

Igłoterapia sucha

Mięśniowo-powięziowych
punktów spustowych

Karol Szapel
MSc PT MT CAFS CDN

Struktura szkolenia	2
Cele i efekty kształcenia	2
Zagadnienia teoretyczne	3
Zagadnienia praktyczne	5
Lista omawianych mięśni	6
Harmonogram zajęć	7
Egzamin certyfikacyjny	7

Program szkolenia
Warszawa 2017

Struktura szkolenia

Program szkoleniowy składa się z 2 modułów oraz końcowego egzaminu certyfikacyjnego. Program obejmuje łącznie 8 dni szkoleniowych oraz 84 godziny dydaktyczne kontaktowe oraz zaleca przynajmniej 100 godzin samokształcenia w zakresie anatomii, biomechaniki i neuronatomii.

Uczestnik po ukończeniu obu modułów szkolenia może przystąpić do egzaminu. Pomyślne zaliczenie egzaminu jest podstawą wydania certyfikatu.

Moduł 1 (DN-UQ)

- podstawy naukowe i metodyczne diagnostyki i terapii punktów spustowych
- techniki palpacji, badania i igłoterapii suchej kwadrantu górnego ciała

Moduł 2 (DN-LQ)

- zaawansowane elementy badania i wnioskowania klinicznego punktów spustowych
- techniki palpacji, badania i igłoterapii suchej kwadrantu dolnego ciała

Egzamin certyfikacyjny (DN-Ex)

- składa się z części teoretycznej i praktycznej
- szczegóły w dalszej części informatora

Cele i efekty kształcenia

Po ukończeniu szkolenia uczestnik będzie rozumiał:

- anatomię i fizjologię układu mięśniowo-powięziowego
- biomechanikę układu mięśniowo-powięziowego
- patoneurofizjologię punktów spustowych
- mechanizmy bólu lokalnego i rzutowanego z układu mięśniowo-powięziowego
- mechanizmy powstawania i utrzymywania się zespołów bólu mięśniowo-powięziowego
- współwystępowanie dysfunkcji somatycznych, trzewnych i autonomicznych
- podstawy oddziaływania, metodykę zabiegową oraz bezpieczeństwo zabiegów DN

Po ukończeniu szkolenia uczestnik będzie potrafił:

- przeprowadzić wywiad i badanie kliniczne w kontekście mięśniowo-powięziowych zespołów bólowych
- różnicować dysfunkcje i patologie somatyczne, trzewne i autonomiczne w kontekście mięśniowo-powięziowych zespołów bólowych
- rozpoznawać wzorce rzutowanego bólu mięśniowo-powięziowego
- przeprowadzić badanie manualne i określić wzorzec zaburzenia mięśniowo-powięziowego, w tym wzorzec przeciążeniowy, kompensacyjny i neurogeny
- planować i wykonać terapię punktów spustowych metodą DN
- zapobiegać i postępować w przypadkach niepożądanych odpowiedzi i komplikacji śród- i pozabiegowych

Zagadnienia teoretyczne

Zagadnienia teoretyczne przekazywane są w formie wykładów, prezentacji, pokazów i paneli dyskusyjnych.

