



ODNOWA Sp. z o.o.



## Kurs Kompleksowa Terapia Przeciwobrzękowa

Numer usługi 2023/11/13/55596/2016832

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 44 h

📅 17.10.2024 do 20.10.2024

1 990,00 PLN brutto

1 990,00 PLN netto

45,23 PLN brutto/h

45,23 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<b>Kurs skierowany jest do:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• lekarzy,</li><li>• fizjoterapeutów,</li><li>• techników fizjoterapii,</li><li>• masażystów,</li><li>• studentów fizjoterapii.</li></ul> <p>Uczestnicy powinni znać anatomie i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.</p>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	12
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	24
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	16-10-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	44
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnej pracy w zakresie pracy kompleksową terapią przeciwobrzękową, w tym skutecznego wykonywania drenażu limfatycznego i innych składowych terapii przeciwobrzękowej oraz wykorzystywania właściwych narzędzi i posługiwania się nimi w pracy z pacjentami.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie ustala sposób prowadzenia terapii przeciwobrzękowej	Uczestnik definiuje i charakteryzuje budowę układu limfatycznego	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje obrzęki	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje wskazania oraz przeciwwskazania do podjęcia terapii	Test teoretyczny
	Uczestnik charakteryzuje techniki stosowane w manualnym drenażu limfatycznym	Test teoretyczny
Uczestnik samodzielnie stosuje kompleksową terapię przeciwobrzękową	Uczestnik posługuje się technikami stosowanymi w manualnym drenażu limfatycznym	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik stosuje prawidłowe chwytów stosowane w manualnym drenażu limfatycznym	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykonuje właściwy sposób bandażowania	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik dobiera gotowe wyroby kompresyjne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik pracuje z pacjentem nad autoterapią	Obserwacja w warunkach symulowanych

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Do certyfikatu wydawany jest suplement z opisem efektów uczenia się.

**Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?**

Dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

**Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

## Program

**Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka.** Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

**Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.**

**Czas: 44 godziny dydaktyczne**

### PROGRAM KURSU

**Dzień I:**

**Część I – teoretyczno-praktyczna:**

1. Otwarcie kursu, wprowadzenie uczestników w temat Limfologii.
2. Kompleksowa Terapia Przeciwoobrzękowa – wiadomości ogólne:
  - główne składowe kompleksowej terapii przeciwoobrzękowej: manualny drenaż limfatyczny, pielęgnacja skóry, kompresja wielowarstwowa, gotowe wyroby kompresyjne, wyroby dla sportowców, ćwiczenia przeciwoobrzękowe, kinesiotaping, taping medyczny, flossing
  - budowa układu limfatycznego
  - zjawisko limfangiomotoryki
  - kwadranty ciała
  - działy wodne
  - anastomozy i ich właściwości – wykorzystanie w kompleksowej terapii przeciwoobrzękowej
3. Wskazania i przeciwwskazania do Kompleksowej terapii przeciwoobrzękowej.
4. Diagnostyka oraz pomiary obrzęku, badanie podmiotowe i przedmiotowe w terapii przeciwoobrzękowej.
5. Drenaż limfatyczny według szkoły niemieckiej – główne założenia.
6. Omówienie chwytów według WODERA oraz zasady ich stosowania w terapii przeciwoobrzękowej: stojące koło, chwyt obrotowy, czerpiący, pompujący, przeciwzastoinowe i chwyt mieszane – dostosowane do zaistniałego obrzęku.

**Część II – praktyczna:**

1. Opracowanie centralne – jako pierwszy i najważniejszy punkt uruchomienia limfangiomotoryki: uruchomienie kątów żylnych, postępowanie w obrębie szyjnych węzłów chłonnych oraz w obrębie przepony i zbiornika mleczu wspomaganie prawidłowym oddechem.
2. Postępowanie w obrębie kończyny dolnej: przygotowanie do manualnego drenażu limfatycznego kończyny dolnej, opracowanie węzłów chłonnych pachwinowych, udo – wszystkie powierzchnie, podudzie w LT i LP, staw skokowy – pow. przednia z ruchem w stawie, nisze zakostkowe, stopa, palce, powrót technikami do pachwiny, opróżnienie węzłów pachwinowych
3. Postępowanie w okolicy głowy i twarzy – opracowanie twarzy z uwzględnieniem długiej drogi Voddera.

