



Kurs: Uroginekologia w Terapii Manualnej Rakowskiego

Numer usługi 2026/09/23/115497/3829383

3 300,00 PLN brutto

3 300,00 PLN netto

137,50 PLN brutto/h

137,50 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Instytut
Rakowskiego
Danuta Sokołowska

★★★★★ 4,9 / 5
185 ocen

📍 Sierosław

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 24:00 h

📅 16.11.2026 do 18.11.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Identyfikatory projektów	Kierunek - Rozwój, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, Małopolski Pociąg do kariery
Grupa docelowa usługi	Kurs adresowany jest do magistrów fizjoterapii (szczególnie fizjoterapeutki uroginekologiczne), położnych, lekarzy: proktologów, ginekologów, urologów . Zapraszamy również lekarzy innych specjalności.
Minimalna liczba uczestników	12
Maksymalna liczba uczestników	26
Data zakończenia rekrutacji	11-11-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu "Uroginekologia w Terapii Manualnej Rakowskiego" jest nabycie przez uczestników wiedzy i praktycznych umiejętności w zakresie bezpiecznego przeprowadzania badania z dostępu per vaginam oraz wykorzystania jego wyników do funkcjonalnej oceny i planowania terapii kobiet z dolegliwościami dna miednicy, zgodnie z koncepcją Terapii Manualnej Rakowskiego.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje zasady badania i terapii pacjentki uroginekologicznej w modelu Terapii Manualnej Rakowskiego.	wyjaśnia podstawowe założenia modelu TMR, w tym CZST i rolę testów kontrolnych	Test teoretyczny
	charakteryzuje anatomię i funkcję struktur dna miednicy	Test teoretyczny
	wskazuje wskazania i przeciwwskazania do badania i terapii per vaginam	Test teoretyczny
	opisuje zasady bezpieczeństwa, komunikacji i uzyskania świadomej zgody pacjentki	Test teoretyczny
Uczestnik przeprowadza badanie funkcjonalne dna miednicy z dostępu per vaginam.	przeprowadza wywiad i przygotowuje pacjentkę do badania	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje ocenę palpacyjną struktur dna miednicy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	ocenia napięcie spoczynkowe, dowolny skurcz, rozkurcz, koordynację i siłę mięśni dna miednicy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	identyfikuje nadmierną wrażliwość i CZST	Obserwacja w warunkach symulowanych
	odnosi wynik badania do zgłaszanych objawów pacjentki	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik dobiera i wykonuje postępowanie terapeutyczne w oparciu o wynik badania oraz testy kontrolne.	analizuje wyniki badania i określa cele terapii	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dobiera odpowiednią technikę terapeutyczną do rozpoznanej CZST i obrazu klinicznego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje mobilizacje uciskowe z dostępu per vaginam	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dobiera i wykonuje wybrane techniki zewnętrzne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykorzystuje testy kontrolne do oceny reakcji na zastosowany bodziec	Obserwacja w warunkach symulowanych
	kontroluje reakcję pacjentki w trakcie i po zabiegu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Integruje wyniki badania i terapii oraz dokumentuje postępowanie z pacjentką.	analizuje przypadek kliniczny i identyfikuje możliwe związki między objawami a funkcją dna miednicy i struktur współdziałających	Wywiad ustrukturyzowany
	dobiera dalsze postępowanie i wskazuje granice terapii manualnej	Wywiad ustrukturyzowany
	prawidłowo dokumentuje wynik badania, zastosowane techniki i reakcję pacjentki	Obserwacja w warunkach symulowanych
	formułuje zalecenia pozabiegowe	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z

zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

PROGRAM KURSU

I. Wprowadzenie do podstaw teoretycznych Terapii Manualnej Rakowskiego (TMR) w odniesieniu do pacjentki uroginekologicznej

1. Model dynamiczny TMR w pracy z pacjentką uroginekologiczną.
2. Czynnościowa zmiana stanu tkanek (CZST), dostęp do aferencji, test kontrolny i droga choroby.
3. Wykorzystanie testów kontrolnych w planowaniu i ocenie efektu zabiegu.
4. Miejsce terapii manualnej w interdyscyplinarnym zespole specjalistów zajmujących się kobiecym dnem miednicy.

