



ODNOVA Sp. z o.o.



## Kurs Kinesiotaping w ciąży i okresie okołoporodowym

Numer usługi 2023/11/17/55596/2019889

📍 Bydgoszcz / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 11 h

📅 05.09.2024 do 05.09.2024

**890,00 PLN** brutto

890,00 PLN netto

80,91 PLN brutto/h

80,91 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>	<p>Kurs skierowany jest do:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• fizjoterapeutów,</li><li>• techników fizjoterapii,</li><li>• techników masażu,</li><li>• położnych,</li><li>• studentów fizjoterapii,</li><li>• studentów położnictwa.</li></ul> <p>Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. 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>	04-09-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	11
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje uczestników do samodzielnej pracy kinesiotapingiem z kobietami w ciąży i okresie okołoporodowym, rozpoznawania wskazań i przeciwwskazań do terapii, właściwego doboru i posługiwania się technikami, ćwiczeniami i przyborami stosowanymi w kinesiosapingu w ciąży i okresie okołoporodowym, jak również rozpoznawania i reagowania na najczęściej występujące dysfunkcje u pacjentek.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie pracuje kinesiotapingiem z kobietami w ciąży i okresie okołoporodowym	Uczestnik określa przeciwwskazania do stosowania kinesiotapingu	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje rodzaje plastrów	Test teoretyczny
	Uczestnik diagnozuje potrzeby pacjentek w ciąży i okresie okołoporodowym	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik dostosowuje aplikację plastrów do najczęściej występujących dysfunkcji	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: 11 godzin dydaktycznych**

## **PROGRAM KURSU :**

### **Cześć I - teoria:**

1. Wiadomości ogólne
2. Plastry – pokaz różnych rodzajów plastrów
3. Działanie
4. Przeciwwskazania
5. Badanie tkanki
6. Przygotowanie pacjenta
7. Praktyczne wskazówki podczas aplikacji
8. Praktyczne wskazówki podczas noszenia
9. Wykorzystanie kinesiotapingu w okresie okołoporodowym

### **Część II - praktyka :**

Aplikacja plastrów w najczęściej występujących dysfunkcjach :

#### **1. CIAŻA:**

- ból kręgosłupa L , TH i kompensacja C
- odciążenie gruczołu piersiowego
- drenaż piersi przy obrzękach
- wsparcie podbrzusza przy dużej ciąży
- wspomaganie pracy mięśni prostych i skośnych zewnętrznych brzucha
- obrzęki podudzi
- obrzęki kostek
- wspomaganie pracy przepony oddechowej
- bóle stawów krzyżowo-biodrowych
- bóle kości krzyżowej
- rozejście mięśni brzucha w trakcie ciąży (DRA)

#### **2. POŁÓG:**

- rozejście spojenia łonowego
- rozejście mięśni brzucha po ciąży (DRA)
- stabilizacja miednicy przy hiperobilności
- aktywizacja powięzi brzucha po porodzie
- aktywizacja głębokich mięśni brzucha po porodzie
- wsparcie osłabionego dna miednicy po porodzie
- aktywizacja gruczołu piersiowego przy zastojach pokarmu
- aktywizacja gruczołu piersiowego przy braku laktacji
- korekcja powięzi piersiowej wraz z gruczołem piersiowym
- przepuklina okołopępkowa
- przeszczep pępka – blizna
- abdominoplastyka – blizna
- laparoskopie – blizna
- imitacja cieśni nadgarstka
- opracowanie blizny po cesarskim cięciu „CC”
- korekcja powięzi okolicy kości ogonowej
- osłabiony pęcherz i nietrzymanie moczu
- aktywizacja mięśni poprzecznych
- wsparcie w obkurczaniu się macicy po „CC”

- korekcja pogłębionej lordozy po ciąży
- korekcja pogłębionej kifozy po ciąży
- łagodzenie dolegliwości bólowych w trakcie menstruacji
- łagodzenie dolegliwości menstruacyjnych po zakończeniu karmienia
- wsparcie technik manualnych w okolicy kości ogonowej po ciąży

Kinesiotaping w ciąży zalecany jest kobietom, zmagającym się z ciążowymi dolegliwościami tj. obrzęki, żyłaki, bóle kręgosłupa (szczególnie odcinka lędźwiowo-krzyżowego), a także nóg czy bioder spowodowane rozluźnieniem aparatu torebkowo-więzadłowego.

