

ENEDU Sp. z o.o.

★★★★★ 4,8 / 5

664 oceny

Kurs Bolesne miesiączki w praktyce fizjoterapeuty – diagnostyka, terapia, autoterapia

Numer usługi 2025/11/12/140486/3141157

📍 Budzyn / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 10 h

📅 14.06.2026 do 14.06.2026

597,00 PLN brutto

597,00 PLN netto

59,70 PLN brutto/h

59,70 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Kurs skierowany jest do: studentów fizjoterapii, fizjoterapeutów, masażystów i techników masażu.
Minimalna liczba uczestników	7
Maksymalna liczba uczestników	25
Data zakończenia rekrutacji	03-06-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	10
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do kompleksowego rozpoznania i terapii bólu menstruacyjnego poprzez naukę różnicowania przyczyn dysmenorrhei oraz zastosowania terapii manualnej, oddechowej i autoterapii w celu poprawy funkcji miednicy i komfortu pacjentki.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
--------------------	----------------------	------------------

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje diagnostykę funkcjonalną i palpacyjną miednicy, odcinka lędźwiowego, bioder i klatki piersiowej.	Charakteryzuje testy napięciowe tkanek brzucha i miednicy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wskazuje zaburzenia biomechaniczne i lokalizuje je w kontekście objawów	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozróżnia przyczyny pierwotne i wtórne bólu menstruacyjnego na podstawie badania	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Planuje techniki terapeutyczne i autoterapeutyczne wspomagające terapię bólu menstruacyjnego.	Opisuje odpowiednie techniki manualne (mobilizacje, drenaże, techniki oddechowe)	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Dobiera techniki edukacji pacjentki w zakresie autoterapii (ruch, oddech, pozycje, ciepło)	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wskazuje działania terapeutyczne zgodnie z cyklem menstruacyjnym i potrzebami pacjentki.	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:

1 dzień

Liczba godzin kursu: 10h dydaktycznych, co stanowi 6.5h zegarowych

W harmonogramie ujęto również przerwy - łącznie 1,5h zegarowych w ciągu 1 dnia.

Przerwy nie są wliczone w liczbę godzin usługi.

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

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

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

Wymagana jest minimalna frekwencja na poziomie co najmniej 80% czasu trwania usługi. Frekwencja potwierdzana jest listą obecności.

Zakres tematyczny:

Dzień I:

Zajęcia teoretyczne

Diagnostyka funkcjonalna miednicy, odcinka lędźwiowego, bioder i klatki piersiowej

Palpacja, testy napięciowe oraz ocena tkanek brzucha i miednicy

Techniki terapeutyczne: praca z przeponą i klatką piersiową, mobilizacja tkanek brzucha i miednicy, techniki na kompleks lędźwiowo-miedniczno-biodrowy, drenaż oddechowy i mięśniowy

Praca z oddechem, elementy edukacji pacjentki i strategię zarządzania bólem

Narzędzia autoterapii: oddech, samomobilizacje, pozycje przeciwbólowe, ruch, ciepło i techniki relaksacyjne

Zajęcia praktyczne

Epidemiologia bolesnych miesiączek i różnicowanie: dysmenorrhea pierwotna vs wtórna

Mechanizmy bólu menstruacyjnego: prostaglandyny, niedokrwienie, napięcia powięziowe, zaburzenia hemodynamiki

Rola przepony, oddechu i gradientu ciśnień w funkcjonowaniu miednicy i drenażu żylnolimfatycznym

Połączenia układu nerwowego, hormonalnego i odpornościowego (oś podwzgórze–przysadka–jajniki, stres, psychoneuroimmunologia)

Bolesne miesiączki jako złożona dysfunkcja strukturalno-funkcjonalna oraz możliwości wpływu terapii manualnej, ćwiczeń i autoterapii

Po części szkoleniowej jest przeznaczony 15 minut na wypełnienie testu.

Warunki organizacyjne dla przeprowadzenia szkolenia: Szkolenie składa się z części teoretycznej i praktycznej. Część praktyczna będzie nadzorowana przez prowadzącego. Uczestnicy mają do dyspozycji jedną kozetkę na parę. Prowadzący prezentuje techniki w grupie, a następnie uczestnicy ćwiczą w parach.