II. Anatomia i czynność struktur dna miednicy dostępnych w badaniu z dostępu per vaginam

1. Piętra mięśni dna miednicy oraz ich znaczenie podporowe, zwieraczowe, stabilizacyjne i seksualne.
2. Struktury anatomiczne oraz punkty orientacyjne:
 - spojenie łonowe, gałęzie górne i dolne kości łonowych, guzy kulszowe i gałęzie kości kulszowych
 - cewka moczowa, pęcherz moczowy, pochwa, odbytnica, macica
 - powięź pęcherzowo-pochwowa oraz odbytniczo-pochwowa
 - mięsień dźwigacz odbytu i jego części wraz z łukiem ścięgnistym
 - mięsień zasłaniacz wewnętrzny odbytu
 - mięsień gruszkowaty
 - kość ogonowa, mięsień guziczny i więzadło krzyżowo-kolcowe
 - staw krzyżowo-biodrowy – brzuszna powierzchnia, więzadła krzyżowo-biodrowe i krzyżowo-guzowe
 - warstwa powierzchowna mięśni dna miednicy: mięsień opuszkowo-gąbczasty i kulszowo-jamisty, mięśnie poprzeczne powierzchowne i głębokie krocza
 - środek ścięgnisty krocza
1. Anatomia prawidłowa sromu.
2. Rola nerwu sromowego i układu żylnego miednicy mniejszej w obrazie dolegliwości pacjentki.

III. Przygotowanie pacjentki do badania i terapii z dostępu per vaginam

1. Wskazania i przeciwwskazania do badania oraz terapii.
2. Wywiad ukierunkowany na objawy uroginekologiczne, bólowe, seksualne, przebyte porody
3. i zabiegi operacyjne.
4. Omówienie przebiegu badania, możliwych odczuć i reakcji pozabiegowych.
5. Uzyskanie świadomej zgody, zapewnienie intymności oraz zasady komunikacji w trakcie badania.
6. Pozycja pacjentki, higiena i techniczne przygotowanie do badania.

IV. Badanie struktur dna miednicy z dostępu per vaginam – zajęcia teoretyczne i praktyczne

1. Ocena zewnętrzna sromu i krocza.
2. Palpacyjna ocena funkcji mięśni dna miednicy:
 - próba kaszlowa i próba parcia
 - różnicowanie czynności mięśnia zwieracza zewnętrznego odbytu i mięśnia dźwigacza odbytu

- ocena napięcia spoczynkowego, skurczu dowolnego, rozkurczu i koordynacji mięśni dna miednicy z wykorzystaniem skal do oceny funkcji MDM (w tym: ocena siły mięśni według skali Oxford)
 - badanie warstwy powierzchniowej MDM w osi poprzecznej i podłużnej
1. Badanie wrażliwości i aktywności tkankowej struktur dna miednicy oraz identyfikowanie czynnościowej zmiany stanu tkanek (nadmiernej wrażliwości na ucisk)
 2. Badanie w pozycji leżącej, stojącej i kucznej – dobór pozycji do problemu funkcjonalnego.

V. Terapia z dostępu per vaginam – zajęcia teoretyczne i praktyczne

1. Zasady wykonywania mobilizacji uciskowych i dobór siły bodźca.
2. Mobilizacje uciskowe struktur zmienionych czynnościowo:
 - okostna gałęzi kości łonowej, powięź pęcherzowo-pochwowa i okolica cewki moczowej
 - okostna guza kulszowego
 - mięsień zasłaniacz wewnętrzny
 - brzuszna powierzchnia stawu krzyżowo-biodrowego
 - mięsień gruszkowaty
 - kość ogonowa, mięsień guziczny i więzadło krzyżowo-kolcowe
 - mięsień dźwigacz odbytu
 - mięśnie opuszkowo-gąbczasty i kulszowo-jamisty/warstwa powierzchniowa MDM
 - środek ścięgnisty krocza
 - blizna po nacięciu lub pęknięciu krocza
1. Kontrola reakcji pacjentki w trakcie zabiegu i bezpośrednio po nim.
2. Wykonanie pełnego zabiegu z dostępu per vaginam pod nadzorem prowadzącego.