- 1. Struktura układu mięśniowo-powięziowego**
 - 1.1. Podstawowy schemat budowy mięśnia
 - 1.2. Przyczep - typologia i funkcje
 - 1.3. Ścięgno - typologia i funkcje
 - 1.4. Rdzeń ścięgnisty - typologia i funkcje
 - 1.5. Pochewka ścięgnista i troczek - typologia i funkcje
 - 1.6. Brzusiec - typologia i funkcje
 - 1.7. Architektura makro- i mikroskopowa brzośca mięśniowego
 - 1.8. Około- i śródmięśniowa tkanka łączna
- 2. Unerwienie układu mięśniowo-powięziowego**
 - 2.1. Ogólny schemat unerwienia tkanki mięśniowo-powięziowej
 - 2.2. Typologia i rozmieszczenie zakończeń aferentnych w tkance mięśniowo-powięziowej
 - 2.3. Typologia i rozmieszczenie zakończeń eferentnych w tkance mięśniowo-powięziowej
 - 2.4. Typologia i funkcja włókien nerwowych zaopatrujących układ mięśniowo-powięziowy
- 3. Unaczynienie układu mięśniowo-powięziowego**
 - 3.1. Ogólny schemat unaczynienia mięśnia
 - 3.2. Mechanizmy i warunki pracy śródmięśniowego układu naczyniowego
- 4. Skurcz mięśniowy**
 - 4.1. Neurologia skurczu mięśniowego oraz kontroli nerwowo-mięśniowej
 - 4.2. Biomechanika skurczu mięśniowego i przenoszenia naprężeń
 - 4.3. Biomechanika reakcji łańcuchowych narządu ruchu
 - 4.4. Podstawy kompensacji i adaptacji narządu ruchu w kontekście zaburzeń mięśniowo-powięziowych
- 5. Punkty spustowe - definicje i terminologia**
- 6. Zmiany towarzyszące punktom spustowym - aktualny przegląd literatury naukowej**
 - 6.1. Zmiany strukturalne i biomechaniczne
 - 6.2. Zmiany płynowe i hemodynamiczne
 - 6.3. Zmiany biochemiczne
 - 6.4. Zaburzenia czynnościowe
- 7. Hipotezy patofizjologiczne punktów spustowych - aktualny przegląd literatury naukowej**
 - 7.1. Hipoteza kryzysu energetycznego wg Simonsa i Gerwina (1994, 2004)
 - 7.2. Hipoteza modulacji ośrodkowej wg Hockinga (2010)
 - 7.3. Hipoteza neurogenna wg Srbely'ego (2010)
 - 7.4. Hipoteza neurofizjologiczna wg Partanena (1999, 2010)
 - 7.5. Hipoteza radikulopatyczna wg Gunna (1997)
- 8. Ból mięśniowy**
 - 8.1. Podstawy nauk o bólu - terminologia i definicje
 - 8.2. Klasyfikacja urazów i dysfunkcji mięśniowych
 - 8.3. Lokalny ból mięśniowy
 - 8.4. Rzutowany ból mięśniowy
- 9. Dysfunkcje wywoływane aktywnością punktów spustowych**
 - 9.1. Dysfunkcje motoryczne
 - 9.2. Dysfunkcje sensoryczne
 - 9.3. Dysfunkcje autonomiczne
- 10. Czynniki wywołujące i podtrzymujące aktywność punktów spustowych**
 - 10.1. Przeciążenie mięśnia
 - 10.2. Relacje agonistów i antagonistów
 - 10.3. Relacje odruchowe
 - 10.4. Zaburzenia trzewne, a punkty spustowe
 - 10.5. Zaburzenia neurogenne, a punkty spustowe

11. Kryteria diagnostyczne punktów spustowych

- 11.1. Napięte pasmo mięśniowe
- 11.2. Punkt maksymalnej drażliwości
- 11.3. Odtworzenie wzorca dolegliwości pacjenta
- 11.4. Lokalna odpowiedź drzeniowa

12. Podstawy igłoterapii suchej (DN)

- 12.1. Budowa i typologia suchej igły
- 12.2. Mechanizmy oddziaływania DN
- 12.3. Bezpieczeństwo i higiena zabiegów DN
- 12.4. Wskazania i przeciwwskazania do DN
- 12.5. Powikłania śród- i pozabiegowe oraz procedury postępowania

Zagadnienia praktyczne

Zagadnienia praktyczne przekazywane są w formie pokazów i instruktarzu, po czym uczestnicy ćwiczą umiejętności na sobie w parach. Zajęcia praktyczne zajmują około 75% czasu szkoleniowego.

