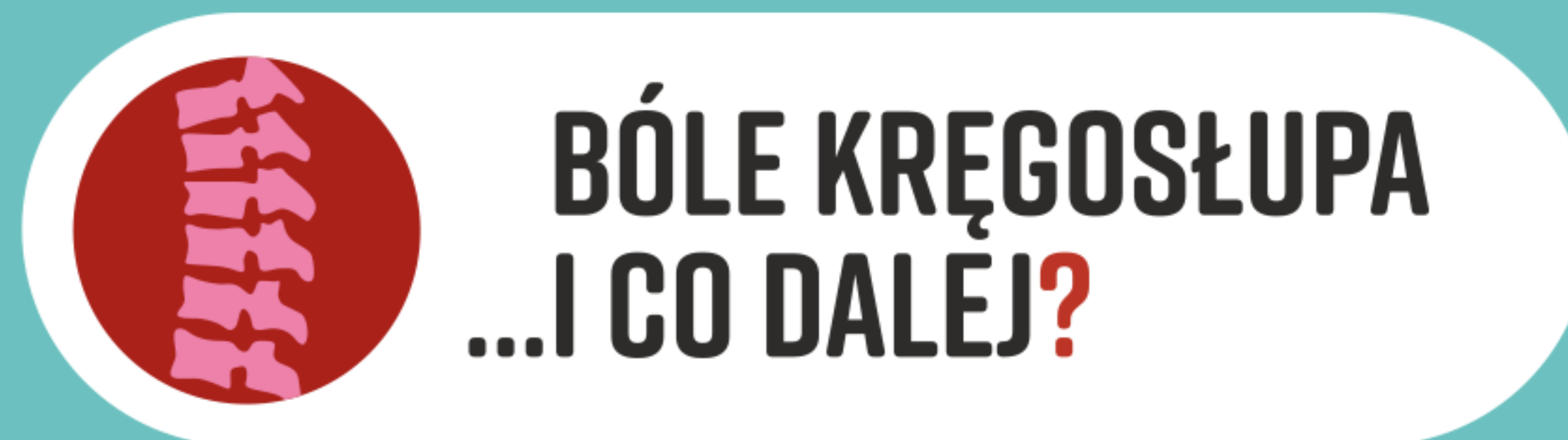
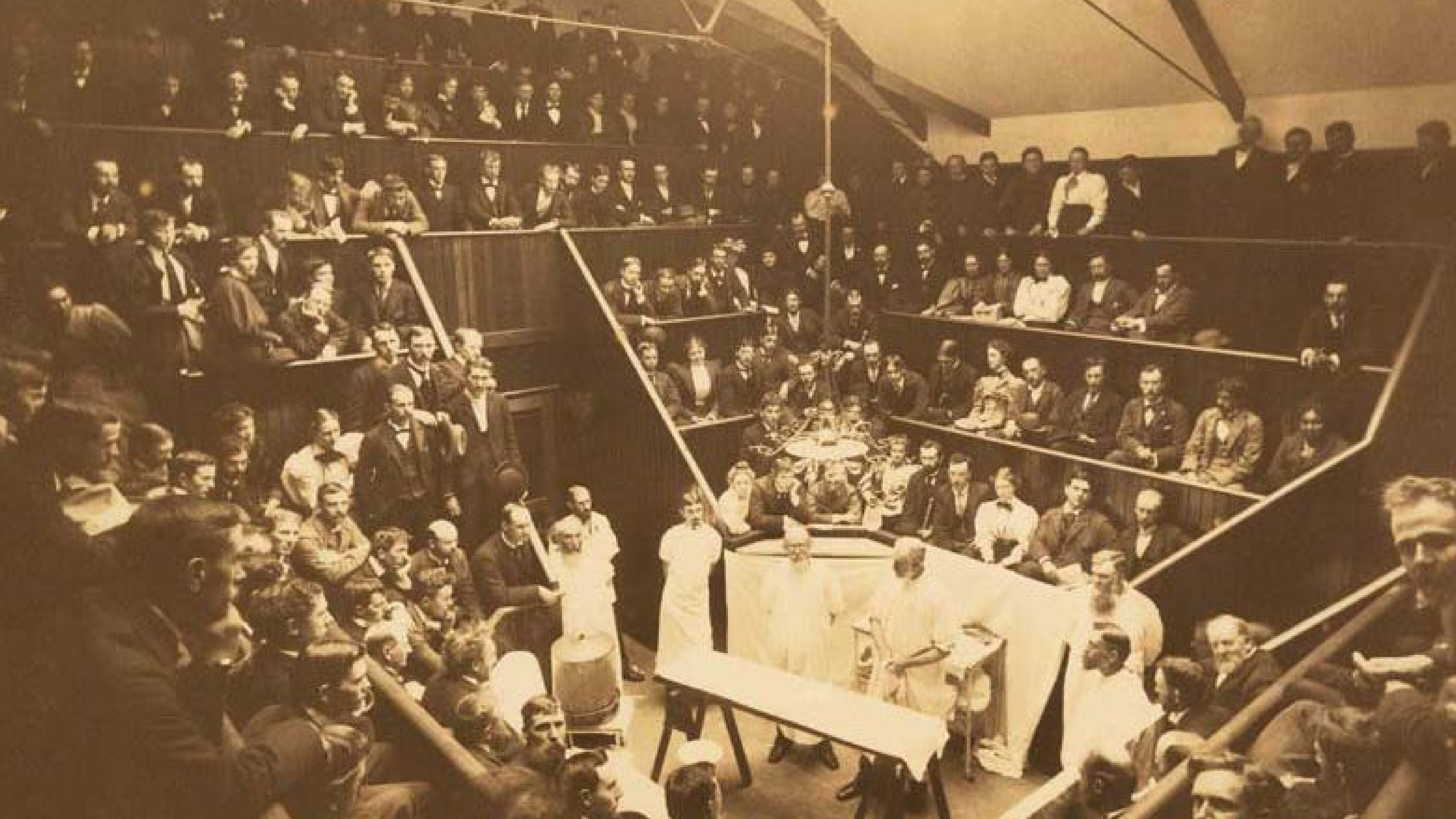




