

Kurz Therapy Trigger Point

ÚSTAV TELESNEJ VÝCHOVY A ŠPORTU UPJŠ V SPOLUPRÁCI S
AKADEMIA ZDROWIA SOMATIC

organizoval odborný kurz pod názvom: Kurz Therapy Trigger Points 5. - 6. 4. 2019. Kurzu sa zúčastnili traja študenti lekárskej fakulty UPJŠ a dvaja odborní asistenti ÚTVŠ, bývalé absolventky lekárskej fakulty UPJŠ a absolventky zdravotníckej fakulty PU. Kurz viedla Dr. Halina Romualda Zięba - skúsená fyzioterapeutka a odborná asistentka, PPWSZ Nowy Targ,. Účastníci získali certifikát platný v Európskej únii.

Terapia spúšťacích bodov sa tiež nazýva myofasciálna terapia. Myofasciálne spúšťacie body (MTrP) sú bolestivé, napäté oblasti (body), nachádzajúce sa vo svalových vláknach, ktoré spôsobujú kontrakcie a chronické skrátenie. Je to zvyčajne spôsobené preťažením alebo nesprávnym zaťažením svalov. Cieľom terapie je oslobodiť sa od bolesti a zlepšiť narušené motorické vzory

Prednášky, cvičenia a diskusie priniesli najnovšie poznatky a informácie o možnosti prevencie pri niektorých svalových preťaženíach. Kurz bol prínosom pre všetkých zúčastnených, ktorí sa naučili správnu techniku terapií a jej indikácie a kontraindikácie. V budúcnosti plánujeme organizovať podobné kurzy spojené s pohybovým aparátom.



Kurz pripravila odborná asistentka ÚTVŠ Mgr. Agata Horbacz, PhD.