



Karol Sitarz
Fizjoactiv



KOLANO – fizjoterapia pourazowa i pooperacyjna oparta na dowodach naukowych (Evidence Based Medicine in Practice)

Numer usługi 2024/08/08/15046/2257062

📍 Lublin / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 23 h

📅 14.10.2025 do 15.10.2025

1 900,00 PLN brutto

1 900,00 PLN netto

82,61 PLN brutto/h

82,61 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	<ul style="list-style-type: none">• Kurs skierowany jest do fizjoterapeutów, osteopatów oraz lekarzy.• Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	30
Data zakończenia rekrutacji	30-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	23
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu jest nabycie przez uczestników praktycznych umiejętności w zakresie dokładnej diagnostyki oraz planowania i przeprowadzenia fizjoterapii zachowawczej, przed i pooperacyjnej

urazów stawu kolanowego. Kurs przygotowuje do pracy z pacjentem ortopedycznym w gabinetach, klubach sportowych i szpitalach.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą z zakresu diagnozy i terapii stawu kolanowego.	Opisuje podstawy anatomii stawu kolanowego.	Wywiad ustrukturyzowany
	Opisuje funkcje biomechaniczne stawu kolanowego.	Wywiad ustrukturyzowany
	Charakteryzuje strategię badania.	Wywiad ustrukturyzowany
	Dokonuje oceny historii pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Przeprowadza diagnozę i terapię stawu kolanowego.	Stosuje kluczowe pytania diagnostyczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Planuje proces leczniczy oraz fizjoterapię (zachowawczą i pooperacyjną) wybranych dysfunkcji w obrębie stawu kolanowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Planuje badanie kliniczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
Współpracuje i komunikuje się wewnątrz interdyscyplinarnych zespołów medycznych.	Wykonuje palpację i stosuje testy funkcjonalne dla stawu kolanowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dokonuje diagnostyki w obszarach: więzadła pobocznego piszczelowego, łąkotek, więzadła krzyżowego przedniego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje leczenie zachowawcze oraz fizjoterapię w obszarach: więzadła pobocznego piszczelowego, łąkotek, więzadła krzyżowego przedniego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje fizjoterapię po meniscektomii i szyciu łąkotki	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Używa specjalistycznego języka komunikując się z zespołem medycznym.	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?

Uczestnik otrzymuje zaświadczenie potwierdzające osiągnięcie opisanych efektów kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych.

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

Uczestnik otrzymuje zaświadczenie potwierdzające, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

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

Uczestnik otrzymuje zaświadczenie potwierdzające zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu:

- Kurs skierowany jest do fizjoterapeutów, osteopatów oraz lekarzy.
- Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Do dyspozycji wykładowcy jest tablica flipchart. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły, maty, piłki, model szkieletu człowieka, modele anatomiczne stawów i kręgosłupa w zależności od potrzeb danego dnia szkoleniowego.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na stołach rehabilitacyjnych i matach, na jeden stół/matę przypadają 2 osoby. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania kursu: 23 godziny dydaktyczne (w zakresie godzinowy kursu nie są wliczane przerwy)

Za jedną godzinę dydaktyczną przyjmuje się 45 minut.

Program kursu

Zagadnienia szczegółowe kursu

1. Anatomia i biomechanika kliniczna stawu kolanowego. Struktura stawu kolanowego. Funkcje biomechaniczne stawu
2. Wywiad kliniczny: Kluczowe pytania diagnostyczne. Ocena historii pacjenta
3. Strategia badania: Procedury diagnostyczne, Planowanie badania klinicznego
4. Badanie struktur stawu kolanowego: Palpacja i testy funkcjonalne. Ocena ruchomości i stabilności stawu
5. Reakcja organizmu na uraz: Krwiak pourazowy vs urazowe zapalenie stawu. Procesy zapalne i regeneracyjne

6. Uszkodzenie więzadła pobocznego piszczelowego (MCL): Patofizjologia i mechanizm urazu. Wywiad i diagnostyka. Leczenie zachowawcze
7. Uszkodzenia łąkotek: Patofizjologia i epidemiologia. Wywiad i interpretacja badania. Leczenie zachowawcze
8. Fizjoterapia po operacjach łąkotek: Rehabilitacja po meniscektomii. Szycie łąkotki – proces fizjoterapeutyczny
9. Więzadło krzyżowe przednie (ACL): Epidemiologia i patofizjologia. Diagnostyka i leczenie (zachowawcze vs operacyjne). Metody rekonstrukcji ACL. Przygotowanie do zabiegu – optymalny czas na rekonstrukcję
10. Fizjoterapia po rekonstrukcji ACL/PCL: Planowanie fizjoterapii pooperacyjnej. Fazy rehabilitacji i działanie przeciwzapalne. Praca nad wyprostem i zakresem zgięcia. Mobilność stawu rzepkowo-udowego i opieka nad blizną pooperacyjną. Stopniowe obciążanie i zaopatrzenie ortopedyczne. Trening chodu, techniki pasywne vs aktywne. Powrót do aktywności: - bieganie (RTR) - trening skocznościowy, - powrót do sportu (RTS)
11. Praktyka fizjoterapii pooperacyjnej stawu kolanowego: Fizjoterapia po meniscektomii i szyciu łąkotki. Rekonstrukcja ACL i PCL – zajęcia praktyczne.