www.icodalej.pl - platforma edukacyjna dla lekarzy i pacjentów



**PRAKTYCZNA
INTERDYSCYPLINARNA
DOSTĘPNA**

**Misją icodalej.pl jest
pomoc lekarzom w
leczeniu pacjentów
poprzez lepszą edukację.**

Kurs online: Bóle kręgosłupa i co dalej?

Jak skutecznie leczyć pacjentów cierpiących na przewlekłe oraz ostre zespoły bólowe kręgosłupa? Zapraszamy lekarzy do udziału w nowoczesnym kursie internetowym, który pomoże nam wspólnie odpowiedzieć na to pytanie.

Kup dostęp

Poznaj

▶ 3 godziny video

💰 199 zł

Dlaczego warto wziąć udział w naszym kursie internetowym?

Podczas tego kursu dowiedzą się Państwo **jak prawidłowo diagnozować i leczyć chorych z dolegliwościami bólowymi odcinka lędźwiowego kręgosłupa.**

80%

Bóle kręgosłupa należą do najczęstszych dolegliwości naszych pacjentów. Według danych, 80% z nas doświadczy w życiu bólu pleców. Szacuje się także, że mniej więcej jedna na pięć

MODUŁ 1

Biomechanika dla opornych

- Dlaczego kręgosłup choruje?
- Co uciska na korzenie?
- Wstęp do biomechaniki
- Przykurcz mięśni kulszowo goleniowych
- Przykurcz mięśnia biodrowo-lędźwiowego i czworogłowego uda
- Rotatory – zespół mięśnia gruszkowatego
- Statyka – wpływ nawyków

MODUŁ 2

Badanie

- Ocena wstępna
- Badanie zakresu ruchomości kręgosłupa
- Badanie ruchomości stawów barkowych
- Badanie ruchomości odcinka piersiowego i lędźwiowego kręgosłupa
- Badanie napięcia mięśniowego
- Badanie zakresu ruchomości stawu skokowego
- Badanie zakresu ruchomości mięśnia biodrowo-lędźwiowego
- Podstawowe badanie neurologiczne
- Objaw Lasègue’a – badanie objawów korzeniowych na leżąco
- Objaw Lasègue’a – badanie objawów korzeniowych na siedząco
- Podsumowanie badania

MODUŁ 3

Interpretacja badań obrazowych

- Na co zwrócić uwagę w obrazie rezonansu?
- Co zrobić gdy pacjent zmusza do tomografii komputerowej?
- Interpretacja badań pacjenta z wielopoziomową dyskopatią
- Interpretacja badań pacjenta z rwą kulszową
- Podsumowanie interpretacji badań obrazowych

