



Techniki Harmoniczne

Mobilizacje tkanek i stawów w oparciu
o wyniki badań naukowych.

Instruktorzy

prof. Eyal Lederman PhD,DO

Koordynacja

Karol Szapel, MSc,PT,MT

tel.: (+48) 796 908 108

e-mail: info@oftc.pl

web: www.oftc.pl

Terminy

Moduł	Termin	Miejsce	Instruktor
Grupa 2 (HT-2)	21-23 Wrzesień 2012	Warszawskie Centrum Edukacji Medycznej ul.Serwituty 25 02-233 Warszawa	prof. Eyal Lederman

Płatności

Ceny zawierają podatek VAT 23%.

Oferta	Płatność	Kwota	Termin płatności	Wpłata tytułem
Oferta specjalna 1600 zł	Wpisowe	300 zł	w 7 dni od zgłoszenia	HT-4 imię,nazwisko
	Dopłata	1300 zł	21 czerwiec 2012 r.	HT-4 imię,nazwisko
Oferta normalna 1800 zł	Wpisowe	300 zł	w 7 dni od zgłoszenia	HT-4 imię,nazwisko
	Dopłata	1500 zł	07 wrzesień 2012 r.	HT-4 imię,nazwisko

Zgłoszenie

Prosimy wypełnić formularz zgłoszeniowy

Formularz dostępny jest on-line na stronie szkolenia w zakładce „Terminy / Cennik / Zgłoszenia”.

Cele

Jest to bardzo praktyczne szkolenie przedstawiające wyjątkową metodę mobilizacji tkanek miękkich i stawów. Uczestnicy poznają podstawy teoretyczne i praktyczne technik harmonicznych oraz zasady dobierania rodzaju technik w zależności od stanu pacjenta.

Po ukończeniu szkolenia uczestnik będzie znał wszystkie rodzaje technik harmonicznych (ruchu oscylacyjnego, pompażu i rozciągania) oraz będzie potrafił właściwie dobrać parametry zabiegu pod względem neurofizjologicznych potrzeb tkanki poddawanej leczeniu.

Po ukończeniu szkolenia uczestnik będzie:

- ✓ rozumiał procesy biomechaniczne, fizjologiczne i neurologiczne powiązane z technikami harmonicznymi
- ✓ rozumiał wpływ technik harmonicznych na procesy gojenia się tkanek, dynamikę płynów oraz mechanizmy adaptacji
- ✓ rozumiał wpływ neurologiczny (przeciwbólowy) i psychologiczny technik harmonicznych
- ✓ umiał prawidłowo i skutecznie wykonywać techniki harmoniczne
- ✓ umiał rozpoznawać stany, w których ruch pasywny będzie wysoce skuteczny
- ✓ umiał wykorzystać techniki harmoniczne w często spotykanych chorobach i dysfunkcjach

Program

Struktura

Szkolenie trwa 3 dni i zawiera 26 godzin dydaktycznych. Podczas szkolenia około 30% czasu poświęcone jest zagadnieniom i wykładom teoretycznym, natomiast 70% czasu to zajęcia praktyczne.

Harmonogram

Dzień 1-2	Opis	Czas	Sala
09:00 - 10:45	Sesja szkoleniowa	105 min	SALA B
10:45 - 11:00	Przerwa kawowa	15 min	SALA B
11:00 - 12:45	Sesja szkoleniowa	105 min	SALA B
12:45 - 13:45	Lunch	60 min	
13:45 - 15:30	Sesja szkoleniowa	105 min	SALA B
15:30 - 15:45	Przerwa kawowa	15 min	SALA B
15:45 - 17:30	Sesja szkoleniowa	105 min	SALA B

