Program kursu pt. :

**Koncepcja terapii obrzękowej - drenaż limfatyczny.**

**Prowadzący: dr Agnieszka Kreska-Korus, mgr Teresa Gniewek**

**Moduł I 12.02.2022-15.02.2022**

**Moduł II 17.02.2021-20.02.2021**

**W godzinach:**

Godzinowy plan zajęć dla moduł I:

gr. 1                               gr.2

12.02.2022 - Sobota                  12.02.202 - Sobota

09.00-11.00                           09.00-10.30

11.15-11.30 przerwa                   10.45-11.00  przerwa

11.30-13.30                           11.00-14.00

13.30-14.00 przerwa                   14.00-14.30  przerwa

14.00-16.00                           14.30-16.00

13.02.2022 Niedziela

gr. 1                               gr.2

09.00-11.00                           09.00-10.30

11.15-11.30 przerwa                   10.45-11.00  przerwa

11.30-13.30                           11.00-14.00

13.30-14.00 przerwa                   14.00-14.30  przerwa

14.00-16.00                           14.30-16.00

14.02.2022 Poniedziałek

gr. 1                               gr.2

09.00-11.00                           09.00-10.30

11.15-11.30 przerwa                   10.45-11.00  przerwa

11.30-13.30                           11.00-14.00

13.30-14.00 przerwa                   14.00-14.30  przerwa

14.00-16.00                           14.30-16.00

15.02.2021 Wtorek

gr. 1                               gr.2

09.00-11.00                           09.00-10.30

11.15-11.30 przerwa                   10.45-11.00  przerwa

11.30-13.30                           11.00-14.00

13.30-14.00 przerwa                   14.00-14.30  przerwa

14.00-16.00                           14.30-16.00

Godzinowy plan zajęć dla moduł II:

17.02.2022 Czwartek

gr. 1                               gr.2

09.00-11.00                           09.00-10.30

11.15-11.30 przerwa               10.45-11.00  przerwa

11.30-13.30                           11.00-14.00

13.30-14.00 przerwa                   14.00-14.30  przerwa

14.00-16.00                           14.30-16.00

Grupa 1 Grupa 2

18.02.2022-Piątek 18.02.2022 -Piątek

9.00-11.00 9.00-11.15

11.00-11.15 przerwa 11.15-11.30 przerwa

11.15-13.30 11.30-14.00

13.30-14.00 przerwa 14.00-14.30 przerwa

14.00-16.30 14.30-16.30

19.02.2022-Sobota 19.02.2022 - Sobota

9.00-11.00 9.00-11.15

11.00-11.15 przerwa 11.15-11.30 przerwa

11.15-13.30 11.30-14.00

13.30-14.00 przerwa 14.00-14.30 przerwa

14.00-16.10 14.30-16.00

16.10-16.20 przerwa 16.00-16.10

16.20- 16.55 16.10-16.55

20.02.2022-Niedziela 20.02.2022 - Niedziela

9.00-11.15 9.00-11.30

11.15-11.30 przerwa 11.30-11.45 przerwa

11.15-13.00 11.45-13.00

Szczegółowy wykaz zagadnień:

1.Wprowadzenie do kursu. Analiza porównawcza anatomii i fizjologii układu limfatycznego oraz naczyniowego pod kątem terapii przeciw obrzękowej. Ogólna charakterystyka układu limfatycznego ze szczegółową budowy układu naczyń limfatycznych wg podziału Főldiego. Przepuszczalność kapilar krwionośnych, mechanizmy wymiany przezkapilarnej, osmoza i ciśnienie onkotyczne, równowaga Starlinga oraz jej zaburzenia. Powstawanie limfy. Czynniki wewnętrze i zewnętrzne transportu limfy. Kwadranty i działy wodne. Niewydolność układu limfatycznego: dynamiczna, mechaniczna, mieszana, limfangiopatia z wydolnym spływem chłonki.

2.Badanie kliniczne pacjenta pod kątem terapii przeciwobrzękowej: wywiad, badanie fizykalne, badanie palpacyjne, karta badania pacjenta, badania dodatkowe.