MODUŁ 4

Studium przypadku

- Studium przypadku – 30-letnia pracownica supermarketu
- Studium przypadku – 30-letni pacjent z dolegliwościami odcinka szyjnego
- Studium przypadku – 80-letnia Pani na pogotowiu po upadku
- Studium przypadku – 30-letnia pracownica biurowa i powracające bóle
- Studium przypadku – pacjentka ze stenozą

MODUŁ 5

Farmakoterapia

- Zasady ogólne terapii skojarzonej
- Leki pierwszego i drugiego rzutu
- Zastosowanie opioidów

MODUŁ 6

Kontrowersje farmakoterapii

- Witamina B12
- Miorelaksanty
- Leki przeciwbólowe

MODUŁ 7

Fizjoterapia

- Wstęp do fizjoterapii
- Pozycja boczna
- Pozycja z nogami na podwyższeniu
- Pozycja z wałkiem pod kolana
- Pozycje do ćwiczeń z metody McKenziego
- Pozycja ułatwiająca zasypianie
- Obrona przed negatywnymi skutkami pozycji siedzącej
- Ćwiczenie – stawy biodrowe
- Ćwiczenie – stawy krzyżowo-biodrowe
- Ćwiczenie – mięśnie poprzeczne brzucha
- Ćwiczenie – mięśnie kulszowo-goleniowe
- Poizometryczna relaksacja mięśnia biodrowo-lędźwiowego
- Poizometryczna relaksacja mięśni dla mięśnia prostego uda
- Poizometryczna relaksacja mięśnia trójkątowego łydki

MODUŁ 8

Burza mózgów

- Wywiad socjalny i sytuacja emocjonalna pacjenta
- Lokalizacja bólu i czas trwania bólu
- Promieniowanie bólu, zaburzenia czucia, parestezje
- Choroby współwystępujące
- Chromanie przestankowe i zespół cieśni nadgarstka

MODUŁ 9

Edukacja pacjenta

- Przychodzi pacjent do lekarza
- Siadanie telemarkiem
- Podnoszenie przedmiotów
- Wiązanie butów
- Mycie podłogi
- Kładzenie się i wstawanie z łóżka

MODUŁ 10

Autoterapia

- Ćwiczenia z krzesłem
- Ćwiczenia z krzesłem obrotowym
- Ćwiczenie z krawężnikiem
- Siedzenie z nogą na nogę
- Siedzenie z nogą na nogę (damski sposób)
- Rozciąganie mięśnia gruszkowatego

MODUŁ 11

Neurochirurgia

- Pytania i wątpliwości dotyczące operacji kręgosłupa
- Małoinwazyjne operacje kręgosłupa
- Na czym polega operacja kręgosłupa przeprowadzona metodą endoskopową?
- Neuromodulacja

MODUŁ 12

Gorsety

- Wskazania do zastosowania gorsetów i jak tego uniknąć?



Kurs online: Bóle kręgosłupa i co dalej?