**Dzień II:**

### **Część I – praktyczna:**

1. Postępowanie w obrębie kończyny górnej: opracowanie węzłów chłonnych pachowych i stawu ramiennego, ramienia tzw. wiązki cefalicznej, węzły łokciowe – również z ruchem w stawie, przedramię – pow. przednia, pow. boczna i przyśrodkowa, nadgarstek, dłoń, palce, powrót technikami do stawu ramiennego, opróżnienie węzłów chłonnych pachowych
2. Postępowanie w obrębie klatki piersiowej: pobudzenie pachowych węzłów chłonnych – stałe ruchy okrężne – z ruchem kończyny, boczna powierzchnia kl. piersiowej, obszar nad piersią, opracowanie gruczołu piersiowego, małe L, duże L, sprężynowanie żeber, boczna powierzchnia kl. Piersiowej, opróżnienie węzłów pachowych.

### **Część II – teoretyczno-praktyczna:**

1. Drenaż osteopatyczny jako skuteczna alternatywa w wybranych rodzajach obrzęków: żylny, pourazowy, w okresie ciąży i porodu, w wybranych rodzajach chorób przewlekłych typu dna moczanowa, w miejscach niedostępnych w terapii
2. Omówienie zjawiska rytmu płynów oraz zasady postępowania w terapii przeciwobrzękowej
3. Omówienie zjawiska normalizacji rytmu płynów

### **Część III – praktyczna:**

1. Wykonanie osteopatycznego drenażu: opracowanie centralne, kątów żylnych, klatki piersiowej, dołów pachowych, kończyny górnej i dolnej, zbiornika mleczu, pachwin

### **Część IV – teoretyczno-praktyczna:**

1. Kompresja wielowarstwowa i wiadomości ogólne:

a) Rodzaje kompresów stosowanych w kompleksowej terapii przeciwobrzękowej:

- Short stretch – zastosowanie u pacjentów mobilnych
- Midium stretch – zastosowanie u pacjentów w fazie uruchomienia
- Long stretch – zastosowanie u pacjentów w fazie ostrej

b) Porównanie możliwości różnych wyrobów kompresyjnych

- Różne bandaże kompresyjne
- Bandaż piankowo – lateksowy
- Samoprzylepny bandaż kohezyjny
- Bandaż MOBIDERM
- Podkład MOBIDERM
- TAPY MEDYCZNE – TWARDE – jako dodatek do kompleksowej terapii przeciwobrzękowej
- Wykorzystanie kross tapów w terapii przeciwobrzękowej
- Wykorzystanie kinesio tapingu w terapii przeciwobrzękowej
- Wykorzystanie flossingu

UWAGA!

*Kompresja wielowarstwowa wymaga nakładów finansowych, stąd na kursie zaprezentujemy sposoby wykorzystania prostych tworzyw w celu stworzenia własnych alternatywnych wyściółek przydatnych w kompleksowej terapii przeciwobrzękowej*

**Dzień III:**

### **Część I – praktyczna:**

1. Kompresja wielowarstwowa w ujęciu praktycznym - kończyna górna:

- Kompresja dłoni – wykorzystanie w dysfunkcjach autoimmunologicznych oraz obrzękach pourazowych dłoni
- Kompresja przedramienia – wykorzystanie w obrzękach kobiet ciężarnych oraz przy złamaniach
- Kompresja stawu łokciowego – wykorzystanie przy obrzękach pourazowych
- Kompresja ramienia – wykorzystanie przy obrzękach tłuszczowych i otyłości
- Kompresja całej kończyny górnej – wykorzystanie w obrzękach limfatycznych po Mastektomii

### **Część II – praktyczna:**

1. Kompresja wielowarstwowa w ujęciu praktycznym - kończyna dolna:

- Kompresja stopy – wykorzystanie w dysfunkcjach autoimmunologicznych, terapii kobiet w ciąży i porodu oraz obrzękach pourazowych stopy i kostki
- Kompresja podudzia – wykorzystanie w obrzękach kobiet ciężarnych i w porodu oraz w obrzękach pourazowych typu złamania, stłuczenia

- Kompresja stawu kolanowego – wykorzystanie przy obrzękach pourazowych
- Kompresja uda – wykorzystanie przy obrzękach tłuszczowych i otyłości
- Kompresja całej kończyny dolnej – wykorzystanie w obrzękach limfatycznych po Histerekтомии