Dzień 3	Opis	Czas	Sala
09:00 - 10:45	Sesja szkoleniowa	105 min	SALA B
10:45 - 11:00	Przerwa kawowa	15 min	SALA B
11:00 - 12:45	Sesja szkoleniowa	105 min	SALA B
12:45 - 13:15	Brunch	30 min	
13:15 - 15:00	Sesja szkoleniowa / Zakończenie	105 min	SALA B

Program Teoretyczny

- ✓ Podstawy ruchu harmonicznego pod kątem mechanicznym i fizykalnym
- ✓ Modele ruchu harmonicznego u ludzi
- ✓ Neurofizjologia technik harmoniczných
- ✓ Techniki harmoniczne, a wspomaganie procesów gojenia się tkanek
- ✓ Techniki harmoniczne a dynamika płynów (krwi, limfy)
- ✓ Techniki harmoniczne w kontekście chorób stawowych
- ✓ Techniki harmoniczne w kontekście rozciągania tkanek
- ✓ Psychiczny i psychofizjologiczny wpływ technik harmoniczných
- ✓ Efekt przeciwbólowy w wyniku stosowania technik harmoniczných

Program Praktyczny

Podczas szkolenia każdy rodzaj techniki zostanie szczegółowo omówiony pod względem zastosowania oraz wykonania. Przedstawione zostaną techniki harmoniczne w różnych pozycjach wyjściowych pacjenta dla:

- ✓ kręgosłupa lędźwiowego
- ✓ obręczy miednicznej
- ✓ kręgosłupa piersiowego
- ✓ kręgosłupa szyjnego
- ✓ stawu ramiennego i kompleksu łopatkowo-piersiowego
- ✓ stawu łokciowego
- ✓ stawu biodrowego
- ✓ stawu kolanowego

Organizacja

Uczestnicy

Szkolenie skierowane jest do fizjoterapeutów, terapeutów manualnych, osteopatów (DO) i chiropraktyków (DC), a także studentów wymienionych specjalności.

Przygotowanie

Przed szkoleniem warto powtórzyć zagadnienia z zakresu anatomii strukturalnej oraz fizjologii układu limfatycznego i procesów gojenia się tkanek.

prof. Eyal Lederman PhD,DO

Prof. Eyal Lederman praktykuje osteopatię od ponad 20 lat. Uzyskał stopień doktorski (PhD) w zakresie fizjoterapii w King's College, gdzie prowadził badania nad neurofizjologią terapii manualnej. Ma także bardzo duży wkład w rozwój i ostatnie osiągnięcia badawcze technik harmonicznych, będąc obecnie ich głównym promotorem i badaczem. Prof. Lederman zaangażowany jest w badania nad fizjologicznym wpływem terapii manualnej oraz rozwój Reedukacji Nerwowo-Mięśniowej (Neuromuscular Re-abilitation). Wykłada podstawy naukowe terapii manualnej w wielu szkołach fizjoterapii w Wielkiej Brytanii oraz międzynarodowo, będąc także senior-wykładowcą w British School of Osteopathy (BSO). Jest autorem wielu artykułów oraz publikacji książkowych, m.in.: "Harmonic Technique", "The Science and Practice of Manual Therapy" oraz "Neuromuscular Rehabilitation in Manual and Physical Therapies".

Czym są techniki harmoniczne?

Technika Harmoniczna (ang.: „Harmonic Technique“) charakteryzuje się płynnym, rytmicznym ruchem biernym, aplikowanym w różnych okolicach ciała. Techniki te wykorzystuje się w celu wspomaganie i kierowania procesami gojenia - są delikatną, niebolesną i nietraumatyzującą formą mobilizacji.

Techniki harmoniczne mają swoje początki głównie w osteopatii brytyjskiej. Wielu znanych osteopatów, jak Littlejohn, Wernham, Hartman, a także sam Still wykorzystywało w swojej praktyce techniki rytmiczne i oscylacyjne. Prof. Lederman był z pewnością jednym z pierwszych, którzy przedstawili mechanizmy neurofizjologiczne oraz uzasadnili wykorzystywanie technik harmonicznych (HT). Zrozumienie wpływu HT na tkanki opiera się w głównej mierze na teoriach ruchu harmonicznego w odniesieniu do fizyki i reakcji tkankowych.