 Wprowadzenie

 Forum dyskusyjne

Biomechanika dla opornych ▼

Badanie ▼

Interpretacja badań obrazowych ▼

Studium przypadku ▼

Farmakoterapia ▼

Kontrowersje farmakoterapii ▼

Fizjoterapia ▼

Burza mózgów ▼

Edukacja pacjenta ▼

Autoterapia ▼

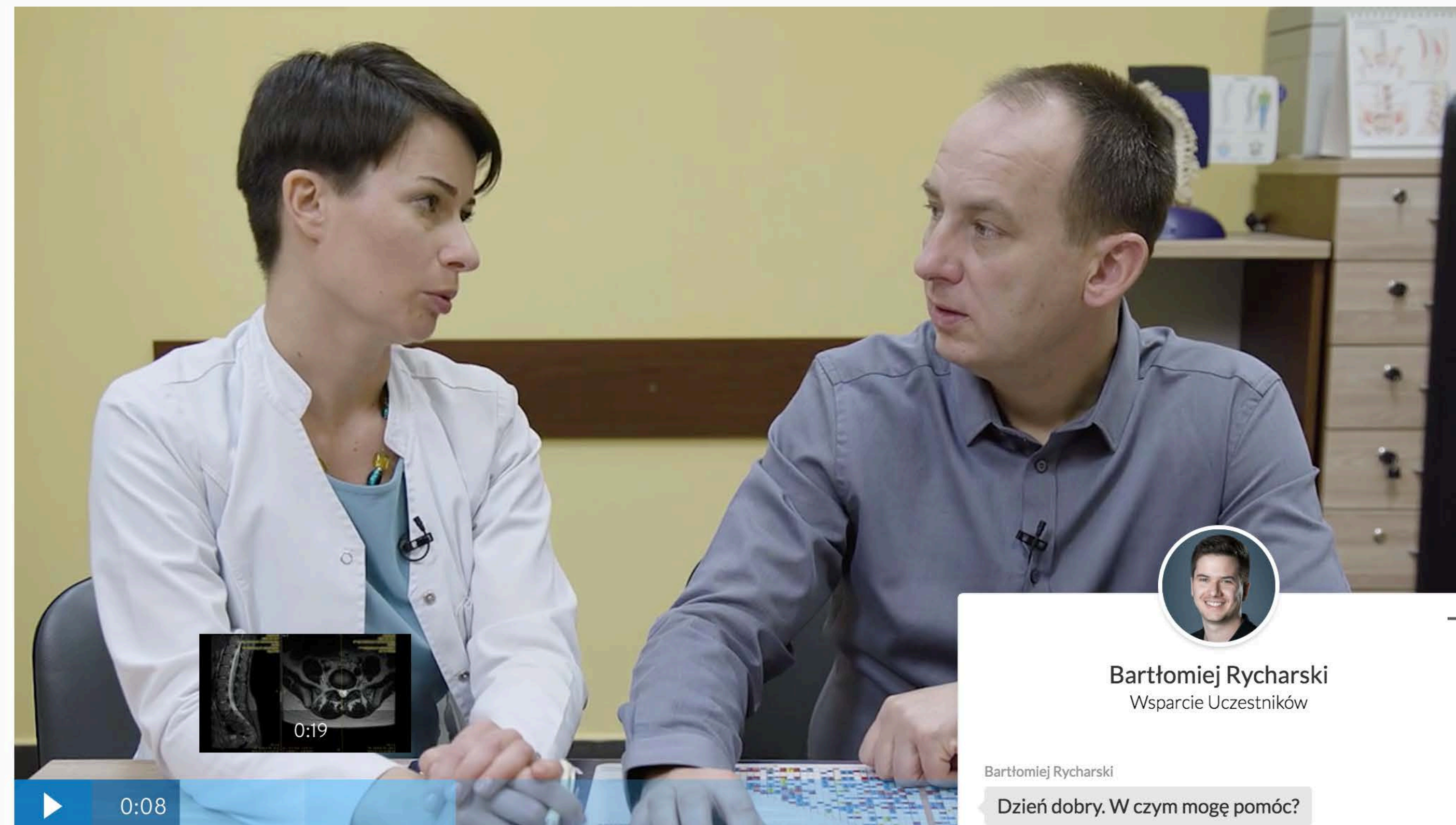
Neurochirurgia ▼

Gorsety ▼

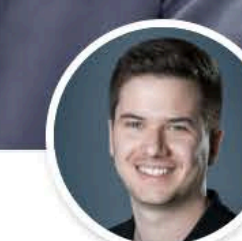
 Podsumowanie

 Na zakończenie

 Materiały do pobrania



Na co zwrócić uwagę w obrazie rezonansu



Bartłomiej Rycharski
Wsparcie Uczestników

Bartłomiej Rycharski

Dzień dobry. W czym mogę pomóc?

Proszę wpisać wiadomość tutaj i nacisnąć Enter, żeby ją wysłać.

Powered by LiveChat

 **Marek Duszakiewicz**
May 12 at 1:58pm · 🌐

<http://www.icodalej.pl/> Owoc półrocznej pracy 😊



I co dalej? - kursy internetowe dla lekarzy i pacjentów

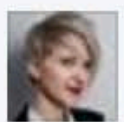
"I co dalej?" to nowoczesna platforma z kursami internetowymi kierowanymi do lekarzy i pacjentów. Zapraszamy do wzięcia udziału w pierwszym kursie poświęconym leczeniu pacjentów cierpiących na przewlekłe oraz ostre zespoły bólowe kręgosłupa.

