

Program

1. deň Piatok

8:30 – 9:00 prezentácia účastníkov/ registrácia

9:00 – 18:00 Teoreticko praktická časť kurzu

9:00 – 11:00 Zahájenie kurzu. Základné funkcie svalov PD. Základné neurologické vyšetrenie vo vzťahu k dysfunkcii PD (teória i prax). Diskusia

11:00-11:15 Prestávka

11:15-13:15 Základné typy funkčne podmieneného svalového hypertonusu (SHT) – diagnostika a terapia. Svaly PD vo vzťahu k limbickému systému (SHT1-Schultzov autogénny tréning, progresívna svalová relaxácia podľa Jacobsona, využitie poznatkov neurovied v stimulácii CNS, meditácia). Diskusia.

13:15-14:15 Obed

14:15 – 16:15 Palpačné vyšetrenie panvového pletenca vo vzťahu k dysfunkcii PD. Diferenciálna diagnostika primárneho kostrčového syndrómu. Diskusia.

16:15-16:30 Prestávka

16:30-18:00 klinické kolokvium - demonštrácia vyšetrenia a ošetrenia PD na reálnom pacientovi.

2. deň Sobota

9:00 – 18:00 Teoreticko praktická časť kurzu

9:00 – 13:00 Praktické skúsenosti pri vyšetrení a terapii svalov PD per rectum vs per vaginam. Podstata vyšetrenia a ošetrenia PD per rectum podľa Mojžíšovej. Využitie metódy Mojžíšovej v liečbe dysfunkcie PD (informatívne). Diskusia.

13:00 – 14:00 Obed

14:00 – 16:00 Význam enterického neuronálneho systému (ENS) v biosystéme človeka. Viscero-vertebrálne a vertebro-viscerálne vzťahy v spojitosti s PD. Súčasný pohľad na interocepciu. Vyšetrenie a ošetrenie mäkkých tkanív v oblasti panvy z pohľadu lyfoterapeuta. (vzťah k dysfunkcii PD). Význam cirkulácie krvi a lymfy v terapii PD. Prezentácia Gracilis sy. Lymfatické dýchanie (brušný a panvový sektor). zjazvené tkanivo ako "rušička" biologického signálu vo vzťahu k dysfunkcii PD (iba stručné podanie s pozvánkou na kurz o ošetrení jaziev). Diskusia.

Pozn: V tomto kurze je problematika lymfatického systému a zjazveného tkaniva z časových dôvodov vyhradený priestor len pre podanie základných informácií. Lektorka sa tejto téme hlbšie venuje v kurzu o ošetrení jaziev (vrátane praktického nácviku kompletného lymfatického dýchania).

16:00-16:15 Prestávka

16:15 – 18:00 vyšetrenie pohybového aparátu vo vzťahu k dysfunkcii PD (nález PD, SHT 2, 3, 4, 5). Cvičenie podľa základných troch osí pohybu s využitím poznatkov vývojovej kineziológie/aplikovanie neurofyziológie. Diskusia.

3. deň Nedel'a

9:00 – 16:00 Teoreticko-praktická časť kurzu

9:00 – 11:00 Vzťah posturálnej kontroly a svalov PD. Diastáza mm. recti abdominis (etiopatogenéza, diagnostika, terapia). Využitie PNF v liečbe PD. Posilňovanie svalov PD v súhre so svalmi dolných končatín a osového aparátu. Vplyv Barefoot obuvi na osový aparát. Diskusia.

11:00 – 11:15 Prestávka

11:15 – 13:00 PD v klinickej praxi:

- Descenzus a prolaps panvových orgánov
- Inkontinencia moču
- Pooperačná retencia moču
- Sexuálne dysfunkcie
- Psychogénne poruchy mikcie
- Svaly PD a defekácia
- Využitie popôrodného/rektálneho vankúša
- Využitie tehotenského vankúša
- Využitie aniballu

Diskusia.

13:00 – 13:30 Prestávka

13:30 – 15:00 Biosystém človeka z pohľadu biokybernetiky. Vyšetrenie bioenergetického systému človeka vo vzťahu k dysfunkcii PD. PD v homosystéme nohy. Reflexná zónová terapia nohy v súvislosti s liečbou PD. Diskusia

15:00 - 15:15 Prestávka

15:15 - 16:00 Komplexný pohľad na liečbu PD – zhrnutie. Ukončenie kurzu.

Na kurz si so sebou prineste:

– pohodlné oblečenie, prezuvky, 2 ks vlastné sterilné rukavice