



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

8 359 ocen

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

Numer usługi 2025/09/12/55596/3004978

📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 23 h

📅 21.12.2025 do 22.12.2025

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

### Grupa docelowa usługi

Kurs przeznaczony dla:

- fizjoterapeutów,
- lekarzy (specjalistów rehabilitacji medycznej, ortopedów, neurologów, reumatologów, anestezjologów),
- studentów ww kierunków,
- usługa 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, Lubuskie Bony Rozwojowe.

### Minimalna liczba uczestników

12

### Maksymalna liczba uczestników

24

### Data zakończenia rekrutacji

20-12-2025

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

23

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnej pracy w zakresie diagnostyki, planowania oraz przeprowadzenia fizjoterapii zachowawczej, przedoperacyjnej i pooperacyjnej w przypadku urazów stawu kolanowego.

Kurs przygotowuje do pracy z pacjentem ortopedycznym w przychodniach, szpitalach, gabinetach oraz w klubach sportowych.

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                           | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                        | Metoda walidacji                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Uczestnik zna, definiuje i rozróżnia podstawy anatomii i biomechaniki oraz patologię w obrębie stawu kolanowego                                                              | Uczestnik definiuje podstawy anatomii i biomechaniki stawu kolanowego                                                                                                                       | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                                                                                              | Uczestnik definiuje patofizjologię i mechanizmy urazu w obrębie stawu kolanowego                                                                                                            | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                                                                                              | Uczestnik definiuje znaczenie wywiadu klinicznego i strategii badania                                                                                                                       | Test teoretyczny                    |
| Uczestnik samodzielnie pracuje w zakresie diagnostyki, planowania oraz przeprowadzenia fizjoterapii zachowawczej, przed i pooperacyjnej uszkodzeń w obrębie stawu kolanowego | Uczestnik przeprowadza badanie stawu kolanowego i dokonuje oceny funkcjonalnej                                                                                                              | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                                                                              | Uczestnik planuje proces leczenia oraz efektywną fizjoterapię                                                                                                                               | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                                                                              | Uczestnik planuje postępowanie fizjoterapeutyczne po zabiegach chirurgicznych                                                                                                               | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                                                                              | Uczestnik planuje i prowadzi powrót pacjenta do aktywności fizycznej                                                                                                                        | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestnik przestrzega praw pacjenta i zasad etyki zawodowej oraz realizuje potrzebę ciągłego kształcenia się                                                                 | Uczestnik podwyższa swoje kompetencje poprzez samodoskonalenie oraz systematyczne aktualizowanie wiedzy i umiejętności                                                                      | Debata swobodna                     |
|                                                                                                                                                                              | Uczestnik samodzielnie kieruje własnym rozwojem oraz autonomicznie i odpowiedzialnie uczestniczy 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?

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

**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: 23 godziny dydaktyczne**

## DZIEŃ I:

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 wybranych 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 poboczne piszczelowe (MCL)

- Patofizjologia i mechanizm urazu
- Wywiad i diagnostyka

- Leczenie zachowawcze

#### 7. Uszkodzenia łąkotec

- Patofizjologia i epidemiologia

- Wywiad i interpretacja badania

- Leczenie zachowawcz

#### 8. Fizjoterapia po operacjach łąkotec

- Rehabilitacja po meniscektomii

- Szycie łąkotki – proces fizjoterapeutyczny

### **DZIEŃ II:**

#### 1. Więzadło krzyżowe przednie (ACL)

- Epidemiologia i patofizjologia

- Diagnostyka - wywiad, interpretacja badania

- Leczenie zachowawcze vs leczenie operacyjne

- Metody rekonstrukcji ACL

- Przygotowanie do zabiegu – próba określenia optymalnego czasu na przeprowadzenie zabiegu rekonstrukcji ACL

#### 2. Fizjoterapia po rekonstrukcji więzadła krzyżowego przedniego i tylnego ACL/PCL

- Planowanie fizjoterapii pooperacyjnej

- Fazy rehabilitacji i działanie przeciwzapalne

- Praca nad wyprostem i optymalizacja zakresu zgięcia stawu kolanowego (ruch pasywny vs ruch aktywny)