ICODALEJ.PL

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

👍❤️😮 Paweł Dembiński, Wojciech Hołysz and 56 others

2 shares

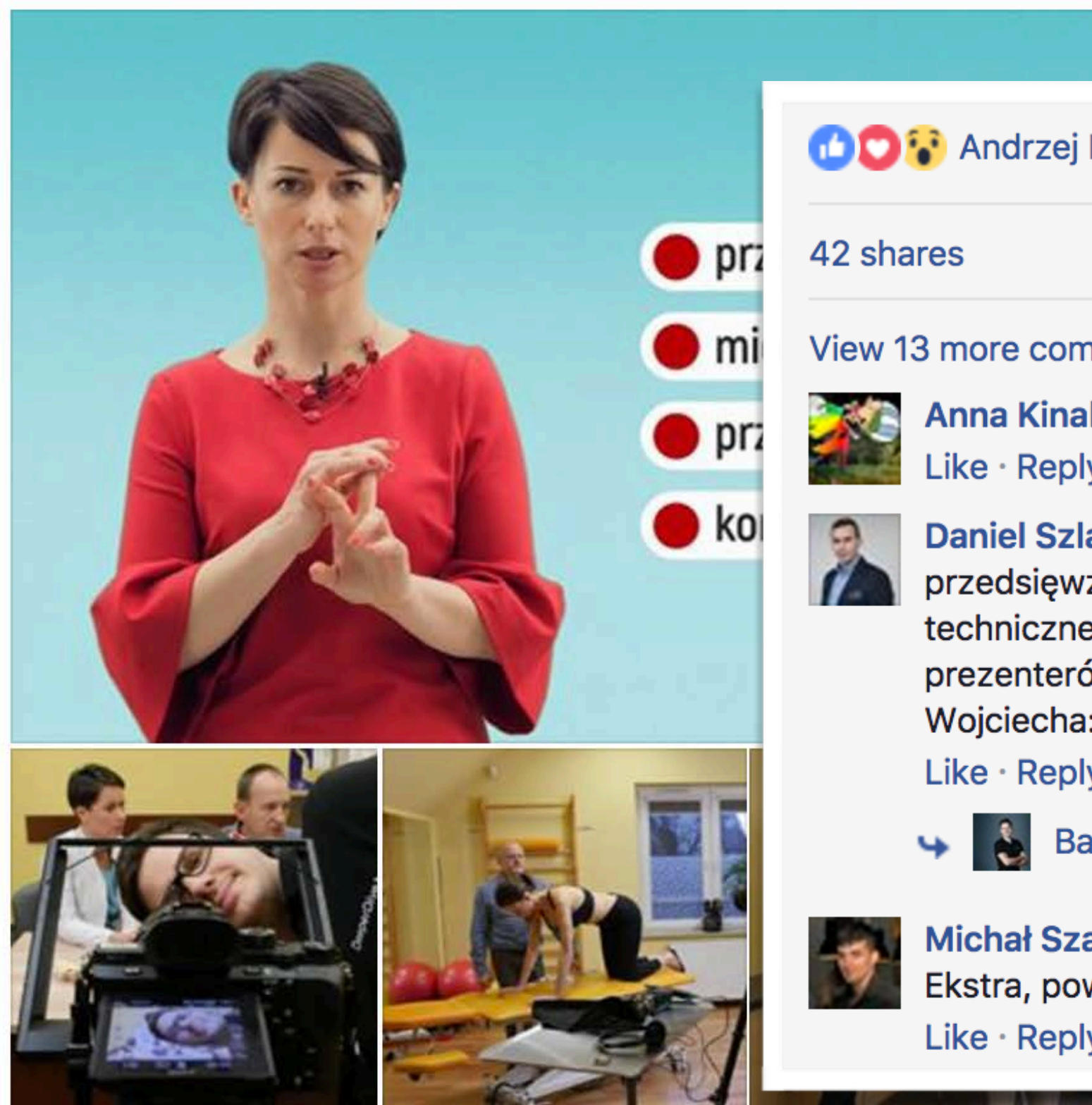
 **Kamila Stapf** wow! ale super! ❤️
Like · Reply · May 12 at 2:24pm

➦  Marek Duszakiewicz replied · 5 Replies

 **Dariusz No** Gratuluje Marek! świetna inicjatywa!
Like · Reply · May 12 at 2:55pm

 **Ewa Koźmińska-Badr** added 4 new photos.
May 12 at 9:51pm · 🌐

Ponad 6 miesięcy ciężkiej pracy, kilka dni nagrań, wiele godzin dyskusji i dziesiątki stron scenariusza są już za nami! 😊 Z nieukrywaną radością dzielę się z Wami naszą platformą www.icodalej.pl, na której znajdziecie wszystko co można powiedzieć o bólach kręgosłupa. I co dalej? Zobaczcie sami! 😊



👍 Like 💬 Comment ➦ Share

👍❤️ You, Piotr Winkler and 58 others

1 share

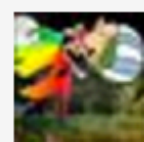
 **Ewa Kwiecień** Gratulacje Ewa!
Like · Reply · 🗨️ 2 · May 12 at 9:53pm