Odształcona tkanka powraca zazwyczaj do swojego pierwotnego kształtu i długości tak długo, jak zachowuje nagromadzoną w sobie energię. Jednak powtarzające się urazy, przeciążenia mogą spowodować zwiększenie produkcji fibryny w celu wzmocnienia pierwotnej tkanki. Zwiększone obciążenia prowadzą do uruchamiania mechanizmów zwiększających wytrzymałość tkanki, co może prowadzić do niechcianych kompensacji, ograniczających swobodę stawu. Podobne mechanizmy mają miejsce w przypadku wzmożonych procesów gojenia się tkanki, które mogą prowadzić do restrykcji nie tylko stawu, lecz także naczyń krwionośnych, limfatycznych i nerwów.

W przypadku, gdy planujemy przywrócić właściwą swobodę ruchu, musimy zastanowić się czym jest "normalna ruchomość". W naturalnym ruchu, rytmiczność jest kluczowym aspektem na wielu poziomach. Powtórzenia kumulują energię w tkankach elastycznych, która zostanie wykorzystana do kolejnego cyklu. Każda tkanka, czy narząd kumulują energię, która na nie wpływa lub przez nie przechodzi, a następnie rytmicznie ją uwalnia. Jedną z najlepiej obrazujących to czynności jest chód - jego naprzemiennosc, oscylacja i rytm. Każda tkanka posiada ujemną rezonancję, która pozwala na swobodny przepływ energii kinetycznej, a ta wpływa na procesy życiowe samych komórek. Technika harmoniczna ukierunkowana jest na przywrócenie naturalnej rezonancji tkanki, dzięki czemu przywracamy wiele innych, kluczowych dla organizmu funkcji życiowych.

W szeroko rozumianej terapii manualnej, koncepcja "harmoniczna" w celu wywołowania cyklicznego ruchu różnych regionów ciała opisana została jako coś innego niż mobilizacje rytmiczne. Techniki harmoniczne to zabiegi wywołujące określoną rezonancję w obrębie tkanek. Najistotniejszym elementem w trakcie wykonywania tych technik jest "dostrojenie" się terapeuty do wewnętrznej częstotliwości drgań / wibracji / oscylacji leczonego regionu ciała. Badania Waugh i wsp. (Journal of Osteopathic Medicine, 2007) roku wskazują, że poprawnie wykonana technika, niezależnie od terapeuty, u danego pacjenta zawsze będzie miała tę samą częstotliwość i amplitudę. Badania udowodniły, że wartości te uzależnione są od dokładnego "wysłuchania się i dostrojenia" do objętych zabiegami tkanek pacjenta.

Techniki harmoniczne wspomagają procesy gojenia się tkanek

Mobilizacje harmoniczne są technikami stymulującymi, których głównym zadaniem jest wywołanie globalnych efektów fizjologicznych, neurofizjologicznych i psychologicznych.

Efektywność technik harmonicznych w świetle neurofizjologii

Wiele metod terapii manualnej wykorzystuje ukierunkowane mobilizacje stawów, terapię wybranych struktur mięśniowych, powięziowych i nerwowych. Mobilizacje harmoniczne są technikami globalnymi. Nie oznacza to, że są technikami stosowanymi "na ślepo", lecz technikami których zadaniem jest wywołanie korzystnych efektów fizjologicznych - globalnie. Oscylacja harmoniczna przyczynia się do stymulowania danej okolicy ciała pod kątem mechanicznym. Głównym pytaniem, jakie należy sobie zadać jest - w jaki sposób dany bodziec mechaniczny wpływa na strukturę i funkcję danej tkanki? Międzydiscyplinarne badania prowadzone między innymi przez dr Donalda Ingbera z Harvard Medical School (Ingber Lab) dowodzą, iż komórki nie tylko mogą rejestrować bodźce mechaniczne, lecz także poprzez swój cytoszkielet, przekształcają określone bodźce mechaniczne na sygnały biochemiczne, które następnie regulują ich pracę, w tym także produkowane białka. Proces transformacji informacji mechanicznej na chemiczną nazywany jest mechanotransdukcją i występuje we wszystkich typach komórek ludzkiego organizmu.

