

ENEDU Sp. z o.o.

★★★★★ 4,8 / 5

551 ocen

Kurs Fizjoterapia uroginekologiczna kobiet w ujęciu holistycznym: praca z kobietą po porodzie i programowanie treningu przy dysfunkcjach uroginekologicznych

Numer usługi 2025/07/24/140486/2899228

📍 Gdańsk / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 26 h

📅 10.04.2026 do 12.04.2026

2 390,00 PLN brutto

2 390,00 PLN netto

91,92 PLN brutto/h

91,92 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs adresowany jest do fizjoterapeutów, położnych, lekarzy oraz studentów powyżej 4 roku wyżej wymienionych kierunków, którzy są zainteresowani uzyskiwaniem i uzupełnianiem wiedzy, umiejętności i kwalifikacji zawodowych dotyczących fizjoterapii uroginekologicznej.

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

31-03-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

26

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje uczestnika do pracy z kobietami po porodzie, radzeniu sobie z blizną po CC, epizjotomii. Poszerzy wiedzę z zakresu diagnostyki rozejścia mięśnia prostego brzucha zarówno z wykorzystaniem testów klinicznych, palpacji jak i obrazowania z wykorzystaniem USG. Kurs przekaze praktyczną wiedzę na temat technik wspomagających regenerację powłok brzusznych po porodzie.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje rozejście mięśnia prostego brzucha oraz dysfunkcji dna miednicy.	Omawia metody diagnostyki funkcjonalnej, profilaktyki i leczenia rozejścia mięśnia prostego brzucha, a także sposoby prowadzenia treningu w przypadku dysfunkcji dna miednicy.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Omawia proces pracy z kobietą w położu zarówno po porodzie naturalnym, jak i po porodzie zabiegowym.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Opisuje trening dla kobiet po porodzie.	Identyfikuje techniki treningowe i ćwiczenia, które pomogą w programowaniu treningu dla kobiet po porodzie, uwzględniając dysfunkcje towarzyszące temu okresowi.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

Łączna liczba dni, w których zostanie przekazana wiedza oraz umiejętności praktyczne opisane w programie:

3 dni

Liczba godzin kursu: 26h dydaktycznych, co stanowi 19,5 h zegarowych

W harmonogramie ujęto również przerwy - łącznie 2,5 h zegarowych w ciągu 3 dni.

Przerwy w czasie kursu dostosowane będą do tempa pracy uczestników szkolenia oraz ich potrzeb.

Przerwy nie są wliczone w liczbę godzin usługi.

W zakresie ewaluacji dodatkowo jest stosowana ankieta satysfakcji, którą kursanci uzupełniają po zakończeniu części szkoleniowej.

Godziny przerw są podane orientacyjnie- w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.

Zakres tematyczny:

Dzień I:

Położ - podstawy kliniczne, definicje, przebieg, konsekwencje.

CZĘŚĆ TEORETYCZNA:

1. Fizjologiczny przebieg położu.
2. Położ wczesny i późny, definicja, różnice w opiece, jakie objawy powinny nas zaniepokoić.
3. Położ po porodzie siłami natury.
4. Położ po porodzie drogą cięcia cesarskiego.
5. Powikłania okresu położu.
6. Proces gojenia się ran i cofanie zmian z okresu ciąży.
7. Wytyczne do mobilizacji rany po nacięciu krocza i cięciu cesarskim.
8. Zaburzenia funkcji mięśni dna miednicy po porodzie.
9. Wyzwania fizjoterapii uroginekologicznej w pracy z kobietą po porodzie.

CZĘŚĆ PRAKTYCZNA:

1. Pionizacja i postępowanie po porodzie drogami natury – praktyka.
2. Pionizacja i postępowanie po porodzie drogą cięcia cesarskiego - praktyka.

Dzień II:

Aktywność fizyczna po porodzie oraz przy współwystępujących dysfunkcjach dna miednicy.

Trening jako element fizjoterapii uroginekologicznej kobiet z dysfunkcjami dna miednicy.

Część teoretyczna:

1. Założenia programowania treningu kobiety w ciąży, po porodzie, z współwystępującymi dolegliwościami uroginekologicznymi.
2. Rekomendacje dotyczące treningu kobiety w ciąży i po porodzie.

Część praktyczna:

1. Programowanie treningu kobiet w zależności od sposobu rozwiązania ciąży jak i współwystępujących dysfunkcji (w tym DRA, obniżenie narządów miednicy mniejszej, nietrzymanie moczu).

Dzień III:

Diagnostyka i terapia rozejścia mięśnia prostego brzucha.

