



RehaThink

KURSU PROGRAMMA

Workshop „Ievads Propioceptīvā Neuromuskulārā facilitācija (PNF)”

6.11.-8.11.2020.

1.DIENA / DAY 1 09:00-18:00

9.00- 13.00 Praktiskā daļa

Ievads / Introduction

PNF filozofija / PNF philosophy

PNF pamata principi / PNF basic principles

Motorā kontrole / Motor control

Motorā mācīšanās / Motor learning

13.00-14.00 Pusdienu pause

14.00-18.00 Praktiskā daļa

Rumpja nozīmība / Trunk importance

Lāpstiņas paterni / Scapula patterns

Darbs grupās- kīniskie gadījumi / Group work - clinical cases

2.DIENA / DAY 2 09:00-18:00

9.00-13.00 Praktiskā daļa

Iegurņa paterni / Pelvic patterns

Lāpstiņas un iegurņa paternu kombinācijas / Scapula and pelvis patterns combinations

Rolling tehnikas / Rolling

13.00-14.00 Pusdienu pause

14.00-18.00 Praktiskās daļas turpinājums

MAT programma – pārvietošanās paterni / MAT program- chosen

ICF Kā novērtēt pacientu un veidot terapijas plānu? / ICF How to assess a patient and build a treatment plan

Gaitas analīze / Gait analysis

Gaitas treniņš un sagatavošanās gaitai sēdus pozīcijā / Preparation for gait in sitting

Darbs grupās- klīniskie gadījumi / Group work - clinical cases

3.DIENA / DAY 3

09:00-14:00 Praktiskā daļa

Augšējo ekstremitāšu paterni / Chosen arm patterns

Apakšējo ekstremitāšu paterni / Chosen leg patterns

Tehnikas / Chosen techniques (coi, rhythm init, stab rev)

PNF tehnikas spasticitātes terapijā / PNF in spasticity /

Grupu darbs- klīniskie gadījumi / Groupwork - clinical cases

Kursu apraksts:

"Ievads Proprioceptīvā Neiromuskulārā fascilitācija " (PNF) ir paredzēts fizioterapeitiem, kas strādā ar neuroloģiskiem un ortopēdiskiem pacientiem, kā arī cita tipa pacientiem. PNF ir viens no zināmākajiem un atzītākajiem ārstēšanas konceptiem, kura pamatā ir neirofizioloģija, motora attīstība, motora mācīšanās un motora kontroles principi. Koncepta pamatā ir specifiskas trīsdimensiju kustības, kas imitē dabiskās kustības un izturēšanos un sekmīgi aktivizē pacienta motorās rezerves. Katra PNF kustība ir vērsta uz funkcionālu mērķi, kā arī uzmanība ir vērsta ārējai facilitācijai (taktīlā, propriocepcija, dzirdes, redzes), kas sekmē kustību. Šāda pieeja nodrošina efektīvu pacienta atveseļošanu un ļauj pacientam sasniegt pēc iespējas augstāku funkcionālā līmeņa līmeni. Kurss iekļauj PNF filozofiju, teorētiskās un praktiskās zināšanas ar klīnisko gadījumu piemēriem, kas palīdz izprast PNF pamata principus un veiksmīgi to integrēt savā terapijā!

Course description:

"Introduction to PNF"(Proprioceptive Neuromuscular Facilitation) is an informative course for physiotherapists working on both neuro and ortho fields. PNF is one of the most recognizable treatment concepts based on neurophysiology, motor development, motor learning and motor control principles. Treatment is based on specific 3-dimensional movements which imitates natural behavior and effectively activates the reserves of a patient. Every PNF intervention is directed towards a functional goal and considers external factors which are necessary to complete the activity. Such approach is very helpful in recovery process and lets the patient reach the highest possible functional level. Course includes philosophy, theoretical and practical knowledge with treatment case examples helpful to understand basic PNF content and start to use it with patients.