Kinesiotaping powoduje usprawnienia pracy mięśni brzucha, w obrębie którego zmiany skórne i podskórne są najbardziej widoczne i odczuwalne. Plastry zmniejszają napięcie mięśniowe, zarówno ze strony mięśnia prostego jak i mięśni skośnych, a ich dobroczynne działanie na skórę sprzyja profilaktyce powstawania rozstępów. Dodatkowo pozwalają zmniejszyć obrzęki, złagodzić bóle kręgosłupa i stawów krzyżowo-biodrowych. Plastrowanie odcinka lędźwiowo-krzyżowego sprzyja utrzymaniu prawidłowej postawy.

Kinesiotaping po ciąży wspomaga proces regeneracji skóry i poprawiają krążenie w tym rejonie brzucha. Plastry przynoszą także pomoc przy nawałach pokarmowych, które zdarzają się w pierwszych dniach po porodzie. Zbyt duża ilość mleka w piersiach zmniejsza drożność kanalików mlekowych, co może prowadzić do stanów zapalnych, gorączki i silnego bólu. Kinesiotaping ma za zadanie „odblokować” kanały i wznowić produkcję mleka.

Dzięki plastrowaniu można:

- Poprawiać funkcję mięśni posturalnych, które odpowiadają za prawidłową postawę
- Poprawiać odpływ krwi i limfy z pewnych obszarów
- Minimalizować ryzyko wystąpienia niepożądanych urazów w trakcie ciąży
- Zmniejszać ryzyko rozejścia mięśni prostych brzucha (DRA) w trakcie ciąży
- Zmniejszać ryzyko gwałtownego i bolesnego rozejścia się spojenia łonowego
- Wspierać osłabione dno miednicy po porodzie
- Wspierać korekcję odcinka L i TH kręgosłupa po ciąży

Kurs trwa 11 godz. dydaktycznych, co stanowi 8 godz. i 15 min. zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy oraz walidację, łącznie 1h. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dyd. (szkoleniowa) = 45 min

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 4

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 4 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część I, punkty 1-9 - w bloku szkol. uwzględniono 15 min.przerwy	mgr Dawid Marciniak	05-09-2024	08:00	10:15	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>2 z 4</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 1 - w bloku szkol. uwzględniono 15 min.przerwy	mgr Dawid Marciniak	05-09-2024	10:15	14:00	03:45
<b>3 z 4</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 - w bloku szkol. uwzględniono 15 min.przerwy	mgr Dawid Marciniak	05-09-2024	14:00	17:00	03:00
<b>4 z 4</b> Walidacja	-	05-09-2024	17:00	17:15	00:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	890,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	890,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	80,91 PLN
Koszt osobogodziny netto	80,91 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**

### mgr Dawid Marciniak

Fizjoterapeuta, główny szkoleniowiec oraz założyciel firmy Spasja. Pracował w placówkach leczniczych oraz największych Centrach szkoleniowo-medycznych w Polsce tj. Instytut Dr Ireny Eris oraz CLARENA jako fizjoterapeuta i masażysta. Od 8 lat prowadzi prywatną praktykę fizjoterapeutyczną, w której największą satysfakcję czerpie z pracy z kobietami w okresie

okołoporodowym oraz z osobami dotkniętymi obrzękami. Odbił ponad 40 szkoleń i stale pogłębia swoją wiedzę na kursach i warsztatach doszkalających z zakresu, m.in.: •Diagnoza i leczenie tkanek miękkich •Terapia manualna – Wielospecjalistyczny Kurs Medycyny Manualnej ponad 240 •Masaż tkanek głębokich MTG •Drenaż limfatyczny i KTP – projekt unijny dot KTP w wybranych jednostkach chorobowych. Współpraca z wrocławskim klubem Amazonek 600h •Terapia manualna w ginekologii i okresie okołoporodowym; •Trening dna miednicy BEBO 1 •Współczesne metody fizjoterapii z elementami osteopatii w ginekologii i położnictwie •Rozstęp mięśnia prostego brzucha (DRA) •Kompleksowa terapia blizny •Kinesiology taping w ciąży •FASTIAL DISTORTION MODEL – terapia manualna wg Typaldosa D.O. •FDM i medical flossing •Terapia powięziowa u sportowców •Masaż medyczny •Masaż kobiet w ciąży •Igloterapia sucha •Kinesiology Taping •Terapia pkt spustowych. 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 ODNOWA.

## 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. Grudziądzka 3  
85-130 Bydgoszcz  
woj. kujawsko-pomorskie

Centrum Szkoleń ODNOVA. Parter. Wejście obok windy

## 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