

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. JERZEGO KUKUCZKI W KATOWICACH										
WYDZIAŁ FIZJOTERAPII										
KIERUNEK: FIZJOTERAPIA										
PROFIL KSZTAŁCENIA: OGÓLNOAKADEMICKI										
Moduł	Nie dotyczy									
Przedmiot	FIZJOTERAPIA MIĘŚNI DŃA MIEDNICY									
Rodzaj przedmiotu	Do wyboru									
Koordinator przedmiotu	Dr hab. Daria Chmielewska prof. AWF									
Treści programowe przedmiotu oparte na dorobku naukowym pracowników AWF w Katowicach										Tak
GRUPA ZAJĘĆ	O. AUTORSKA OFERTA UCZELNI □									
Liczba godzi w poszczególnych semestrach i punkty ECTS	I ROK		II ROK		III ROK		IV ROK		V ROK	
	sem. 1	sem. 2	sem. 3	sem. 4	sem. 5	sem. 6	sem. 7	sem. 8	sem. 9	sem. 10
Wykład (godz./ECTS)										
Ćwiczenia (godz./ECTS)							25/1			
Praca własna (godz./ECTS)							25/1			
OCENA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ	Zaliczenie na OCENĘ.									
CELE PRZEDMIOTU	<p>C1. Zapoznanie studentów z zasadami profilaktyki dysfunkcjami mięśni dna miednicy wymienionych w dokumentach wg Międzynarodowego Towarzystwa kontynencji (ICS)</p> <p>C2. Zapoznanie z podstawami teoretycznymi dotyczącymi zastosowania czynników fizykalnych (elektrycznych, mechanicznych) i ich wpływu na mięsień dna miednicy</p> <p>C2. Przygotowanie studenta do prawidłowego wykonywania ćwiczeń ruchowych w profilaktyce dysfunkcji mięśni dna miednicy w różnych okresach życia kobiety</p> <p>C3. Przygotowanie studenta do prawidłowego wykonywania metody biofeedback w oparciu o elektromiografię powierzchniową stosowaną w ćwiczeniach mięśni dna miednicy</p> <p>C4. Przygotowanie studenta do przewidywania i identyfikacji zagrożeń oraz niebezpieczeństw związanych z przeprowadzaniem specjalistycznych zabiegów fizykalnych oraz do postępowania zgodnie z zasadami BHP.</p>									
EFEKTY UCZENIA SIĘ										
Wiedza – efekty wymienione w standardach	Absolwent zna i rozumie: C.W9. teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy ćwiczeń fizycznych w profilaktyce zdrowia. C.W10. wskazania i przeciwwskazania do stosowania zabiegów z zakresu fizykoterapii i specjalistycznych metod fizykoterapii.									
Wiedza – efekty nie wymienione w standardach										
Umiejętności – efekty wymienione w standardach	Absolwent potrafi: C.U6. dobrać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego; C.U7. wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń; C.U17. podejmować działania promujące zdrowy styl życia na różnych poziomach oraz zaprojektować program profilaktyczny w zależności od wieku, płci, stanu zdrowia oraz warunków życia pacjenta, ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej.									
Umiejętności – efekty nie wymienione w standardach	Absolwent potrafi: U1. zaplanować i przeprowadzić ćwiczenia biofeedback m. in. oparte o elektromiografię powierzchniową; U2. zaplanować zabiegi elektrostymulacji w przypadku dysfunkcji mięśni dna miednicy.									
Kompetencje społeczne	KS1. W zakresie kompetencji społecznych absolwent jest gotów do przestrzegania praw pacjenta i zasad etyki zawodowej.									