VI. Objawy i zespoły kliniczne związane z zaburzeniami czynności struktur dna miednicy

1. Wulwodynia.
2. Pochwica.
3. Dyspareunia powierzchowna i głęboka.
4. Zaburzenia seksualne.
5. Dolegliwości związane z blizną po epizjotomii lub pęknięciu krocza.
6. Zespoły bólowe miednicy mniejszej u kobiet.
7. Dolegliwości bólowe pęcherza moczowego i cewki moczowej.
8. Nietrzymanie moczu.
9. OAB – nadaktywność pęcherza moczowego.
10. Bolesne miesiączkowanie.

VII. Zaburzenia statyki narządów miednicy mniejszej

1. Cystocele i urethrocele.
2. Rectocele.
3. Enterocele.
4. Obniżenie i wypadanie macicy.
5. Objawy towarzyszące oraz anatomiczne punkty odniesienia w badaniu.
6. Zaburzenia statyki narządów miednicy mniejszej w kontekście zabiegów operacyjnych oraz możliwych powikłań bólowych i funkcjonalnych.
7. Możliwe zaangażowanie tkanek zmienionych czynnościowo i granice postępowania fizjoterapeutycznego.

VIII. Struktury pozostające w interakcjach czynnościowych z dnem miednicy

1. Zespół czynnościowego przejścia piersiowo-lędźwiowego:
 - charakterystyka objawowa tkanek czynnościowego przejścia piersiowo-lędźwiowego – obraz objawów generowanych przez struktury Th/L
 - znaczenie unerwienia segmentalnego dla dolegliwości jamy brzusznej i miednicy mniejszej
 - badanie segmentów ruchowych kręgołuspa Th/L
 - badanie okężnicy i test Patrick'a jako przykłady testów kontrolnych służących ocenie postępów terapii i rekacji na zadawane bodźce terapeutyczne

- mobilizacje uciskowe więzadeł nadkolkowych i międzykolkowych
- techniki manualne – mobilizacyjne dla stawów kręgosłupa Th/L
- rola unerwienia dermatomowego skóry grzbietu i brzucha w kontekście czynnościowego przejścia Th/L - możliwe techniki terapeutyczne

1. Mięsień biodrowo-lędźwiowy i mięsień czworoboczny lędźwi:

- badanie aktywności tkankowej
- mobilizacje uciskowe
- techniki rozciągające i autoterapia

1. Mięśnie brzucha i przepona oddechowa:

- badanie aktywności tkankowej
- mobilizacje uciskowe
- techniki rozciągające i autoterapia

1. Mięśnie przywodziciele oraz mm. pośladkowe

- badanie aktywności tkankowej
- mobilizacje uciskowe
- techniki rozciągające i autoterapia

IX. Blizny po zabiegach w obrębie brzucha i miednicy

1. Ocena blizny po cięciu cesarskim, laparoskopii i innych operacjach brzusznych.
2. Blizny po epizjotomii i pęknięciu krocza.
3. Możliwy wpływ blizn na czynność powłok brzusznych i struktur dna miednicy.
4. Techniki manualne i aplikacje terapeutyczne wykorzystywane w pracy z blizną.

X. Psychosomatyczne uwarunkowania bólu i zaburzeń funkcjonalnych miednicy u kobiet

XI. Dokumentacja badania i reakcje pozabiegowe

1. Schemat zapisu badania struktur dna miednicy z dostępu per vaginam.
2. Zapis testu kontrolnego, zastosowanej techniki i reakcji pacjentki.
3. Możliwe reakcje po badaniu i zabiegu oraz zasady postępowania.
4. Informacje przekazywane pacjentce po zakończeniu wizyty.