- 1. Układ mięśniowy - anatomia sekcyjna (atlasy), topograficzna i palpacyjna układu mięśniowego**
 - 1.1. Elementy wywiadu klinicznego
 - 1.2. Badanie siły, długości i odruchów głębokich poszczególnych mięśni
- 2. Nerwy obwodowe - anatomia sekcyjna (atlasy), topograficzna i palpacyjna nerwów obwodowych**
 - 2.1. Elementy wywiadu klinicznego
 - 2.2. Badanie siły, długości i odruchów głębokich poszczególnych mięśni
- 3. Układ naczyniowy - anatomia sekcyjna (atlasy), topograficzna i palpacyjna**
 - 3.1. Elementy wywiadu klinicznego
 - 3.2. Badanie siły, długości i odruchów głębokich poszczególnych mięśni
- 4. Badanie kliniczne mięśnia**
 - 4.1. Badanie tonusu mięśniowego
 - 4.2. Badanie długości mięśnia
 - 4.3. Badanie siły mięśniowej
 - 4.4. Badanie odruchów na rozciągnięcie
 - 4.5. Badanie kinestezji
 - 4.6. Badanie napiętych pasm
 - 4.7. Badanie punktów maksymalnej drażliwości
 - 4.8. Odtwarzanie lokalnej odpowiedzi drżenia
- 5. Podstawy różnicowania i wnioskowania klinicznego**
 - 5.1. Różnicowanie odtwarzanych dolegliwości pacjenta
 - 5.2. Podstawy wnioskowania klinicznego dla potrzeb terapii punktów spustowych
- 6. Elementy praktyczne igłoterapii suchej**
 - 6.1. Informowanie i zgoda pacjenta
 - 6.2. Przygotowanie miejsca zabiegowego
 - 6.3. Przygotowanie narzędzi i okolicy zabiegowej
 - 6.4. Dobór igły
 - 6.5. Metody stabilizacji tkanki
 - 6.6. Zasady wkłucia
 - 6.7. Zasady penetracji tkanki
 - 6.8. Metody manipulacji igłą i wzbudzania odpowiedzi zabiegowych
 - 6.9. Sposoby stopniowania intensywności zabiegu DN
 - 6.10. Zasady wycofania igły
 - 6.11. Postępowanie pozabiegowe
 - 6.12. Sposoby minimalizacji tkliwości pozabiegowej

Lista omawianych mięśni

1. czworoboczny karku
2. dźwigacz łopatki
3. równoległoboczne
4. zębaty przedni
5. nadgrzebieniowy
6. podgrzebieniowy
7. obły mniejszy
8. obły większy
9. podłopatkowy
10. najszerszy grzbietu
11. naramienny
12. piersiowy większy
13. piersiowy mniejszy
14. podobojczykowy
15. dwugłowy ramienia
16. kruczo-ramienny
17. trójgłowy ramienia
18. ramienny
19. ramiennie-promieniowy
20. prostownik nadgarstka promieniowy długi
21. prostownik nadgarstka promieniowy krótki
22. prostownik palców wspólny
23. prostownik palca małego
24. prostownik łokciowy nadgarstka
25. łokciowy
26. odwracacz
27. odwodziciel kciuka długi
28. prostownik kciuka długi
29. prostownik kciuka krótki
30. prostownik wskaziciela
31. nawrotny obły
32. zginacz nadgarstka promieniowy
33. dłoniowy długi
34. zginacz palców powierzchniowy
35. zginacz nadgarstka łokciowy
36. zginacz palców głęboki *
37. zginacz kciuka długi *
38. nawrotny czworoboczny *
39. odwodziciel kciuka krótki
40. zginacz kciuka krótki
41. prostownik kciuka krótki
42. przeciwstawiacz kciuka
43. międzykostny grzbietowy I
44. odwodziciel palca małego
45. zginacz palca małego krótki
46. przeciwstawiacz palca małego
47. międzykostne grzbietowe I-IV
48. międzykostne brzuszne I-IV
49. pośladkowy wielki
50. pośladkowy średni
51. pośladkowy mały
52. gruszkowaty
53. bliźniacze *
54. zasłonowy wewnętrzny *
55. zasłonowy zewnętrzny *
56. czworoboczny uda
57. napinacz powięzi szerokiej
58. krawiecki
59. biodrowy *
60. lędźwiowy *
61. grzebieniowy *
62. przywodziciel długi
63. przywodziciel krótki
64. smukły
65. przywodziciel wielki
66. prosty uda
67. obszerny boczny
68. obszerny przyśrodkowy
69. obszerny pośredni i kolanowy
70. dwugłowy uda
71. półścięgnisty
72. półbłoniasty
73. podkolanowy
74. puszczelowy przedni
75. strzałkowy długi
76. strzałkowy krótki
77. prostownik palucha długi
78. prostownik palców długi
79. brzuchaty łydki
80. płaszczkowaty
81. zginacz palucha długi
82. puszczelowy tylny *
83. zginacz palców długi *
84. prostownik palców krótki
85. prostownik palucha krótki
86. odwodziciel palucha
87. zginacz palucha krótki
88. przywodziciel palucha
89. zginacz palców krótki
90. przeciwstawiacz palca małego
91. zginacz palca małego
92. odwodziciel palca małego
93. czworoboczny podeszwy
94. międzykostne grzbietowe
95. mostkowo-obojczykowo-sutkowy
96. grupa podpotyliczna *
97. żwacz
98. skroniowy
99. pochyły przedni *
100. pochyły środkowy
101. pochyły tylny *
102. płatowaty głowy
103. płatowaty szyi
104. półkolcowy głowy
105. półkolcowy szyi
106. kolcowy szyi
107. wielodzielne szyi
108. zębaty tylny górny
109. biodrowo-żebrowy lędźwiowy i piersiowy
110. najdłuższy grzbietu lędźwiowy i piersiowy
111. półkolcowy piersiowy
112. kolcowy piersiowy
113. wielodzielne piersiowe
114. wielodzielne lędźwiowe
115. czworoboczny lędźwi
116. zębaty tylny dolny
117. prosty brzucha
118. skośny brzucha zewnętrzny
119. skośny brzucha wewnętrzny

