



ODNOVA Sp. z o.o.



Kurs Kompleksowa Terapia Przeciwozrękowa

Numer usługi 2024/10/08/55596/2350570

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 44 h

📅 17.07.2025 do 20.07.2025

2 290,00 PLN brutto

2 290,00 PLN netto

52,05 PLN brutto/h

52,05 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	Kurs skierowany jest do: • lekarzy, • fizjoterapeutów, • techników fizjoterapii, • masażyistów, • studentów fizjoterapii, • usługi adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem. Uczestnicy powinni znać anatomie i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
Minimalna liczba uczestników	12
Maksymalna liczba uczestników	24
Data zakończenia rekrutacji	16-07-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	44
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	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
	Uczestnik dąży do samodoskonalenia poprzez systematyczne aktualizowanie wiedzy i umiejętności	Debata swobodna
Uczestnik jest świadomy przestrzegania praw pacjenta i zasad etyki zawodowej oraz potrzeby ciągłego kształcenia się	Uczestnik posiada zdolność do kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu zawodowym i społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania	Debata swobodna

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Zaświadczenie zawiera opis 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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie 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 Przeciwozrędkowa – wiadomości ogólne:
 - główne składowe kompleksowej terapii przeciwozrędkowej: manualny drenaż limfatyczny, pielęgnacja skóry, kompresja wielowarstwowa, gotowe wyroby kompresyjne, wyroby dla sportowców, ćwiczenia przeciwozrędkowe, kinesiotaping, taping medyczny, flossing
 - budowa układu limfatycznego
 - zjawisko limfangiomotoryki
 - kwadranty ciała
 - działy wodne
 - anastomozy i ich właściwości – wykorzystanie w kompleksowej terapii przeciwozrędkowej
3. Wskazania i przeciwwskazania do Kompleksowej terapii przeciwozrędkowej.
4. Diagnostyka oraz pomiary obrzęku, badanie podmiotowe i przedmiotowe w terapii przeciwozrędkowej.
5. Drenaż limfatyczny według szkoły niemieckiej – główne założenia.
6. Omówienie chwytów według WODERA oraz zasady ich stosowania w terapii przeciwozrędkowej: stojące koło, chwyt obrotowy, czerpiący, pompujący, przeciwwastoinowe 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 wspomagane 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 połogu, 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 połogu oraz obrzękach pourazowych stopy i kostki
- Kompresja podudzia – wykorzystanie w obrzękach kobiet ciężarnych i w połogu 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 Histerektomii

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 ciążowe, 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 połogu: 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.

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, łącznie 3h. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dyd. (szkoleniowa) = 45 min

Weryfikacja obecności - uczestnik podpisuje listę obecności

Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne - 13 godz. dydakt.

zajęcia praktyczne - 31godz. dydakt.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, część I - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	17-07-2025	08:30	13:00	04:30
2 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, część II - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	17-07-2025	13:00	18:00	05:00
3 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, część I, część II, punkt 1 - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	18-07-2025	08:30	13:00	04:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, część II, punkty 2-3, części III i IV - w bloku szkol. uwzględniono 15 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	18-07-2025	13:00	18:00	05:00
5 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 3, części I i II - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	19-07-2025	08:30	13:00	04:30
6 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 3, część III - w bloku szkol. uwzględniono 15min. przerwy	mgr Katarzyna Twaróg	19-07-2025	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	20-07-2025	08:00	12:30	04:30
8 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 4, część II	mgr Katarzyna Twaróg	20-07-2025	12:30	15:15	02:45
9 z 9 Walidacja	-	20-07-2025	15:15	15:30	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 290,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 290,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	52,05 PLN
Koszt osobogodziny netto	52,05 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.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie projekt Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem.

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

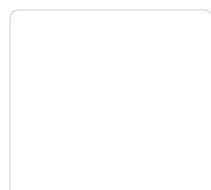
woj. mazowieckie

Uniwersytet SWPS. Sala nr S115, I piętro, skrzydło S.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

Kontakt



Joanna Dobska

E-mail szkolenia@odnova.org.pl

Telefon (+48) 694 225 457

