

Odborný kurz : McKenzie metóda, časť A - lumbálna chrbtica

Vyučujúci: Mgr&Mgr. Miroslav Kolář Dip.MDT (ČR)

Garant: PhDr. Michaela Kotrbancová,

Termín akcie: 11-13.09. 2026 + 1 deň e-learning

Miesto konania: Bratislava, Administratívne centrum AIRCRAFT, Ivanská cesta 30/B

Kurz je určený pre fyzioterapeutov a lekárov z odboru FBLR, neurológie a ortopédie príp. neurochirurgov.

Program:

1. deň (8h samoštúdia online – k dispozícii 3 týždne pred kurzom)

Obsah:

Základné body mechanickej diagnostiky a terapie, epidemiológia, predispozičné faktory bolestí v drierkovej chrbtici,

Bolesť a vlastnosti spojivového tkaniva, bolesť mechanická vz. chemická, chronická bolesť a štádiá hojenia tkanív

Anatomické pomery vo vzťahu k mechanickej diagnostike a terapii, klinický význam IVD, štádiá degenerácie, typické symptómy pri postihnutí nervového koreňa, pojem creep

2. deň

8.45 – 9:00 Registrácia a zahájenie kurzu

9.00 - 9.30 Mechanická diagnostika: rekapitulácia klasifikácie a terminológie, objasnenie jednotlivých syndrómov, **(teória)**

9.30 - 10.30 Praktická ukážka vyšetrovacích krokov na pacientovi **(prax)**
Fenoméni centralizácie a periferizácie - charakteristika a klinický dopad, indikácie a kontraindikácie pre mechanickú terapiu **(teória)**

10.30 - 10.45 Prestávka

10.45 - 12.00 Anamnéza a fyzikálne vyšetrenie, význam objektívneho vyšetrenia a závery z opakovaných pohybov, neurol. vyšetrenia a iných testov **(teória)**

12.00 - 13.00 Obedňajšia prestávka

13.00 - 14.30 Hodnotenie klinických nálezov, mechanická reakcia na aplikáciu terapie - záťažová stratégia a stratégia liečby v mechanickej terapii **(teória)**

14.30 - 14.45 Prestávka

14.45 - 15.30 Praktická ukážka vyšetrovacích krokov na pacientovi **(prax)**

15.30 - 16.00 Interpretácia klinických nálezov

16.00 - 16.15 Prestávka

16.15 - 18.00 Techniky v mechanickej terapii, vysvetlenie progresie síl a tlakov, rozdiely medzi autoterapeutickými postupmi, liečebné princípy **(teória)**

3. deň

9.00 - 9.30 Kontrolné vyšetrenie 2 pacientov z predchádzajúceho dňa **(prax)**

9.30 - 10.30 Jednotlivé techniky v mechanickej terapii **(prax)**

10.30 - 10.45 Prestávka

- 10.45 - 12.00 Liečba Derangement syndrómu, redukcia Derangementu a obnova rozsahu pohybu, prevencia recidív **(teória)**
- 12.00 - 13.00 Obedňajšia prestávka
- 13.00 - 14.30 Centrálne symetrické symptómy a unilaterálna asymetrická bolesť, prítomnosť deformity, mäkké a tvrdé vybočenie, ireverzibilný sy. **(teória)**
- 14.30 - 14.45 Prestávka
- 14.45 - 15.15 Analýza kontrolných vyšetrení 2 pacientov **(prax)**
- 15.15 - 15.30 Interpretácia klinických nálezov
- 15.30 - 16.00 Liečba dysfunkčného syndrómu, princíp terapie a autoterapie **(teória)**
- 16.00 - 16.15 Prestávka
- 16.15 - 17.00 Fixovaný nervový koreň, príčiny vzniku, typický terapeutický program **(teória)**
- 17.00 - 18.00 Vyšetrenie nového pacienta a jeho následná analýza **(prax)**

4. deň

- 9.00 - 10.30 Kontrolné vyšetrenie pacienta **(prax)**
- 9.30 - 10.30 Liečba posturálneho syndrómu, základné princípy autoterapie, agravačné faktory, ukážka individuálneho programu **(teoreticko - praktická časť)**
- 10.30 - 10.45 Prestávka
- 10.45 - 12.00 Interpretácia zhodnotenia jednotlivých klasifikácií do syndrómov, komplexný program, možnosti vhodných modifikácií liečby, recidívy a prevencia **(teória)**
- 12.00 - 13.00 Obedňajšia prestávka
- 13.00 - 13.30 Kontrola vykonávania manuálnych techník **(prax)**
- 13.30 - 14.30 Špecifické preventívne programy pre každý z McKenzieho syndrómov, riešenie kvízu **(teória)**
- 14.30 - 15.30 Diskusia, priestor na dotazy a ujasnenie si niektorých nezrovnalostí, ukončenie kurzu **(teória)**