

**KINETIC  
CONTROL**

# Modul: učinkovitost koordinacije z namenom optimizacije gibalne preobrazbe v vratu in ramenih

ZDRAVO GIBANJE  
ZA ZDRAVO  
ŽIVLJENJE

DAJTE SEBI  
NAJBOLJŠO  
PREDNOST

GIBAJ SE  
BOLJE -  
NAREDI VEČ

POVRNITE  
KAKOVOST  
VAŠEGA  
ŽIVLJENJA

**20 LET OPTIMIZACIJE ZDRAVEGA GIBANJA**

[www.kineticcontrol.com](http://www.kineticcontrol.com)



## PREDSTAVITEV TEČAJA

Tečaj omogoča zdravstvenemu osebju osvojitve zelo specifične in individualizirane preobrazbe gibanja, v namen uspešne odprave bolečin, patologij in težav v vratu in ramenih posameznega pacienta. Tako na podlagi identifikacije in nadzora nad gibalnimi težavami v vratu in ramenih, podpira zdravstvenemu osebju doseg vseh zastavljenih in želenih ciljev.

Tečaj podaja klinično aplikativni model, ki ga je mogoče izvajati na posamezniku, na podlagi povezave bolečine, patologij in oslabiljene gibalne funkcije v vratu ali ramenih. Zagotavlja tudi pridobitev nabora spretnosti in orodij, za uspešno soočanje z oslabiljenimi gibalnimi mehanizmi, ki vplivajo na paciente. Tečaj Kinetic Control zagotavlja zdravstvenemu osebju sistematičen okvir za soočanje s kompleksnostjo bolečin in disfunkcij v vratu in ramenih.

## PREGLED PROGRAMA

Glavni poudarek tečaja je usposobitev zdravstvenega osebja z uspešno uporabo sistematičnega okvira v namen preobrazbe pacientovega načina gibanja v vratu in ramenih, kar posledično vodi do sprememb v pojavu bolečine, vpliva na izražanje patologij in disfunkcij. Pomemben poudarek je na obravnavi ocene pacienta, ki razkriva primarne gibalne težave, povezane s stopnjo trenutne bolečine ali disfunkcije. Tečaj prispeva k spoznavanju, kako ta proces podpira odločitve zdravnika v nadaljevanju zdravljenja, preden se razvijejo gibalne omejitve.

Klinična vrednost tečaja je v osvetljevanju možnosti spreminjanja temeljnih vzorcev gibanja, preko ocenjevanja in preobrazbe gibanja ter v obvladovanju kompleksne multifaktorske narave bolečin in disfunkcij v vratu in ramenih. V primeru pacientovega slabšanja stanja bolečine ali gibalnih omejitev v vratu/ramenih, ta model zagotavlja način za obravnavo vira bolečine, omejitev prisotnosti in verjetnosti ponovnega pojava le te.



## KLJUČNE PRIDOBITVE

- Razvoj spretnosti za uspešno aplikacijo orodij, pomembnih pri spreminjanju oslabljenih mehanizmov gibanja vratu in ramen.
- Tečaj zagotavlja visoko individualizirano intervencijo preobrazbe gibanja, kar omogoča osebju, da postanejo učinkovitejši in hitrejši pri soočanju s pacientovimi disfunkcijami v vratu in ramenih.
- Razvoj sposobnosti za spreminjanje osnov vzorcev kompleksnega gibanja, povezanega z bolečino v vratu in ramenih.
- Razvoj kliničnega razumevanja in spretnosti pri delu s kompleksnimi bolečinami in disfunkcijami v križu in v predelu bokov, s pomočjo ciljno naravnane preobrazbe gibanja.

## UČNI REZULTATI

Ob koncu tečaja bi moral biti udeleženec sposoben:

- Oceniti, analizirati in obravnavati specifične motnje gibanja.
- Znati na pacientu izvesti ciljno usmerjeno preobrazbo gibanja, v namen spreminjanja mehanizmov povezanih z vratnimi in ramenskimi bolečinami ali disfunkcijami.
- Delovati znotraj strukturiranega kliničnega okvira, v namen zagotavljanja pomoči pacientom pri doseganju njihovih rezultatov.
- Aplicirati praktične intervencije, ki temeljijo na podlagi sodobnih dognanj raziskav ter podpirajo načela ocenjevanja in preobrazbe gibanja.

## IZVLEČEK PROGRAMA

- Raziskuje vrednost ciljno usmerjene preobrazbe gibanja, v povezavi s kompleksno in multifaktorsko problematiko vratu in ramen.
- Identificira specifične motnje gibanja pacientov, ki vplivajo na delovanje in simptomatiko vratu in ramen.
- Predstavlja pomen identifikacije in kontrole preobrazbe gibanja, kot pomembnih dejavnikov izboljšanja kvalitete življenja pacientov.
- Raziskuje povezavo med spremenjeno kvaliteto gibanja, stopnjo bolečine, patologijami in prisotnostjo omejitev v gibanju.



- Vključuje praktične vaje za izboljšanje ocenjevanja gibanja ter strokovnosti v kliničnem okolju.
- Praktično aplicira načela učinkovitosti in variabilnosti koordinacije na ciljne mehanizme, povezane z gibalnimi motnjami.

## URNIK

### 1. DAN

- 09:00 – 09:30 Zakaj je gibanje pomembno
- 09:30 – 10:30 Kako okvare vplivajo na delovanje in simptome vratu in ramen. Povezava med omejitvami in kontrolo gibanja.
- 10:30 – 10:50 Odmor za kavo
- 10:50 – 12:30 Načela testiranja motenj pri kontroli gibanja in oblikovanje klinične diagnoze nenadzorovanega gibanja. Proces testiranja motenj v kontroli gibanja. Klinična predstavitev motenj v kontroli gibanja vratu.
- 12:30 – 13:30 Kosilo
- 13:30 – 15:00 Testiranje motenj gibanja v vratu in vzpostavitev clinical subgrouping.
- 15:00 – 15:20 Čaj
- 15:20 – 17:00 Kontinuirana in ciljno usmerjena preobrazba gibanja

### 2. DAN

- 09:00 – 10:30 Klinična predstavitev motenj kontrole gibanja v ramenskem obroču. Testiranje motenj gibanja v ramenskem obroču in vzpostavitev clinical subgrouping.
- 10:30 – 10:50 Odmor za kavo
- 10:50 – 12:30 Načela preobrazbe kontrole gibanja in ponovne vzpostavitve zdravega gibanja. Kognitivno motorične rešitve kontrole preobrazbe gibanja ramen in vratu.
- 12:30 – 13:30 Kosilo
- 13:30 – 15:00 Praktična izvedba
- 15:00 – 15:20 Čaj
- 15:30 – 16:00/17:00 Združevanje rešitev gibalne preobrazbe z cilji ter prioritetai pacientov.

