

## Zastosowanie urządzeń WINBACK i technologii TECAR w fizjoterapii sportowej

### I. Wprowadzenie

Rodzaje kontuzji w sporcie:

#### **Ostre:**

- Uszkodzenia tkanki miękkiej (stłuczenia, skręcenia, naciągnięcia, naderwania, zerwania-więzadeł, mięśni)
- Złamania kości,
- Stany zapalne (radikulopatie, miopatie, zapalenia ścięgien, pochewek ścięgnistych, kaletek maziowych)
- Neuralgie
- Aktywne mięśniowo-powięziowe punkty spustowe

#### **Przewlekłe:**

- nakładanie się mikrourazów (tendinopatie, zwapnienia mięśni, ścięgien)
- zwyrodnienia chrząstki stawowej
- zespół bólowy kręgosłupa (dyskopatia, kręgozmyk, kręgoszczelina)

### II. Technologia TECAR na przykładzie urządzeń Winback

- Czym jest TECAR (historia, podstawy fizyczne)
- Wskazania i przeciwwskazania do stosowania TECAR
- Dostępne akcesoria i sposoby ich wykorzystania w fizjoterapii sportowej

### III. Analiza przypadków klinicznych i terapia z wykorzystaniem urządzeń WINBACK

#### a.) skręcenie stawu skokowego

- Faza ostra rehabilitacji (2-5 dni)
- Faza „przewklekła„
- Powrót do treningu

#### b.) łokieć tenisisty

- Faza ostra rehabilitacji (2-5 dni)
- Faza „przewklekła„
- Powrót do treningu

#### c.) mięśniowo-powięziowe punkty spustowe

- Opis przypadku pracy na punktach spustowych m. czworobocznego grzbietu części zstępującej
- Przedstawienie wstępnych wyników badań w porównaniu z terapią suchego igłowania

- Przedstawienie odruchu konsensualnego w podczerwieni po terapii TECAR

d.) kręgoszczelina

- Diagnostyka
- Ostra faza zapalna
- Postępowanie w przygotowaniu powrotu do treningu sportowego

e.) krwiak śródmięśniowy

- Istotność częstotliwości (DEEPCET) w pracy w głębszych warstwach tkanki mięśniowej

f.) TECAR w procesie restytucji powysiłkowej na przykładzie DOMS

g.) TECAR w treningu sportowym (CORE, propriocepcja)

**IV. Analiza terapii za pomocą kamery termowizyjnej oraz algometry**

**V. Dyskusja**

**VI. Zakończenie**

**Prowadzący:**

**Tomasz Piętka** - magister fizjoterapii, doktorant w Zakładzie Medycyny Fizycznej Śląskiego Uniwersytetu Medycznego, właściciel gabinetu fizjoterapii [Medical Fit](#), a także fizjoterapeuta ekstraklasowego klubu koszykówki GTK Gliwice.

Certyfikowany terapeuta metody McKenzie, uczestnik licznych kursów m.in. z zakresu terapii manualnej (np. Mulligan, OMT Kaltenborn, FDM), PNF i suchego igłowania. Posiada tytuł instruktora odnowy biologicznej, specjalisty żywienia i suplementacji w sporcie oraz jest współautorem książki „Urazy i kontuzje treningu siłowego i fitness”.