XII. Integracja postępowania klinicznego – zajęcia praktyczne

1. Przygotowanie pacjentki do badania – omówienie procedury i uzyskanie zgody.
2. Samodzielne przeprowadzenie pełnego badania i zabiegu z dostępu per vaginam – wypełnienie karty badania.
3. Rozpoznawanie czynnościowej zmiany stanu tkanek (CZST) i ocena sprawności mięśni dna miednicy.
4. Dobór testów kontrolnych i technik zewnętrznych do obrazu klinicznego.
5. Opracowanie zapisu badania i zaleceń po zabiegu.
6. Analiza przypadków klinicznych i omówienie możliwych dróg postępowania.
7. Podsumowanie kursu.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 23

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 23 Wprowadzenie do koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego.	Zajęcia	Bogumiła Dampc	16-11-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 23 -	Przerwa	-	16-11-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 23 Zespół Th/L; mobilizacje uciskowe; badanie okrężnicy oraz test Patrick'a; rolowanie skóry brzucha i grzbietu	Zajęcia	Bogumiła Dampc	16-11-2026	11:15	13:00	01:45
4 z 23 -	Przerwa	-	16-11-2026	13:00	13:45	00:45
5 z 23 Anatomia i funkcja mięśni dna miednicy; anatomia prawidłowego sromu; wprowadzenie do wykonania badania z dostępu per vaginam, przeciwskazania, punkty orientacyjne.	Zajęcia	Bogumiła Dampc	16-11-2026	13:45	15:15	01:30
6 z 23 -	Przerwa	-	16-11-2026	15:15	15:30	00:15
7 z 23 Omówienie badania i mobilizacja z dostępu per vaginam - pokaz; wykonanie mobilizacji z dostępu per vaginam.	Zajęcia	Bogumiła Dampc	16-11-2026	15:30	17:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 23 Reakcje pozabiegowe; anatomia struktur dna miednicy - cd.	Zajęcia	Bogumiła Dampc	17-11-2026	09:00	11:00	02:00
9 z 23 -	Przerwa	-	17-11-2026	11:00	11:15	00:15
10 z 23 Omówienie pełnego badania i mobilizacji z dostępu per vaginam. Pokaz i wykonanie badania. Zapis w karcie badania i omówienie. Reakcje pozabiegowe.	Zajęcia	Bogumiła Dampc	17-11-2026	11:15	13:00	01:45
11 z 23 -	Przerwa	-	17-11-2026	13:00	13:45	00:45
12 z 23 Mięsień biodrowo-lędźwiowy i czworoboczny lędźwi - cd. dla zespołów Th/L.	Zajęcia	Bogumiła Dampc	17-11-2026	13:45	15:15	01:30
13 z 23 -	Przerwa	-	17-11-2026	15:15	15:30	00:15
14 z 23 Blizna po cc, laparoskopii, po operacjach brzusznych - akupunktury i aplikacje dla bizn + techniki manualne; przepona - mobilizacje uciskowe	Zajęcia	Bogumiła Dampc	17-11-2026	15:30	17:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 23 Omówienie reakcji po mobilizacji z dostępu per vaginam; objawy ze struktur dna miednicy i rozwiązania dla nich	Zajęcia	Bogumiła Dampc	18-11-2026	08:00	10:00	02:00
16 z 23 -	Przerwa	-	18-11-2026	10:00	10:15	00:15
17 z 23 Omówienie zapisu badania struktury dna miednicy z dostępu per vaginam wraz ze sprawnością schematu zapisu badania; praktyczne przygotowanie pacjentki do badania	Zajęcia	Bogumiła Dampc	18-11-2026	10:15	12:00	01:45
18 z 23 -	Przerwa	-	18-11-2026	12:00	12:45	00:45
19 z 23 Techniki zewnętrzne: mobilizacje uciskowe kości łonowych, wejście do pochwy - zewnętrznie	Zajęcia	Bogumiła Dampc	18-11-2026	12:45	14:15	01:30
20 z 23 -	Przerwa	-	18-11-2026	14:15	14:30	00:15
21 z 23 Zaburzenia statyki narządów miednicy mniejszej	Zajęcia	Bogumiła Dampc	18-11-2026	14:30	15:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
22 z 23 -	Walidacja	-	18-11-2026	15:00	15:45	00:45
23 z 23 Podsumowanie kursu, rozdanie dyplomów	Zajęcia	Bogumiła Dampc	18-11-2026	15:45	16:00	00:15