Olbrzymia liczba badań naukowych jednogłośnie popiera korzystny wpływ ciągłego ruchu biernego. Zasadę tą wykorzystują między innymi szyny CPM. Jednak mobilizacje harmoniczne mają tą przewagę, iż stymulują tkankę z charakterystyczną dla wybranej okolicy częstotliwością - właśnie ten element jest unikalny, gdyż na razie tylko terapeuta poprzez odpowiednie wytrenowanie, potrafi wprowadzić ciało pacjenta w ruch harmoniczny. Mobilizacja jest globalna, oznacza to, że podczas aplikacji poruszane jest wiele tkanek i stawów. Celem mobilizacji harmonicznej jest pobudzanie naturalnie występujących procesów fizjologicznych, w tym procesów gojenia się i adaptacji tkanki.

Poziomy oddziaływania technik harmonicznych

Lokalna organizacja tkanki

- ✓ Stymulacja naturalnych procesów naprawczych tkanek
- ✓ Stymulacja właściwej przebudowy i adaptacji tkanki pod względem mechanicznym i strukturalnym
- ✓ Pobudzenie dynamiki płynów (krążenia krwi, limfy, płynu międzykomórkowego i stawowego)

Organizacja neurologiczna

- ✓ Optymalizacja pobudzenia proprioceptywnego
- ✓ Bramkowanie bólu

Organizacja psycho-fizjologiczna

- ✓ Uogólniona normalizacja napięcia mięśniowego
- ✓ Normalizacja procesów autonomicznych
- ✓ Normalizacja percepcji i tolerancji bólowej
- ✓ Wspomaganie auto-integracji ruchowej - poznawanie ciała
- ✓ Stymulacja odpowiedzi relaksacji psychicznej

Rytmiczny ruch bierny, jako esencja technik harmonicznych

- ✓ Ruch bierny jest jedynym fizykalnym oddziaływaniem biernym, które wg olbrzymiej liczby badań naukowych optymalizuje gojenie się tkanek (przeгляд Cochrane 2003).
- ✓ Rytmiczna, przerywana kompresja jest najefektywniejszym sposobem zwiększenia przepływu płynów ustrojowych.
- ✓ Rytmiczny stretching jest bardziej efektywny w rozciąganiu tkanki niż stretching pasywny.
- ✓ Rytmiczny ruch pasywny wywołuje proces bramkowania bólu.

Rodzaje technik harmonicznych

Wyróżnia się 3 podstawowe rodzaje technik harmonicznych: harmoniczny ruch bierny, harmoniczny pompaż oraz harmoniczny stretching.

Harmoniczny Ruch Bierny

Technika polega na utrzymywaniu harmonicznej oscylacji danej okolicy ciała w funkcji czasu. Technika może być stosowana w stanach ostrych (także fazy odpowiedzi zapalnej), jak i chronicznych.

Harmoniczna Kompresja (Pompaż)

Technika polega na połączeniu harmonicznego ruchu oscylacyjnego z przerywaną i modulowaną kompresją danej okolicy ciała. Jej głównym celem jest pobudzenie krążenia płynu międzykomórkowego, płynu stawowego oraz drenażu układu limfatycznego.

