

Kurs

## **KONCEPCJA TERAPII MANUALNEJ WG PLAATSMANA I ETAP**

[www.plaatsman-concept.com](http://www.plaatsman-concept.com)

---

Prowadzący: **Ger Plaatsman MMT, MASc, PT, BSc.**

**Kurs jest otwarty dla fizjoterapeutów i lekarzy**

---

### **Informacje dla uczestnika oraz program kursu**

Ostatnie badania naukowe wykazały, że nie istnieje metoda terapii manualnej która sama w sobie wyleczyłaby dolegliwości wszystkich pacjentów, dlatego terapeuci powinni nie tylko znać różne metody leczenia, lecz także wiedzieć w jaki sposób wybrać najlepszą z nich dla danego pacjenta a w szczególności czym uzasadnić podjętą decyzję.

Koncepcja terapii manualnej wg Plaatsmana jest właśnie takim eklektycznym podejściem do terapii manualnej; syntezą pomysłów licznych autorów i badaczy w zakresie terapii manualnej. Znaczną część programu kursu stanowi kliniczny proces podejmowania decyzji, tzw. kliniczne rozumowanie, czyli w jaki sposób na podstawie wyników badania podmiotowego i przedmiotowego, wybrać odpowiednią metodę leczenia pacjenta.

Kurs Plaatsmana obejmuje znanie obecnie metody leczenia i jednym z celów kursu jest udostępnienie uczestnikowi solidnej bazy do dalszej nauki.

Koncepcja terapii manualnej wg Plaatsmana różni się od innych metod ponieważ:

- To pierwszy kurs terapii manualnej w Polsce obejmujący metody oparte na zasadzie Evidence Base Medicine. Część teoretyczna oraz praktyczna kursu obejmuje wyłącznie metody udowodnione podczas ostatnich badań naukowych.
- To kurs specjalistyczny, który kładzie nacisk na diagnozę i leczenie zarówno przyczyn zaburzeń mechanicznych, jak i symptomów występujących w układach motorycznym, nerwowym i neuromięśniowym.
- Oferuje uczestnikom kliniczne, holistyczne podejście do każdego pacjenta w sposób indywidualny.

### **Informacje o instruktorsze prowadzącym kurs:**

Ger Plaatsman MMT, MASc, PT, BSc, ur. w 1960 r. w Holandii.

Po ukończeniu studiów Fizjoterapii na Akademii w Amsterdamie, Ger Plaatsman rozpoczął specjalizację w fizjoterapii sportowej. Interesował się przede wszystkim analizą kontuzji sportowych, co doprowadziło Go do specjalizacji w terapii manualnej. Ger Plaatsman ukończył wiele różnych kursów terapii manualnej, w tym: kurs metody Maitlanda, Cyriaxa, McKenziego i Mulligana. Ukończył również międzynarodowe studium terapii manualnej (metody udowodnione naukowo) na SOMT w Holandii oraz na Uniwersytecie Brukselskim z certyfikacją IFOMT, uzyskując pierwszy w Holandii stopień Magistra Terapii Manualnej.

W 1989 r. Ger Plaatsman rozpoczął kursy terapii manualnej, zorganizowane dla Niemieckiego Stowarzyszenia Fizjoterapii (ZAK). W 1994 r. na zaproszenie katowickiego oddziału

Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii, Ger Plaatsman rozpoczął analogiczne kursy w Polsce, w wyniku czego opracowana została, oparta na dowodach naukowych, koncepcja terapii manualnej wg Plaatsmana. Od 1994 r. ponad tysiąc polskich fizjoterapeutów i lekarzy uczestniczyło w jednym lub wielu jego kursach.

Ger Plaatsman jest nauczycielem prowadzącym kurs; który odbywa się bez udziału asystentów. Zajęcia prowadzone są w języku niemieckim z tłumaczeniem prof. dr hab. Edwarda Saulicza z AWF Katowice. Kurs został uznany przez Polskie Towarzystwo Fizjoterapii.

**Celem kursów Plaatsmana jest przekazanie fizjoterapeutom wiedzy na temat:**

- podstaw terapii manualnej
- badania pacjenta
- rozpoznania mechanicznych zaburzeń kręgosłupa, kończyn oraz obwodowego układu nerwowego
- wykonania funkcjonalnej diagnozy dla potrzeb terapii manualnej
- zaplanowania, wykonania oraz oceny procesu leczenia terapią manualną
- podejmowania klinicznych decyzji, za pomocą reguł opartych na dowodach naukowych
- technik mobilizacji manualnej, specyficznych technik terapii manualnej, manipulacji stawów oraz torebki stawowej, technik neuromobilizacyjnych oraz technik stabilizacji. Techniki te dotyczą kręgosłupa, kończyn, stawu żuchwowo-skroniowego oraz obwodowego układu nerwowego.