### **Część III – teoretyczno-praktyczna:**

1. Kompresja pneumatyczna wiadomości ogólne
2. Zastosowanie aparatu typu BOA w kompleksowej Terapii Przeciwoobrzękowej
3. Wady i zalety pneumatycznej kompresji
4. Wskazania do kompresji pneumatycznej
5. Przeciwwskazania do kompresji pneumatycznej
6. Pokaz praktyczny

### **Dzień IV:**

#### **Część I – teoretyczno-praktyczna:**

1. Gotowe wyroby kompresyjne wiadomości ogólne
2. Klasa ucisku jako wskaźnik wyboru gotowych wyrobów kompresyjnych
3. Rodzaje wyrobów kompresyjnych stosowanych w kompleksowej terapii przeciwoobrzękowej:
  - Wyroby do kompresji obrzęków limfatycznych: rękawiczki, rękawy kompresyjne, skarpetki, nogawice kompresyjne
  - Wyroby do kompresji obrzęków żylnych: pończochy, akcesoria do zakładania pończochów, podkolanówki, rajstopy ciężowe, bermudki wyszczuplające
  - Wyroby dla sportowców: podkolanówki regeneracyjne, opaski kompresyjne – degresywne, ortezy wzmacniająco-kompresyjne

#### **Część II – praktyczna:**

1. Kompleksowa terapia przeciwoobrzękowa w wybranych jednostkach chorobowych.
2. Analiza przypadków klinicznych – propozycja stworzonych i sprawdzonych wzorców postępowania podczas pracy z naszymi pacjentami:
  - Urazy kostki i innych stawów obwodowych – szybka interwencja i skuteczne działanie: wykorzystanie drenażu osteopatycznego, kompresji wielowarstwowej, flossingu w terapii, tapingu medycznego w ramach wsparcia kompresji wielowarstwowej, gotowych wyrobów kompresyjnych – ortez oraz wsparcie terapii kinesio tapingiem.
  - Obrzęk kończyny górnej po zabiegu MASEKTOMII: wykorzystanie manualnego drenażu limfatycznego, propozycja opracowania anastomoz podczas sesji terapeutycznej, zastosowanie aparatu typu BOA w terapii, wykorzystanie kompresji wielowarstwowej, wykorzystanie gotowych wyrobów kompresyjnych, wsparcie terapii kinesio tapingiem, propozycja podstawowych ćwiczeń przeciwoobrzękowych, propozycja profilaktyki i prewencji po serii terapeutycznej, nauka budowy całej serii oraz poszczególnych sesji.
  - Obrzęk kończyny dolnej po HISTEREKTOMII: wykorzystanie manualnego drenażu limfatycznego, zastosowanie aparatu typu BOA w terapii, propozycja opracowania anastomoz podczas sesji terapeutycznej, wykorzystanie kompresji wielowarstwowej i gotowych wyrobów kompresyjnych, wsparcie terapii kinesio tapingiem, propozycja podstawowych ćwiczeń przeciwoobrzękowych oraz profilaktyki i prewencji po serii terapeutycznej, nauka budowy całej serii oraz poszczególnych sesji.
  - Obrzęk w okresie ciąży i porodu: wykorzystanie drenażu osteopatycznego, propozycja opracowania obrzęku podudzi i kostek oraz obrzęku okolic ramion w celu likwidacji imitacji cieśni nadgarstka, propozycja opracowania obrzęku okolic blizny po cesarskim cięciu, zastosowanie aparatu typu BOA w terapii, wykorzystanie kompresji wielowarstwowej oraz flossingu w terapii, wsparcie terapii kinesiotapingiem.
  - Obrzęk żylny: wykorzystanie drenażu osteopatycznego, zastosowanie aparatu typu BOA w terapii, wykorzystanie gotowych wyrobów kompresyjnych, wsparcie terapii kinesio tapingiem, propozycja podstawowych ćwiczeń przeciwoobrzękowych oraz profilaktyki i prewencji po serii terapeutycznej.

Kurs prowadzony jest zgodnie z założeniami szkoły niemieckiej M. Földiego, ale wspomagany dodatkowo technikami osteopatycznymi, kinesiotapingiem, tapingiem medycznym, flossingiem i pneumatyczną terapią kompresyjną aparatem typu BOA.

Temat Kompleksowej Terapii Przeciwoobrzękowej może być stosunkowo nużący dlatego program szkolenia, który proponujemy jest propozycją ugrzywienia tematu w sposób ciekawy opierający się na sprawdzonych wzorcach postępowania podczas pracy z pacjentami.