 **Karolina Agur** Bravo! 😊
Like · Reply · 🗨️ 1 · May 12 at 9:55pm

👍❤️😮 Andrzej H. Kraś, Irek Bebstein and 95 others

42 shares

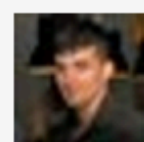
View 13 more comments

 **Anna Kinabalu** Gratulacje!!
Like · Reply · May 13 at 10:33am

 **Daniel Szlachciak** Gratuluję i trzymam kciuki za powodzenie tego przedsięwzięcia. Wyrazy uznania za wysoką jakość materiałów, przygotowanie techniczne samej platformy a przede wszystkim profesjonalizm lekarzy-prezenterów. Tutaj szczególne gratulacje dla dwójki lekarzy ze Szpitala św. Wojciecha: Ewy Koźmińskiej-Badr i **Piotr Winkler**.

Like · Reply · 🗨️ 2 · May 13 at 10:58am

➦  Bartek Rycharski replied · 2 Replies

 **Michał Szajbe** · 7 mutual friends
Ekstra, powodzenia Bartek!
Like · Reply · May 13 at 7:20pm



lek. Ewa Koźmińska-Badr

LEKARZ RODZINNY

Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu. Najlepszy lekarz rodzinny w plebiscycie Eskulap 2014 w powiecie wolsztyńskim. Od ponad 10 lat, jako lekarz rodzinny, opiekuje się zarówno dziećmi jak i pacjentami dorosłymi. Uczestnik wielu szkoleń i kursów doskonalących w Polsce i zagranicą. Rezydent specjalizacji z medycyny rodzinnej pod kierownictwem dr Aleksandry Degórskiej. Członek Polskiego Towarzystwa Medycyny Rodzinnej.



lek. Marek Duszkiewicz

SPECJALISTA ORTOPEDII I TRAUMATOLOGII

Od 23 lat specjalizuje się w chirurgii urazowej i ortopedii. Współzałożyciel Przychodni Osteon w Świdnicy. Praktykę rozpoczął w szpitalu im. Stefana Batorego w Wałbrzychu, na oddziale zajmującym się bardzo szerokim zakresem leczonych schorzeń - od urazów czaszkowo-mózgowych i urazów kręgosłupa aż po chirurgię ręki. Od 2003 roku specjalizuje się w badaniach USG narządu ruchu oraz w ambulatoryjnej opiece obejmującej integrację ortopedii i rehabilitacji.



mgr Dariusz Toruński

FIZJOTERAPEUTA

Współzałożyciel NZOZ „Kolmed” w Świdnicy. Doświadczony fizjoterapeuta, były pracownik Katedry Rehabilitacji AWF Wrocław. Ukończył wiele kursów zawodowych w tym: terapii manualnej, kinesiologii tapingu, analizy chodu oraz stabilizacji postawy. Od wielu lat odbywa szkolenia doskonalące umiejętności kontaktu z pacjentem i terapii eriksonowskiej. Od kilkunastu lat współpracuje ze Świdnickim Klubem Piłki Ręcznej gdzie dba o formy treningu ogólnorozwojowego u młodych zawodników oraz profilaktykę kontuzji sportowych. Specjalizuje się w leczeniu kręgosłupa oraz leczeniu kontuzji. Pomaga także w leczeniu wad postawy u dzieci co było głównym tematem podczas pracy w AWF Wrocław.



lek. Piotr Winkler

SPECJALISTA NEUROCHIRURGII

Specjalista neurochirurgii i chirurgii kręgosłupa z blisko 20-letnim stażem. Doświadczenie zawodowe rozpoczął w Klinice Neurochirurgii w Bydgoszczy. Obecnie pracuje m.in. w Szpitalu Św. Wojciecha w Poznaniu. Specjalizuje się w mikrochirurgii i chirurgii endoskopowej kręgosłupa. Jeden z niewielu specjalistów w Polsce stosujący nowoczesne techniki zabiegowe i implanty. Odbił szereg szkoleń w najlepszych niemieckich klinikach zajmujących się leczeniem kręgosłupa: (Szpital św. Anny w Herne, Schon Clinic w Monachium, oraz klinikach w Hamburgu i Bonn).

Zapraszamy do współpracy

Bartłomiej Rycharski

www.icodalej.pl

b.rycharski@deeperdive.co

tel. 795 401 608