- Mobilność stawu rzepkowo-udowego

- Tematyka blizny pooperacyjnej

- Stopniowe obciążanie i zaopatrzenie ortopedyczne orteza vs kule,

- Trening chodu, techniki pasywne vs aktywne

- Trening sprawności ogólnej

- Powrót do aktywności:

\* bieganie (RTR)

\* trening skocznościowy,

\* powrót do sportu (RTS)

#### 3. Fizjoterapia pooperacyjna stawu kolanowego

- Fizjoterapia po meniscektomii i szyciu łąkotki

- Rekonstrukcja ACL i PCL – zajęcia praktyczne

#### 4. Walidacja

Liczba godzin kursu: 23 h dyd., co stanowi 17h i 15min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 1 h 30 min. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Przerwy w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna = 45 min

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne - 7 godz. dydakt.

zajęcia praktyczne - 16 godz. dydakt.

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 5

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                     | Prowadzący              | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 5</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkty 1-4 - w bloku szkol. uwzględniono 30 min.przerwy    | dr Bartosz Rutowicz, PT | 21-12-2025            | 08:30               | 14:00               | 05:30         |
| <b>2 z 5</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkty 5-8 - w bloku szkol. uwzględniono 30 min.przerwy    | dr Bartosz Rutowicz, PT | 21-12-2025            | 14:00               | 18:15               | 04:15         |
| <b>3 z 5</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty 1-2 - w bloku szkol. uwzględniono 30 min.przerwy    | dr Bartosz Rutowicz, PT | 22-12-2025            | 08:00               | 12:00               | 04:00         |
| <b>4 z 5</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty cd 2-3- w bloku szkol. uwzględniono 15 min. przerwy | dr Bartosz Rutowicz, PT | 22-12-2025            | 12:00               | 16:45               | 04:45         |
| <b>5 z 5</b> 4.Walidacja                                                                                                    | -                       | 22-12-2025            | 16:45               | 17:00               | 00:15         |

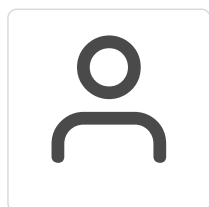
# Cennik

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

### dr Bartosz Rutowicz, PT

- założyciel i właściciel Rehalab Academy - firmy edukacyjnej dla lekarzy i fizjoterapeutów organizującej szkolenia w Polsce i Europie, od 2009 roku do chwili obecnej zostało przeszkolonych ponad 12500 specjalistów, - autor kursów z zakresu diagnostyki, leczenia zachowawczego i pooperacyjnego stawu kolanowego, obręczy barkowej, obręczy biodrowej, stawu skokowego i stopy , - uważany za eksperta w zakresie prewencji i leczenia artrofibrozy po ortopedycznych zabiegach chirurgicznych, - praktykujący klinicysta w dziedzinie fizjoterapii ortopedycznej - właściciel specjalistycznego gabinetu fizjoterapii ortopedycznej w Krakowie. - anatom - asystent w Katedrze Anatomii Wydziału Lekarskiego Uniwersytetu Jagiellońskiego, członek Polskiego Towarzystwa Anatomicznego. - naukowiec - autor kilkunastu publikacji naukowych oraz wystąpień na konferencjach i kongresach naukowych. 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

- 1.Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
- 2.Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy/> pod opisem wybranego szkolenia, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.
- 3.Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny poinformować o swoim stanie Organizatora.
- 4.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.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem", Lubuskie Bony Rozwojowe.

## **Adres**

ul. Josepha Conrada 29a

31-357 Kraków

woj. małopolskie

CONRAD COMFORT APART HOTEL

## **Udogodnienia w miejscu realizacji usługi**

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

## **Kontakt**



**Joanna Dobska**

**E-mail** szkolenia@odnova.org.pl

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