubytków funkcjonalnych – regeneracja, kompensacja, adaptacja. Badanie diagnostyczne i funkcjonalne na potrzeby fizjoterapii. Programy fizjoterapii. 1,5h/1,5h

3. Termoterapia. Działanie biologiczne temperatury na organizm. Rodzaje zabiegów. Wskazania i przeciwwskazania do ciepłolecznictwa oraz krioterapii. 2h/1,5h

4. Hydroterapia. Działanie biologiczne wodolecznictwa. Rodzaje zabiegów. Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu. Balneologia i balneoterapia. Działanie biologiczne i fizyczne wód leczniczych. SPA 2h/1h

5. Światłolecznictwo. Działanie biologiczne promieni podczerwonych i nadfioletowych. Wskazania i przeciwwskazania do naświetlań promieniami IR, UV. 2h/1,5h

6. Elektroterapia. Galwanizacja, Jonoforeza, Prądy interferencyjne. Zasady doboru parametrów do zabiegu. Wskazania i przeciwwskazania. 2h/1h

7. Laseroterapia oraz wysokoenergetyczna fototerapia z użyciem innych źródeł światła. Biostymulacja laserem, fototermoliza selektywna i frakcyjna. 2h/1h

8. Ultradźwięki. Działanie biologiczne ultradźwięków na organizm. Rodzaje zabiegów. Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu. 2h /1h

Ćwiczenia 45/30 godzin studia stacjonarne i niestacjonarne.

1. Zastosowanie promieni IR w kosmetyce i lecznictwie. Metodyka wykonywania zabiegu lampą Sollux. Wskazania i przeciwwskazania do naświetlań promieniami IR. 5h/3h

2. Promienie UV – wykonywanie testów biologicznych, odczyny po naświetlaniu, obliczanie czasu zabiegu, metodyka naświetlań. Wskazania i przeciwwskazania. 5h/3h

3. Prąd stały – galwanizacja. Metodyka i wykonywanie zabiegów. Wskazania i przeciwwskazania. Jonoforeza. Leki używane w fizykoterapii i kosmetyce. 5h/3h

4. Prądy impulsowe średniej częstotliwości – prądy interferencyjne. Zasady przy wykonywaniu prądów interferencyjnych. Wskazania i przeciwwskazania. 5h/3h

5. Ultradźwięki – metodyka zabiegu, rodzaje fal ultradźwiękowych, rodzaje środków sprzęgających. Zastosowanie w kosmetyce i lecznictwie.

Przeciwwskazania. 5h/3h

6. Systematyka i podział ćwiczeń leczniczych. 5h/3h

7. Ogólne zasady wykonywania ćwiczeń fizycznych – pozycje wyjściowe do ćwiczeń, osie i płaszczyzny ruchu, rodzaje skurczu mięśni i oceny siły mięśniowej według testu Lovetta. 5h/3h

8. Wady postawy – choroba cywilizacyjna. Orientacyjna ocena postawy ciała, wyrobienie nawyku postawy prawidłowej, postępowanie korekcyjne. 5h/2h

9. Bóle krzyża – Choroba cywilizacyjna, profilaktyka przeciążeń w życiu codziennym. Ćwiczenia profilaktyczne dla osób z bólami dolnego odcinka kręgosłupa. 3h/3h

10. Walka z otyłością. Formy treningu fizycznego. 2h/3h

4. Literatura przedmiotu:

1. Kasprzak W., Mańkowska A.: Fizjoterapia w kosmetologii i medycynie estetycznej. Wyd. PZWL, Warszawa 2010 r.
2. Bauer A., Wiecheć M.: Przewodnik Metodyczny po wybranych zabiegach fizykalnych. Wyd. Markmed Rehabilitacja S.C. Ostrowiec Świętokrzyski 2009r.
3. Mika T., Kasprzak W.: Fizykoterapia. Wyd. PZWL, Warszawa 2006 r.
4. Nowotny J.: Podstawy fizjoterapii cz. I, II. Wyd. Kasper, Kraków 2004r.
5. Nowotny J.: Podstawy kliniczne fizjoterapii. Wyd. Medipage, Warszawa 2006r.
6. Kinalski R.: Kompendium rehabilitacji i fizjoterapii. Wyd. Urban&Partner, Wrocław 2002r
7. Malinowska K.: Kinezyterapia, Wyd. PZWL, Warszawa 2001r.

5. Inne pomoce dydaktyczne:

kozetki/leżanki, materace, sprzęt do zabiegów fizykoterapeutycznych