

Fizioterápiás Tanfolyamok

Térd Szalagsérülései
Visszatérés a Sportba

MODUL 3
Térd Sport

Posztgraduális Képzések



+36 70 614 9691 

www.davidakademia.hu 

1021 Bp. Versec Sor 9. 

info@davidakademia.hu 

Térd Szalagsérüléseinek Kezelése, Rehabilitációja és Visszatérés a Sportba

A térd szalagsérüléseinek kezelésében, különösen az elülső keresztszalag műtéti megoldásában és rehabilitációjában számtalan klinikai tanulmány jelent meg az utóbbi 3 évtizedben. Annak ellenére, hogy több magas evidenciájú ismerettel rendelkezünk a térd szalagsérülések száma tovább emelkedik és a sportba történő visszatérésben is maradtak nyitott kérdések. A 3-as képzési modulban a legújabb tanulmányok alapján a sérülési mechanizmusokra és biomechanikai evidenciákra helyezzük a hangsúlyt, mert ezek alapjaiban határozzák meg a rehabilitáció menetét. A sportba történő visszatérés szakmai ajánlását az utánkövetéses vizsgálatok eredményei alapján mutatjuk be. A tanfolyam végén rövid ízelítőt adunk az igazoltan hatékony Sportmetrics prevenció programról.

OKTATÓINK

Dr. Erdélyi Gábor *Ortopédsebész és Traumatológus, Tatai Kastélypark Klinika*

Benkovics Edit *Gyógytornász-Fizioterapeuta, DAVID Gerincklinika, Semmelweis Egyetem AITK*

TÉRD SZALAGSÉRÜLÉSEI, VISSZATÉRÉS A SPORTBA - KÉPZÉSI MODUL 3

Rekreációs és Versenysportolóknak

Az elülső keresztszalag szakadás számos sportágban rettegett sérülés. Amióta 1895-ben Mayo-Robson (Leeds) elvégezte az első keresztszalag rekonstrukciót, illetve Hey Groves (Bristol) 1917-ben az első autografttal végzett szalagpótlást, a keresztszalag pótló eljárások számos generációja látott napvilágot. A kurzus keretében dr. Erdélyi Gábor ortopédsebész és traumatológus baleseti sebész **a férfi kézilabda válogatott vezető orvosa segít eligazodni a sérülés diagnosztikájával, kezelésével, a műtéti technikákkal, a posztoperatív kezeléssel és a sportba való visszatérés kritériumaival kapcsolatos kérdésekben.**

A keresztszalag rehabilitáció felépítésében és gyakorlataiban már kevesebb a tisztázatlan kérdés. Nehézséget okozhat viszont a megfelelő progresszió a sportolók terhelésében: milyen teszteket végezzünk és mikor? Kihívást jelenthet továbbá a magas rizikójú sportokba történő visszatérés időzítése és az újrasérülések megelőzése. Benkovics Edit gyógytornász-fizioterapeuta a nemzetközi irodalmi áttekintés során ismerteti a **2018-as Cincinnati Sportsmedicine Research and Education Foundation LCAR-t követő sportba történő visszatérés és az újrasérülés megelőzéséről szóló szakmai ajánlását. Bemutatásra kerül a térd biomechanikai vizsgálata és eredményeinek értékelése, majd beillesztése a tesztelési algoritmusba.** A tanfolyam gyakorlati részében a résztvevők készség szinten sajátíthatják el az ajánlott tesztelések és a mozgásgyakorlatokat.

Kinek ajánlott?

Javasoljuk minden gyógytornász-fizioterapeutának, akik szeretik a tudományosan meghatározott lépésekből álló vizsgálati és terápiás algoritmusokat és tesztelési javaslatokat. Sokat proftálhatnak azok, akik sportolókkal foglalkoznak és már szembesültek azzal, hogy az LCAR-t követő rehabilitáció nem haladt elég gördülékenyen, vagy a sportba történő visszatérése sikertelennek bizonyult. Javasoljuk azoknak, akik revízió átesett vagy többszörösen sérült sportolóval is találkoznak és bizonytalanok a terápia biztonságos és hatékony kivitelezésében.

Javasoljuk továbbá azoknak az edzőknek, akik magasabb tudományos igényvel szeretnék megközelíteni a térdszalagsérült és rekonstrukciós műtéten átesett sportolóik versenyzésbe történő visszatérését jelentő edzésvezetését.

JELENTKEZÉS

WWW.DAVIDAKADEMIA.HU

RÉSZLETES PROGRAM

A Térd Szalagsérülései, Visszatérés a Sportba Nemzetközi szakmai ajánlás alapján			
1. nap / szombat			
08:30 - 09:00	Regisztráció		
09:00 – 09:55	Az LCA sérülés kezelése, rehabilitációja, visszatérés a sportba - 1 Bevezetés, történelem, anatómia	Elmélet	<i>Dr. Erdélyi Gábor</i>
10:00 – 10:55	Az LCA sérülés kezelése, rehabilitációja, visszatérés a sportba - 2 Sérülés, diagnosztika, ellátás	Elmélet	<i>Dr. Erdélyi Gábor</i>
11:00 – 13:00	Az LCA sérülés kezelése, rehabilitációja, visszatérés a sportba - 3 Konzervatív és műtéti kezelés, speciális esetek, rehabilitáció orvosi szemmel	Elmélet	<i>Dr. Erdélyi Gábor</i>
13:00 – 13:30	<i>Ebéd</i>		
13:30 – 14:25	A térd vizsgálata, KT-1000 bemutatása	Elmélet	<i>Dr. Erdélyi Gábor</i>
14:30 – 15:50	LCAR rehabilitáció „UpDate” - Hatékonyság vs tévhiték és buktatók	Elmélet	<i>Benkovics Edit</i>
15:50 – 16:00	<i>Kávészünet</i>		
16:00 – 17:00	Funkcionális tesztelési algoritmus a rehabilitáció progressziójára és a sportba történő visszatérésre. Biomechanikai mérések és azok beillesztése a rehabilitáció folyamatába	Elmélet és gyakorlat	<i>Benkovics Edit</i>
2. nap / vasárnap			
9:00 – 11:55	LCAR rehabilitáció mozgásgyakorlatai a nemzetközi szakmai ajánlás alapján	Gyakorlat	<i>Benkovics Edit</i>
12:00 – 13:00	A futások progressziója, ügyességi gyakorlatok	Gyakorlat	<i>Benkovics Edit</i>
13:00 – 13:30	<i>Ebéd</i>		
13:30 – 14:25	Plyometria progressziója	Gyakorlat	<i>Benkovics Edit</i>
14:30 – 15:30	PCL, MCL, LCL szalagsérülések rehabilitációs szakmai ajánlásai és mozgásgyakorlatainak specifikumai a sportba történő visszatéréshez	Gyakorlat	<i>Benkovics Edit</i>
15:30 – 15:50	<i>Kávészünet</i>		
15:50 – 17:00	Szövődményes gyógyulás: mikor, meddig és mit tegyünk?	Elmélet és gyakorlat	<i>Benkovics Edit</i>