CZĘŚĆ TEORETYCZNA Z ELEMENTAMI PRAKTYKI:

1. Rozejście mięśnia prostego brzucha po porodzie – przyczyny, diagnostyka funkcjonalna, podstawy postępowania fizjoterapeutycznego.
2. Diagnostyka rozejścia mięśnia prostego brzucha – badanie funkcjonalne, palpacja, testy – teoria i praktyczne wykorzystanie technik.
3. Diagnostyka i monitorowanie terapii rozejścia mięśnia prostego brzucha z wykorzystaniem USG – teoria i praktyka na sprzętach USG.
4. Podstawowe techniki fizjoterapeutyczne w postępowaniu z rozejściem mięśnia prostego brzucha (Kinesiotaping, techniki manualne, trening).
5. Techniki wspomagające terapię rozejścia mięśnia prostego brzucha (m.in. suche szczotkowanie, masaż bańką chińską, zabiegi estetyczne) – teoria z elementami praktycznymi.
6. Podsumowanie szkolenia.

Po części szkoleniowej jest przeznaczony 15 minut na wypełnienie testu

Warunki organizacyjne dla przeprowadzenia szkolenia: kursanci pracują w parach, do dyspozycji mają jedną kozetkę na parę.

Warunki niezbędne do spełnienia przez uczestników, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie określonego celu: studia na kierunku fizjoterapia lub położnictwo po ukończeniu 4 roku studiów lub absolwent w/w kierunków.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 23

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 23 Fizjologiczny przebieg porodu	Anita Sikora-Szubert	10-04-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 23 Położ wczesny i późny, definicja, różnice w opiece, jakie objawy powinny nas zaniepokoić	Katarzyna Piotrowska	10-04-2026	10:00	11:00	01:00
3 z 23 Przerwa	Katarzyna Piotrowska	10-04-2026	11:00	11:15	00:15
4 z 23 Położ po porodzie siłami natury oraz po cięciu cesarskim.	Anita Sikora-Szubert	10-04-2026	11:15	12:00	00:45
5 z 23 Przerwa	Anita Sikora-Szubert	10-04-2026	12:00	12:30	00:30
6 z 23 Powikłania okresu porodu i proces gojenia się ran i cofanie zmian z okresu ciąży.	Katarzyna Piotrowska	10-04-2026	12:30	15:00	02:30
7 z 23 Wytłumaczenie do mobilizacji rany po nacięciu krocza i cięciu cesarskim, zaburzenia funkcji mięśnia dna miednicy, wyzwania fizjoterapii uroginekologicznej	Anita Sikora-Szubert	10-04-2026	15:00	16:00	01:00
8 z 23 Przerwa	Anita Sikora-Szubert	10-04-2026	16:00	16:15	00:15
9 z 23 Pionizacja i postępowanie po porodzie drogami natury i cięciu cesarskim.	Anita Sikora-Szubert	10-04-2026	16:15	17:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 23 Założenia programowania treningu kobiety w ciąży, po porodzie, z współwystępującymi dolegliwościami uroginekologicznymi.	Anita Sikora-Szubert	11-04-2026	09:00	11:00	02:00
11 z 23 Przerwa	Anita Sikora-Szubert	11-04-2026	11:00	11:15	00:15
12 z 23 Rekomendacje dotyczące treningu kobiety w ciąży i po porodzie.	Anita Sikora-Szubert	11-04-2026	11:15	13:15	02:00
13 z 23 Przerwa	Anita Sikora-Szubert	11-04-2026	13:15	14:00	00:45
14 z 23 Programowanie treningu kobiet w zależności od sposobu rozwiązania ciąży jak i współwystępujących dysfunkcji (w tym DRA, obniżenie narządów miednicy mniejszej, nietrzymanie moczu).	Anita Sikora-Szubert	11-04-2026	14:00	17:00	03:00
15 z 23 Rozejście mięśnia prostego brzucha po porodzie – przyczyny, diagnostyka funkcjonalna, podstawy postępowania fizjoterapeutycznego.	Katarzyna Piotrowska	12-04-2026	09:00	10:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 23 Diagnostyka rozejścia mięśnia prostego brzucha – badanie funkcjonalne, palpacja, testy – teoria i praktyczne wykorzystanie technik	Anita Sikora-Szubert	12-04-2026	10:00	11:00	01:00
17 z 23 Przerwa	Anita Sikora-Szubert	12-04-2026	11:00	11:15	00:15
18 z 23 Diagnostyka i monitorowanie terapii rozejścia mięśnia prostego brzucha z wykorzystaniem USG – teoria i praktyka na sprzętach USG	Katarzyna Piotrowska	12-04-2026	11:15	12:00	00:45
19 z 23 Podstawowe techniki fizjoterapeutyczne w postępowaniu z rozejściem mięśnia prostego brzucha (Kinesiotaping, techniki manualne, trening)	Anita Sikora-Szubert	12-04-2026	12:00	13:00	01:00
20 z 23 Przerwa	Anita Sikora-Szubert	12-04-2026	13:00	13:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 23 Techniki wspomagające terapię rozjęcia mięśnia prostego brzucha (m.in. suche szczotkowanie, masaż bańką chińską, zabiegi estetyczne) – teoria z elementami praktycznymi	Anita Sikora-Szubert	12-04-2026	13:15	14:00	00:45
22 z 23 Podsumowanie szkolenia.	Anita Sikora-Szubert	12-04-2026	14:00	14:30	00:30
23 z 23 Walidacja	-	12-04-2026	14:30	15:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 390,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 390,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	91,92 PLN
Koszt osobogodziny netto	91,92 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Katarzyna Piotrowska