Harmonogram zajęć

GODZINY		MODUŁ 1				MODUŁ 2			
Początek	Koniec	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8
08:00	09:30	Blok 1	Blok 7	Blok 13	Blok 19	Blok 22	Blok 28	Blok 34	Blok 40
09:45	11:15	Blok 2	Blok 8	Blok 14	Blok 20	Blok 23	Blok 29	Blok 35	Blok 41
11:30	13:00	Blok 3	Blok 9	Blok 15	Blok 21	Blok 24	Blok 30	Blok 36	Blok 42
13:00	14:00	Obiad	Obiad	Obiad	-	Obiad	Obiad	Obiad	-
14:00	15:30	Blok 4	Blok 10	Blok 16	-	Blok 25	Blok 31	Blok 37	-
15:45	17:15	Blok 5	Blok 11	Blok 17	-	Blok 26	Blok 32	Blok 38	-
17:30	19:00	Blok 6	Blok 12	Blok 18	-	Blok 27	Blok 33	Blok 39	-

Egzamin certyfikacyjny

W celu uzyskania certyfikatu należy podejść do egzaminu certyfikacyjnego. Terminy egzaminów certyfikacyjnych znajdują się w terminarzu szkolenia na stronie internetowej. Egzamin odbywa się nie wcześniej niż 3 miesiące od zakończenia ostatniego modułu. Udział w egzaminie jest bezpłatny.

Część teoretyczna

- ma formę testu, zawierającego 20-30 pytań z tylko jedną odpowiedzią prawidłową
- zaliczenie testu wymaga od uczestnika udzielenia 85% poprawnych odpowiedzi
- odpowiedzi błędne nie są punktowane ujemnie
- zakres pytań obejmuje głównie teorię - podstawy naukowe MTrP, badanie, różnicowanie, anatomię, biomechanikę, metodykę i bezpieczeństwo DN, wskazania i przeciwwskazania DN

Część praktyczna

- ma formę pokazu wywiadu, badania i technik DN na wylosowanych przez uczestnika 2 mięśniach
- ocenie poddawana jest znajomość anatomii, biomechaniki, unerwienia i unaczynienia, topografii i palpacji, przygotowania stanowiska i pacjenta, higieny i bezpieczeństwa oraz techniki igłowania
- zaliczenie części praktycznej wymaga uzyskania 85% maksymalnej liczby punktów za oba pokazy