

Trigger točke - radionica, 23. veljače 2013, Zagreb

U odličnoj atmosferi i prostoru poliklinike Cosmogama www.agmar.hr održana je peta po redu radionica Trigger točke.

Nazočno je bilo 20 polaznika (od kojih 2 liječnice i 18 fizioterapeuta. Uprkos (ne)vremenu ekipa iz Splita u sastavu Ana, Rozarija, Stjepan i Meri su iz Splita stigli (i to autom) s voljom i na vrijeme, na čemu im od srca zahvaljujem. Pripomenuo bih da je dosada 100 polaznika (liječnika i fizioterapeuta) upoznato sa trigger točkama preko radionica koje održavamo što baš i nije zanemariva brojka. Radionica je bila odlična a polaznici poprilično zainteresirani, s obzirom na sastav i godine. Bilo je od tek završenih prvostupnika (22 god) pa do kolega od 60god. Znači spoj mladosti i iskustva. Dr. Tomislav Kukin i moja malenkost smo se potrudili odraditi kvalitetnu radionicu gdje smo uz tetman trigger točaka pokazali polaznicima tretman (prstma, laktima i elektropunkurnim aparatom) . Pokazana im je i kombinacija trigger točaka i PIRa-a te tretman akupresurom pojedinih točaka.

Važna napomena: Cilj ove i svih ostalih radionica koje vodim je slijedeći: Naučiti polaznike kako osjetiti i prepoznati trigger točku te kako je tretirati. Postoji literatura i video uraci gdje ljudi vide svašta a ne mogu (ne znaju) osjetiti i to primjeniti. Vizualni prikaz je jedno a prikaz uživo sa taktilnim postupkom nešto sasvim drugo. Fizioterapeutima je u „programu“ zapisan rad rukom a koliki pritisak kojim inezitetom, kolikom snagom, u kojem smjeru, koliko dugo , što se dešava nekon itd, to se može jedino osjetiti. Gdje se točke nalaze i koliko ih ima, mogu svi pročitati u bilo kojem ozbiljnijem udžbeniku. Kako ih pronaći; to se na radionici uči. Kada naučite pronaći par točaka u različitim mišićima ostalo je sve na vama, koliko ćete (i da li ćete uopće) ići dalje. Neki dođu na radionicu (jedan kolega ovaj puta) i kaže da su radionice ponavljanje naučenoga, međutim dragi kolega radionice nisu ponavljanje naučenoga nego učenje nečeg novog na najprihvatljiviji mogući način. Ljudi dolaze na radionice više manje teoretski potkovani sa anatomijom i biomehanikom tako da im pratiti nije neki problem. Na kraju dobiju preporučenu literaturu i sve ostalo je vježba.

Kako je i red imali smo priliku u kratkom 15 minutnom izlaganju saznati ponešto o Shiatsu vještini od naše cijenjene kolegice i Shiatsu učiteljice već dugi niz godina Ljiljane Hofer a ostale detalje ako vas interesiraju pogledajte na www.shiatsu.hr/nas-tim.html . Neke od proizvoda firme Primavita imali smo prigodu isprobati. Pošto je to relativno nova firma a bavi se proizvodnjom raznih stvari za fizioterapiju i zdravo spavanje red je podržati i promovirati ih, jer je ključna riječ proizvodnja a ne preprodaja ili uvoz. Možda vam ovo zvuči otrcano ali to je moje osobno mišljenje kao i mišljenje dijela kolega koji su se susreli sa proizvodima. Ako ne znate što je Orto-step i zašto je preporučen od HZF-a, pogledajte link

www.primavita.hr

i naučite. Posebna zahvala gospodinu Gordanu koji je u ime firme Biska (već je to standardna suradnja) poklonio par izvrrednih proizvoda za fizioterapeute u njihovoj svakodnevnoj praksi. izdvojio bih mast "Muscle rub" i Polar ice sa kojima duže vrijeme radim kao i neki moji kolege.

Rezultati su odlični a više o proizvodima pročitajte na stranici

www.biska.hr

Prostor u Agmaru izvaredan (za razliku od drugih mjetsta imaju 8 stolova na električno podizanje i spuštanje, što nema niti jedno mjesto gdje se održavaju kudikamo skuplji tečajevi i radionice), catering Favola izvaredan a koliko je radionica uspjela i koliko su ljudi željni ovakvog oblika edukacije vidi se po tome što su dva mjeseca ranije bila popunjena mjesta za radionicu. Atmosferu pogledajte kroz par fotki koje su djelo cijenjene kolegice Martine Rilović na čemu joj od srca zahvaljujem.

Slijedeća redovita druženja u vidu radionica su :

U Zagrebu, 23.ožujak 2013, Škola manualne medicine – PIR: Vratna kralješnica Voditelj: Tonći Šitić, bacc.ft.

U Zagrebu, 20.travanj 2013, Škola manualne medicine – Gornji ekstremiteti: Voditelj: Tonći Šitić, bacc.ft.

U Zagrebu, 18. svibanj 2013, Škola manualne medicine – Donji ekstremiteti: Voditelj: Tonći Šitić, bacc.ft.

Prijave za sve radionice na mail fizioterapeut@fizioterapeut.net sa naznakom za koju radionicu želite ili na

www.hzf.hr/kalendar.html

<http://>

{vsig}2013/3a{/vsig}

Ova e-mail adresa je zaštićena od spam robota, nije vidljiva ako ste isključili

Ova e-mail adresa je zaštićena od spam robota, nije vidljiva ako ste isključili JavaScript