**Ogólne informacje o kursie: część pierwsza : „Kończyny”**

**Poruszane zagadnienia:**

- teoria terapii manualnej
- anatomia, anatomia funkcjonalna, anatomia in vivo obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
- badanie i diagnoza
- techniki mobilizacji, mobilizacja ruchem z użyciem techniki Mulligana

**Program kursu „Kończyny”**

**Część teoretyczna:**

- wyjaśnienie koncepcji
- artrokinematyka
  - dodatkowe ruchy powierzchni stawów
  - strefa neutralna, elastyczna i plastikowa
  - zasada wklęsło-wypukła, zakres toczenia i ślizgu
  - czucie końca ruchu w stawie
- funkcjonalne patologie stawów i mięśni. Mechaniczne dysfunkcje i zaburzenia
  - stretching i napinanie mięśni
  - teoria zablokowania stawów obwodowych
  - analiza urazu
- podstawy neurofizjologii
  - receptory stawów, mięśni i ścięgien wg Wyke propriocepcja
  - hamowanie bólu ruchem, bramowa teoria kontroli bólu (Gate Control)
  - nocisensoryczno- somatomotoryczny efekt hamowania (A. Brügger), jego znaczenie w przypadku zaburzeń mechanicznych
  - wpływ na ortosympatyczny układ nerwowy, odruchy obronne
  - ból promieniujący i pseudo-promieniujący , dermatomy, odruchy i mięśnie wskaźnikowe
- badanie subiektywne
  - „body chart” i jego interpretacja
  - anamneza i historia choroby
  - interpretacja badania subiektywnego

- kliniczne grupy pacjentów: stan ostry, podostry, chroniczny
- planowanie badania obiektywnego
  - pomiary obiektywne
  - zróżnicowana diagnoza struktur aktywnych i pasywnych
  - interpretacja badania obiektywnego
- formułowanie diagnozy
- strategia leczenia, proces podejmowania decyzji klinicznej
- teoria mobilizacyjnych technik terapii manualnej stawów oraz torebek stawowych.
- Wskazania oraz przeciwwskazania teoria mobilizacji ruchem wg Mulligana
- obręcz barkowa, łokieć, dłoń i nadgarstek, staw biodrowy, kolano, stopa i staw skokowy
  - anatomia:
    - anatomia stawu, torebki stawowej i więzadeł
    - lokalne mięśnie stabilizujące
    - globalne mięśnie stabilizujące i ruchowe
  - anatomia funkcjonalna
    - analiza ruchu, koordynacja ruchowa
  - artro- i osteokinematyka
    - ruchy dodatkowe
    - zakres toczenia i ślizgu
    - ruchy fizjologiczne
  - kinezylogia i biomechanika funkcjonalna
- analiza najczęściej występujących urazów obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
- wskazówki do diagnozy i leczenia kończyn

#### **Część praktyczna:**

- anatomia in vivo obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
- techniki palpacyjne
- subiektywne i obiektywne badanie obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
- badanie dodatkowych ruchów obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
- manualna mobilizacja dodatkowych ruchów obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego we wszystkich fizjologicznych kierunkach
- techniki rozciągające torebki stawowe i mięśnie obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
- techniki mobilizacyjne „toczenia-ślizgu” powierzchni stawów obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego we wszystkich fizjologicznych kierunkach
- przeprowadzanie badania i interpretacja patologii łokcia tenisisty wg koncepcji Plaatsmana
- techniki głębokiego masażu poprzecznego wg Cyriaxa. Masaż okostnej, ścięgien, przyczepów, więzadeł i mięśni obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
  - wskazania i przeciwwskazania
  - strategia
- ćwiczenia terapeutyczne dla stabilizacji stawu obwodowego
- mobilizacja ruchem (Mulligan) stawu ramiennego, stawu łokciowego, stawów nadgarstka i palców, stawu biodrowego, kolana i stawu skokowego

---

**Po ukończeniu pierwszej części kursu, uczestnik posiada następujące umiejętności:**

- potrafi wykonać badanie subiektywne i obiektywne obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
- potrafi rozpoznać najczęściej występujące zaburzenia mechaniczne i dysfunkcje obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
- potrafi przeprowadzić analizę najczęściej występujących urazów obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
- potrafi dokonać rzeczywistej diagnozy terapii manualnej oraz zaplanować leczenie pacjenta z wyznaczeniem krótko- i długofalowych celów
- potrafi opracować strategię leczenia, na podstawie teorii opartej na dowodach naukowych
- potrafi wykonać mobilizację, mobilizację techniką „toczenia i ślizgu”, ćwiczenia stabilizujące, zastosować techniki rozciągania torebki stawowej oraz techniki dogłębnego masażu poprzecznego obręczy barkowej, łokcia, dłoni i nadgarstka, stawu biodrowego, kolana, stopy i stawu skokowego
- potrafi dokonać analizy rezultatów wybranych technik terapeutycznych oraz zaplanować dalszą terapię
- wie jakie są wskazania i przeciwwskazania wybranych technik terapii manualnej
- film z instruktażem: „Badanie i terapia kończyn” zakupić można u instruktora.
- Kursy Koncepcji wg Plaatsmana obejmują zaledwie część wiedzy znanej obecnie człowiekowi i powinny być traktowane jako solidna podstawa do dalszej nauki.