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	24:00
w tym suma godzin zajęć	19:30
w tym suma godzin walidacji	00:45
w tym suma przerw	03:45
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	27:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 300,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	137,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	137,50 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
---------------	---------------

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Bogumiła Dampc

dr n. o zdr. - Akademia Medyczna w Poznaniu - rok ukończenia 2020
mgr fizjoterapii – Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu- fizjoterapia - rok ukończenia 2007
Fizjoterapeuta – numer prawa wykonywania zawodu: 16943
Terapeuta Manualny z IV° kompetencji TMR Nauczyciel Dyplomowany Terapii Manualnej Rakowskiego – nr certyfikatu 4/2016 - Polskie Towarzystwo Terapii Manualnej Holistycznej.
Aktynie uczestniczy w szkoleniach, kursach, konferencjach i spotkaniach naukowych z zakresu fizjoterapii i Terapii Manualnej. W ciągu ostatnich 5 lat przeszkoliła ponad 300 kursantów z Terapii Manualnej Rakowskiego i Terapii Dna Miednicy.
Odbyte kurs w ciągu ostatnich 5 lat:

- Integracyjna terapia blizn – K. Młotek – 2025
- Radiologia stawów obwodowych - M. Rżany - 2025
- Pessaroterapia „Hands-On” – J. Kociszewski – 2024
- ABC Uroinekologii „Hands-On” – J. Kociszewski – 2024
- Fizjoterapia zaburzeń dna miednicy metodą Koszli – 2024
- Szkoła Focusingu – kurs podstawowy na 4 poziomach kształcący umiejętności Focusingu Relacji Wewnętrznych – 2023/2024
- Pelvic Floor Sonofeedback Therapy – Ultrasonografia w fizjoterapii zaburzeń dna miednicy – Urosilesia Akademia – 2023
- Fizjoterapia u Urologii i Uroonkologii Mężczyzn – Urosilesia Akademia – 2023
- Fizjoterapia u Uroinekologii Interdyscyplinarnie – Urosilesia Akademia – 2022
- „To ma sens” – szkolenie z psychoterapii dla fizjoterapeutów – Polski Instytut Ericksonowski – 2021
- Wielkopolska Szkoła Akupunktury – 2020-2021

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy kursu otrzymują skrypt, patyczek do mobilizacji uciskowych, piłeczkę do mobilizacji uciskowych, długopis oraz identyfikator.

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://ctmrakowski.pl/rejestracja-internetowa/>

W formularzu należy koniecznie zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany z środków BUR.

Rejestracja na kurs jest tożsama z akceptacją regulaminu kursów i szkoleń Instytutu Rakowskiego, opublikowanym pod adresem: <https://ctmrakowski.pl/dla-specjalistow/regulamin-kursow.html>

Dokumenty:

Każdy absolwent otrzymuje **Dyplom ukończenia kursu**

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienie z VAT: pozostałe zwolnienia przedmiotowe art. 43 ust. 1 pkt. 26 lit a ustawy o VAT.

Adres

ul. Leśna 1
62-080 Sierosław
woj. wielkopolskie

Zajęcia odbywają się w siedzibie Instytutu Rakowskiego, w budynku Centrum Terapii Manualnej w Sierosławiu.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Parking, hotel i restauracja w pobliżu

Kontakt



Katarzyna Polańska-Bebejewska

E-mail instytut@ctmrakowski.pl

Telefon (+48) 618 147 900