Warunki niezbędne do spełnienia przez uczestników, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie określonego celu: tytuł fizjoterapeuty lub osteopaty

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 17

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 17 Diagnostyka funkcjonalna miednicy, odcinka lędźwiowego, bioder i klatki piersiowej	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	09:00	09:30	00:30
2 z 17 Palpacja, testy napięciowe oraz ocena tkanek brzucha i miednicy	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	09:30	10:00	00:30
3 z 17 Przerwa	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	10:00	10:15	00:15
4 z 17 Techniki terapeutyczne: praca z przeponą i klatką piersiową, mobilizacja tkanek brzucha i miednicy, techniki na kompleks lędźwiowo-miedniczno-biodrowy, drenaż oddechowy i mięśniowy	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	10:15	10:45	00:30
5 z 17 Praca z oddechem, elementy edukacji pacjentki i strategię zarządzania bólem	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	10:45	11:30	00:45
6 z 17 Narzędzia autoterapii: oddech, samomobilizacje, pozycje przeciwbólowe, ruch, ciepło i techniki relaksacyjne	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	11:30	12:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 17 Epidemiologia bolesnych miesiączek i różnicowanie: dysmenorrhea pierwotna vs wtórna	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	12:00	12:30	00:30
8 z 17 Mechanizmy ból menstruacyjnego : prostaglandyny, niedokrwienie, napięcia powięziowe, zaburzenia hemodynamiki	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	12:30	13:00	00:30
9 z 17 Przerwa	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	13:00	13:45	00:45
10 z 17 Rola przepony, oddechu i gradientu ciśnień w funkcjonowaniu miednicy i drenażu żylnolimfatycznym	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	13:45	14:15	00:30
11 z 17 Połączenia układu nerwowego, hormonalnego i odpornościowego (oś podwzgórze– przysadka– jajniki, stres, psychoneuroimmunologia)	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	14:15	14:45	00:30
12 z 17 Przerwa	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	14:45	15:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 17 Bolesne miesiączki jako złożona dysfunkcja strukturalno-funkcjonalna	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	15:00	15:30	00:30
14 z 17 Możliwości wpływu terapii manualnej, ćwiczeń i autoterapii	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	15:30	16:00	00:30
15 z 17 Przerwa	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	16:00	16:15	00:15
16 z 17 Podsumowanie szkolenia	Marcel Wojciech Mieszkalski	14-06-2026	16:15	16:45	00:30
17 z 17 Walidacja	-	14-06-2026	16:45	17:00	00:15

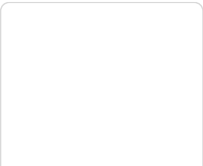
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	597,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	597,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	59,70 PLN
Koszt osobogodziny netto	59,70 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Marcel Wojciech Mieszkalski



Marcel Mieszkalski jest magistrem fizjoterapii.

Absolwent 5-letniego cyklu kształcenia osteopatycznego w Akademii Osteopatii w Krakowie. Po ukończeniu studiów związany z Akademią w roli asystenta, gdzie wspiera studentów jednego z poznańskich roczników.

Marcel Mieszkalski ukończył kilkadziesiąt szkoleń z zakresu terapii manualnej, terapii wisceralnej czy terapii tkanek miękkich.

Szczególnie zainteresowany anatomią w praktycznym wydaniu oraz zagadnieniami klinicznymi. Nieustannie rozwija się w ramach szkoleń podyplomowych pod okiem polskich i światowych pionierów medycyny osteopatycznej.

Doświadczenie zdobyte w ciągu ostatnich 5 lat

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzymuje skrypt obejmujący całość omawianego materiału.

Warunki uczestnictwa

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

Informacje dodatkowe

Liczba godzin kursu podana 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

Budzyń 50
32-060 Budzyń
woj. małopolskie

Sala znajduje się na piętrze budynku usługowego Budzyń 50, zlokalizowanego w sąsiedztwie Zalewu Budzyńskiego i Zalewu Kryspinów oraz plaży.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Wiktoria Rębisz

E-mail dofinansowania@enedu.pl

Telefon (+48) 730 333 802