Manualny drenaż limfatyczny jest działaniem terapeutycznym, dzięki któremu można usprawnić limfangiomotorykę przeciwdziałając powstawaniu obrzęków i likwidując już istniejące. Tym samym drenaż limfatyczny jako jeden z typów opracowania manualnego przydaje się podczas pracy stricte leczniczej, ale również jako skuteczna metoda zwalczająca zaburzenia o charakterze metabolicznym tkanki podskórnej, dotyczące patologii komórek tłuszczowych, tkanki łącznej oraz mikrokrążenia skóry i tkanki podskórnej.

Kurs trwa 44 godz. dydaktycznych, co stanowi 33 godz. zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy oraz walidację, łącznie 3h 15min. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dyd. (szkoleniowa) = 45 min

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 9</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, część I - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	17-10-2024	08:30	13:00	04:30
<b>2 z 9</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, część II - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	17-10-2024	13:00	18:00	05:00
<b>3 z 9</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, część I, część II, punkt 1 - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	18-10-2024	08:30	13:00	04:30
<b>4 z 9</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, część II, punkty 2-3, części III i IV - w bloku szkol. uwzględniono 40 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	18-10-2024	13:00	18:00	05:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 3, części I i II - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	19-10-2024	08:30	13:00	04:30
6 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 3, część III - w bloku szkol. uwzględniono 40 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	19-10-2024	13:00	18:00	05:00
7 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 4, część I - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	20-10-2024	08:00	12:30	04:30
8 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 4, część II	mgr Katarzyna Twaróg	20-10-2024	12:30	15:30	03:00
9 z 9 Walidacja	-	20-10-2024	15:30	15:45	00:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 990,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 990,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	45,23 PLN
Koszt osobogodziny netto	45,23 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## mgr Katarzyna Twaróg

Absolwentka Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, magister fizjoterapii. Stale szkoli się i podnosi swoje kwalifikacje. Specjalizuje się w terapii przeciwobrzękowej i masażu. Członek Polskiego Towarzystwa Limfologii. W tym zakresie ukończyła m.in kursy z Kompleksowej terapii przeciwobrzękowej (180h), Drenażu limfatycznego i KTP (60h) oraz współpracowała z wrocławskim Stowarzyszeniem Amazonek.

Podczas przeprowadzanych szkoleń od ponad 6 lat stara się zarażać do holistycznej pracy z ciałem jak największe grono uczestników. Praca jest jej pasją i uwielbia dzielić się swoją wiedzą podczas kursów.

Ukończyła m.in.:

Kompleksowa terapia przeciwobrzękowa

Drenaż limfatyczny i KTP

Kinesiologytaping

Masaż tensegracyjny

Masaż tkanek głębokich

Powięź – zintegrowane techniki mięśniowo-powięziowe

Masaż kobiet w okresie okołoporodowym. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

### Warunki uczestnictwa

Przed dokonaniem zapisu na usługę, wymagany jest kontakt z Organizatorem celem potwierdzenia wolnych miejsc.

W tym celu należy wypełnić formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy/> pod opisem wybranego szkolenia.

W formularzu należy zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany ze środków BUR oraz podać pełne dane do faktury.

Po potwierdzeniu wysłaniu formularza zgłoszeniowego i potwierdzenia dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.

---

Uczestniczki – kobiety, będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny poinformować o swoim stanie Organizatora, o ile fakt ten może mieć wpływ na stan zdrowia Uczestniczki lub sposób jej uczestniczenia w kursie.

---

Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOVA.

## Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT:

art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług



**par. 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień.**

---

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

---

W sytuacji ogłoszenia stanu epidemii w kraju Organizator wdroży i ściśle będzie przestrzegał procedur bezpieczeństwa zgodnie z zaleceniami KIF oraz wytycznymi Ministerstwa Zdrowia we współpracy z Głównym Inspektorem Sanitarnym. Kursanci o wszelkich zasadach i wytycznych będą informowani co najmniej na 7 dni przed realizacją usługi. Organizator zapewni środki do dezynfekcji.

## Adres

ul. Chodakowska 19/31

03-815 Warszawa

woj. mazowieckie

Uniwersytet SWPS. Sala 115, I piętro, skrzydło S.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Udogodnienia dla osób ze szczególnymi potrzebami
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

## Kontakt



**Joanna Dobska**

**E-mail** [szkolenia@odnova.org.pl](mailto:szkolenia@odnova.org.pl)

**Telefon** (+48) 694 225 457