Harmoniczny Stretching

Technika polega na połączeniu harmonicznego ruchu oscylacyjnego ze stretchingiem danej okolicy / struktury ciała o różnej intensywności i kierunku. Jej głównym celem jest pobudzenie krążenia płynu międzykomórkowego, płynu stawowego oraz drenażu układu limfatycznego oraz stymulowanie tkanki do przebudowy i adaptacji. Przykładana siła ukierunkowuje powstające wiązania i włókna kolagenowe do orientacji w porządanym kierunku.

Opracowania zagadnień:

Karol Szapel MSc,PT,MT

OFC Terapia Manualna, Warszawa 2012

Regulamin Szkolenia

Zgłoszenie uczestnictwa

- ✓ Zgłoszeniem udziału w szkoleniu jest wypełnienie i wysłanie elektronicznego formularza zgłoszeniowego, dostępnego na stronie wybranego szkolenia oraz wpłata kwoty wpisowego.
- ✓ Osoba zostanie wpisana na listę uczestników z dniem zaksięgowania wpłaty wpisowej na rachunku bankowym organizatora.
- ✓ W przypadku braku wpłaty w terminie 7 dni od wysłania formularza - zgłoszenie ulega automatycznej anulacji (osoba nie zostaje wpisana na listę uczestników).
- ✓ Osoba wysyłając zgłoszenie zgadza się z warunkami finansowymi oraz regulaminem szkolenia.
- ✓ Organizator w terminie 7 dni od daty wpłynięcia środków na jego rachunek bankowy wystawia fakturę VAT na dane otrzymane w formularzu.

Obowiązki i prawa organizatora

- ✓ Organizator szkolenia zobowiązuje się do zapewnienia sali szkoleniowej, stołów terapeutycznych, materiałów pomocniczych, skryptów szkoleniowych w języku polskim oraz tłumaczenia szkolenia na język polski.
- ✓ Opłata za szkolenie nie obejmuje transportu, zakwaterowania i obiadów.
- ✓ Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania szkolenia z jednoczesnym pełnym zwrotem wpłaconych środków.
- ✓ Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany terminu szkolenia/modułu w wyjątkowych okolicznościach.
- ✓ Organizator oświadcza, iż przekazane mu dane osobowe stanowią poufną informację OFC Terapia Manualna s.c. i nie zostaną one przekazane osobom trzecim.

Rezygnacja

- ✓ Rezygnację ze szkolenia należy przesłać drogą poczty elektronicznej (e-mail) lub pisemnej, podając imię, nazwisko, nazwę i grupę szkolenia na adres: info@oftc.pl
- ✓ Datą rezygnacji jest termin otrzymania wiadomości e-mailowej przez organizatora lub termin nadania listu poleconego.
- ✓ Rezygnacja zostanie potwierdzona przez organizatora drogą poczty elektronicznej w czasie 7 dni od jej otrzymania.
- ✓ Opłata wpisowa nie podlega zwrotowi ani przesunięciu na inne szkolenie, niezależnie od okoliczności.
- ✓ Brak wpłaty w wyznaczonym terminie powoduje wykreślenie osoby z listy uczestników.
- ✓ Rezygnacja złożona na więcej niż 8 tygodni przed terminem rozpoczęcia szkolenia jest równoznaczna ze zwrotem 100% wpłaconych środków (bez wpisowego).
- ✓ Rezygnacja złożona pomiędzy 8-4 tygodniem przed terminem rozpoczęcia szkolenia jest równoznaczna ze zwrotem 50% wpłaconych środków (bez wpisowego).
- ✓ Rezygnacja złożona później niż 4 tygodnie przed terminem rozpoczęcia szkolenia jest równoznaczna z utratą 100% wpłaconych środków.
- ✓ Rezygnacja w trakcie szkolenia (także pomiędzy modułami) oznacza utratę 100% wpłaconych środków.
- ✓ Obecność na zajęciach jest obowiązkowa. Organizator informuje, iż nie ma obowiązku umożliwienia uczestnikowi odrobienia nieobecności w innym terminie (z inną grupą).