Ramowy program kursu

DZIEŃ I:

1. Teoria: Anatomia i biomechanika kliniczna stawu kolanowego.
2. Teoria: Wywiad.
3. Teoria: Strategia badania.
4. Praktyka: Badanie wybranych struktur stawu kolanowego.
5. Teoria: Reakcja organizmu na uraz: krwiak pourazowy vs urazowe zapalenie stawu.
6. Praktyka: Uszkodzenie więzadła pobocznego piszczelowego (MCL): patofizjologia, wywiad, interpretacja badania, leczenie zachowawcze.
7. Praktyka: Uszkodzenia łąkotek: patofizjologia, epidemiologia, wywiad, interpretacja badania, leczenie zachowawcze.
8. Teoria: Uszkodzenia łąkotek: fizjoterapia po chirurgicznej po zabiegach meniscektomii oraz szyciu łąkotki.

DZIEŃ II:

1. Teoria: Więzadło krzyżowe przednie (ACL): epidemiologia, patofizjologia, wywiad, interpretacja badania, leczenie zachowawcze vs leczenie operacyjne, metody rekonstrukcji ACL, przygotowanie przed zabiegowe - „próba określenia optymalnego czasu na przeprowadzenie zabiegu rekonstrukcji ACL”.
2. Teoria: Więzadło krzyżowe przednie i tylne (ACL/PCL): fizjoterapia po zabiegu rekonstrukcji ACL/PCL: optymalna częstotliwość sesji, fazy fizjoterapii, działanie przeciwzapalne, „praca nad wyprostem”, optymalizacja zakresu zgięcia stawu kolanowego (ruch pasywny vs ruch aktywny), mobilność stawu rzepkowo-udowego, tematyka blizny pooperacyjnej, stopniowe obciążanie, zaopatrzenie ortopedyczne: orteza vs kule, trening chodu, praca pasywnymi vs aktywnymi technikami, trening sprawności ogólnej, RTR - powrót do biegania, trening skocznościowy, RTS - powrót do sportu.
3. Praktyka: Fizjoterapia po chirurgicznej w obrębie stawu kolanowego: meniscektomia, szycie łąkotki, rekonstrukcja ACL i PCL – zajęcia praktyczne.
4. Walidacja efektów kształcenia

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 900,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	82,61 PLN
Koszt osobogodziny netto	82,61 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Bartosz Rutowicz

Założyciel Rehalab, twórca szkoleń oraz metody Rehalab, 14 lat doświadczenia w pracy z pacjentami, 9 lat doświadczenia w prowadzeniu kursów Rehalab. W 2004 roku ukończył studia magisterskie na kierunku Fizjoterapia, a w 2010 roku studia doktoranckie na AWF w Krakowie. W roku 2012 obronił pracę doktorską. Pierwsze lata jego przygody zawodowej skupiały się na edukacji podyplomowej, praktykowaniu zawodu oraz pracy ze studentami. W roku 2006 rozpoczął proces nostryfikacji dyplomu fizjoterapeuty w Nowym Jorku. W 2008 roku założył firmę Rehalab, w której przeszkolił ponad 3000 fizjoterapeutów oraz lekarzy w kilkunastu krajach Europy w zakresie diagnostyki, leczenia zachowawczego, pooperacyjnego stawu kolanowego, obręczy barkowej, stawu skokowego i stopy. Obecnie pracuje na stanowisku asystenta w Katedrze i Zakładzie Anatomii Collegium Medicum na Uniwersytecie

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy z uczestników otrzymuje skrypt z opisem technik prezentowanych na zajęciach. W skrypcie kursanci mogą także umieszczać własne notatki. Każdy z uczestników otrzymuje także długopis i notatnik.

Warunki uczestnictwa

Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy przesłać na adres mailowy formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie <http://www.fizjoactiv.pl/>

Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.

Adres

ul. Krochmalna 3
20-401 Lublin
woj. lubelskie

Pomieszczenia, w których odbędą się zajęcia mieszczą się przy ul. Krochmalna 3 w Lublinie. Pomieszczenie wyposażone jest w projektor multimedialny, stoły i sprzęt rehabilitacyjny, krzesła. Uczestnicy będą mieli do swojej dyspozycji szatnię na pozostawienie odzieży wierzchniej.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Karol Sitarz

E-mail ksfizjoactiv@gmail.com

Telefon (+48) 501 078 971