to magister fizjoterapii, terapeutka uroginekologiczna. Ukończyła Warszawską Akademię Wychowania Fizycznego na kierunku fizjoterapia. Jest członkiem Polskiego Towarzystwa Uroginekologicznego.

Uczestniczka wielu szkoleń z zakresu terapii mięśni dna miednicy, kursów z zakresu treningu dla kobiet w ciąży, treningu dna miednicy, fizjoterapii dla kobiet z problemem rozejścia mięśnia prostego brzucha (pre&post natal pilates, Pelvic Floor Health – Carlyne Anthony). Szkoleniowiec Medical Pregnancy Training położnej Izabeli Dembińskiej.

W trakcie Jonicare – dwuletniej autorskiej szkoły d.o. Eweliny Tyszk-Bury i d.o. Marcina Szkolnickiego.

Certyfikowana terapeutka londyńskiej szkoły Body Control Pilates. Certyfikowana terapeutka Manipulacji Powięziowych Stecco – Fascial Manipulation.

Zajmuje się terapią mięśni dna miednicy, terapią w przypadku nietrzymania moczu, terapią bólów miednicy.

Na co dzień pracuje w klinice Renort Słuchając Ciała oraz Estebelle dr Nalewczyńskiej.



2 z 2

Anita Sikora-Szubert

Absolwentka studiów magisterskich Wydziału Fizjoterapii Uniwersytetu Medycznego w Łodzi oraz studiów magisterskich Wydziału Nauk o Wychowaniu Uniwersytetu Łódzkiego na kierunku psychologia – specjalność psychologia zdrowia i kliniczna. Ukończyła również studia podyplomowe z zakresu psychoonkologii na Uniwersytecie SWPS w Warszawie.

Autorka publikacji naukowych w czasopismach recenzowanych dotyczących ginekologii i położnictwa oraz psychologii i onkologii, współautorka rozdziału w książce PZWL „Fizjoterapia w wybranych dziedzinach medycyny”. Autorka poradników psychoonkologicznych dla pacjentów onkologicznych i ich rodzin.

Czynna uczestniczka i laureatka konferencji naukowych krajowych i zagranicznych z dziedziny fizjoterapii i rehabilitacji. Uczestniczka projektów dotyczących wspierania zdrowia kobiet, w tym m.in. jako psycholog w projekcie unijnym związanym z zapobieganiem rakowi szyjki macicy oraz prowadząca szkolenia z zakresu komunikacji lekarz – pacjent.

Pracownik naukowo – dydaktyczny Kliniki Patologii Ciąży I Katedry Ginekologii i Położnictwa Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Wykładowca akademicki na kierunku fizjoterapia.

Jej zainteresowania zawodowe i naukowe skupiają się na fizjoterapii w ginekologii i położnictwie, fizjoterapii w uroginekologii oraz onkologii i medycynie paliatywnej. Prowadzi autorskie warsztaty i szkolenia dla specjalistów – fizjoterapeutów, położnych, doul z zakresu fizjoterapii uroginekologicznej i psychologii.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma skrypt obejmujący całość omawianego materiału oraz certyfikat.

Warunki uczestnictwa

Przed wysłaniem zgłoszenia prosimy o zapis przez stronę www.enedu.pl w celu rezerwacji miejsca na szkoleniu.

Wszelkie informacje o obowiązujących procedurach znajdują się w regulaminie szkoleń dostępnym na stronie www.enedu.pl

Informacje dodatkowe

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych.

Cena kursu nie obejmuje kosztów dojazdu oraz zakwaterowania.

Każdego dnia przewidziane są przerwy dla uczestników szkolenia.

Podstawa zwolnienia z VAT: Art. 43 ust.1 pkt 26 lit. a Ustawy o VAT.

W zakresie ewaluacji dodatkowo jest stosowana ankieta satysfakcji, którą kursanci uzupełniają po zakończeniu części szkoleniowej.

Adres

ul. Jaworowa 6

80-175 Gdańsk

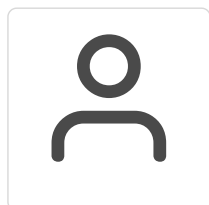
woj. pomorskie

Szkolenie odbędzie się w Femika Strefa Kobiet.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Wiktoria Rębisz

E-mail dofinansowania@enedu.pl

Telefon (+48) 730 333 802