3. Obrzęk limfatyczny; pierwotny, wtórny, ostry, przewlekły, jako choroba odosobniona i w przebiegu innych chorób, złośliwy lub łagodny, ze wstecznym przepływem limfy lub bez. Diagnostyka, w tym obrazowa. Lecznicze- znaczenie manualnego drenażu limfatycznego, farmakoterapii, zabiegów operacyjnych, diety. Powikłania w przebiegu obrzęku (róża, zapalenie, skóry i tkanek podskórnych) i ból spowodowany obrzękiem, następstwa nieleczonego obrzęku. Etiologia wtórnego obrzęku limfatycznego.

4. Obrzęk żylny i żylno- limfatyczny. Niewydolność żylna i jej powikłania. Stadia kliniczne wg Wildmera, fizjopatologia wg. Főldiego leczenie oraz zalecenia. Obrzęk tłuszczowy i tłuszczowo- limfatyczny, charakterystyka stadia, leczenie. Okresowy przejściowy obrzęk limfatyczny. Obrzęk w przebiegu arteriopatii. Profilaktyka schorzeń układu naczyniowego i limfatycznego.

5. Działanie biologiczne Manualnego Drenażu Limfatycznego (MDL). Schorzenia, które można leczyć przy MDL. Przeciwskazania względne i bezwzględne do MDL. Schorzenia obniżające efektywność MDL. Schorzenia, które można leczyć MDL. Przeciwskazania względne i bezwzględne do MDL. Schorzenia obniżające efektywność MDL. Zasady dwuetapowego leczenia obrzęku.

6.Techniki Podstawowe MDL. Techniki uzupełniające MDL. Techniki specjalne w leczeniu zwłóknień tkanek. Opracowania MDL wokół owrzodzenia.

7. Zapobieganie zastojom żylnym – korekta miednicy i sylwetki. Techniki terapeutyczne rozluźniające mięśnie „napnij-rozluźnij”. Ocena napięcia powięzi powierzchownej i techniki terapeutyczne zmniejszające napięcie powięzi. Rozluźnianie dolnego i górnego kwadrantu ciała poprzez trakcję, celem zmniejszenia napięcia tkanek i ułatwienie drenażu. Ćwiczenia wzmacniające pompę mięśniową. Ćwiczenia poprawiające wydolność krążeniową.

8. Wstępny drenaż szyi i łopatki.

9. MDL głowy i szyi.

10.MDL klatki piersiowej i piersi

11. MDL. pleców

12. MDL kończyna górna.

13.MDL powierzchownych i głębokich naczyń limfatycznych jamy brzusznej

14. MDL okolicy pośladków i lędźwi.

15. MDL kończyny dolnej.

16. Zapobieganie zastojom krwi, obrzęku i żylaków. Techniki usprawniające pracę przepony i związanych z nią membran. Terapia górnej granicy przepony, leczenie dolnej granicy przepony, technika integrująca dolną i górną granice. Sprężynowanie. Taping przepony.

17. Leczenie obrzęku bandażowaniem. Cechy bandaży kompresyjnych. Działanie biologiczne przeciwobrzękowego bandażowania. Prawo Leplace’a. Wskazania i przeciwwskazania do bandażowania kompresyjnego.

18. Zasady tapingu przeciwobrzękowego. Wskazania i przeciwwskazania.

19. Bandażowanie uciskowe kończy górnej.

20. Bandażowanie uciskowe kończy dolnej.

21.Bandażowanie uciskowe klatki piersiowej.

22. Taiping przeciwobrzękowy kończyny górnej.

23. Taiping przeciwobrzękowy kończyny dolnej.

24. Ćwiczenia przeciw obrzękowe i poprawiające ruchomość kończyny górnej i dolnej. Ćwiczenia wzmacniające pompę mięśniową.

25. Przyczyny niepowodzenia terapii na etapie leczenia przeciwobrzękowego oraz podtrzymującego, wynikające z błędów w postepowaniu terapeutycznym, stanu klinicznego pacjenta oraz trudności we współpracy z pacjentem. Efekty prawidłowo wykonanej terapii. Elastyczna odzież uciskowa.

26. Leczenie nowotworów piersi ze szczególnym uwzględnieniem diagnostyki ( w tym kwestionariusze diagnostyczne) i terapii obrzęku kończyny górnej. Blizny – opracowanie.

27. Diagnostyka różnicowa obrzęku kończyn dolnych.