WARUNKI WSTĘPNE										
TEMATYKA PRZEDMIOTU	<ol style="list-style-type: none"> <li>Anatomia funkcjonalna: miednica kostna, mięśnie dna miednicy, tkanka łączna miednicy – warsztaty z atlasem i modelem miednicy mniejszej</li> <li>Rola przepony oddechowej i przepony miednicy</li> <li>Co szkodzi mięśniom dna miednicy- edukacja i profilaktyka z elementami ergonomii</li> <li>Mięsień poprzeczny brzucha a mięsień dna miednicy- ćwiczenia</li> <li>Podstawy i założenia ćwiczeń w przypadku dysfunkcji mięśni dna miednicy w profilaktyce – nietrzymania moczu</li> <li>Podstawy i założenia ćwiczeń w przypadku dysfunkcji mięśni dna miednicy w profilaktyce – obniżenia narządów miednicy mniejszej</li> </ol>									

<p>7. Podstawy i założenia ćwiczeń w przypadku dysfunkcji mięśni dna miednicy w profilaktyce –dolegliwości bólowych miednicy mniejszej</p> <p>8. Ćwiczenia rozluźniające stosowane w dysfunkcjach mięśni dna miednicy</p> <p>9. Elektrostymulacja w nietrzymaniu moczu</p> <p>10. Biofeedback m.in. w oparciu o elektromiografię powierzchniową mięśni dna miednicy</p> <p>11. Analizowanie literatury naukowej oraz wykorzystywanie wyników badań naukowych w zakresie niezbędnym do programowania ćwiczeń i leczenia fizykalnego w oparciu o fakty naukowe (Evidence Based Medicine) –nietrzymanie moczu</p> <p>12. Analizowanie literatury naukowej oraz wykorzystywanie wyników badań naukowych w zakresie niezbędnym do programowania ćwiczeń i leczenia fizykalnego w oparciu o fakty naukowe (Evidence Based Medicine) –obniżenie narządów miednicy mniejszej i inne dysfunkcje mięśni dna miednicy</p> <p>13. Zaliczenie</p>	
<b>LITERATURA PODSTAWOWA (* - numer z gwiazdką oznacza dzieło pracownika AWF w Katowicach)</b>	
<p>1*. Chmielewska D. Stania M. (red). Fizjoterapia w zachowawczym leczeniu nietrzymania moczu u kobiet. Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach. Wydanie 2 poprawione. Katowice 2016.</p> <p>2. Yvonne Keller, Judith Krucker, Marita Seleger Wdrodze do istoty kobiecości, 2019, Mac Grupa.</p>	
<b>LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA (* - numer z gwiazdką oznacza dzieło pracownika AWF w Katowicach)</b>	
<p>1. R. Tanzberger • A. Kuhn, G. Möbs • U. Baumgartner. DNO MIEDNICY. Fizjologia, patologia, diagnostyka i leczenie. Koncepcja Tanzberger®, Edra Urban &amp; Partner, wyd. 3 2020.</p>	
<b>WYBRANE PUBLIKACJE NAUKOWE PRACOWNIKÓW AWF W KATOWICACH DOTYCZĄCE TEMATYKI PRZEDMIOTU</b>	
<p>1 Chmielewska D., Stania M i wsp. Electromyographic characteristics of pelvic floor muscles in women with stress urinary incontinence following sEMG-assisted biofeedback training and Pilates exercises. PLoS One. 2019 Dec 2;14(12):e0225647. doi: 10.1371/journal.pone.0225647. eCollection 2019. DOI: 10.1371/journal.pone.0225647</p> <p>2 Chmielewska D, Sobota G, Dolibog P, Dolibog P, Opala-Berdzik A. Reliability of pelvic floor muscle surface electromyography (sEMG) recordings during synchronous whole body vibration. PLoS One. 2021 May 18;16(5):e0251265. doi: 10.1371/journal.pone.0251265. PMID: 34003818; PMCID: PMC8130969.</p> <p>3 Stania M, Chmielewska D, Kwaśna K, Smykla A, Taradaj J, Juras G. Bioelectrical activity of the pelvic floor muscles during synchronous whole-body vibration--a randomized controlled study. BMC Urol. 2015 Oct 24;15:107. doi: 10.1186/s12894-015-0103-9. PMID: 26498430; PMCID: PMC4619551.</p> <p>4 Chmielewska D, Stania M, Sobota G, Kwaśna K, Błaszczak E, Taradaj J, Juras G. Impact of different body positions on bioelectrical activity of the pelvic floor muscles in nulliparous continent women. Biomed Res Int. 2015;2015:905897. doi: 10.1155/2015/905897. Epub 2015 Feb 22. PMID: 25793212; PMCID: PMC4352464.</p> <p>5 Opala-Berdzik A, Rudek-Zeprzałka M, Niesporek J, Cebula M, Baron J, Gruszczyńska K, Pascoal AG, Mota P, Chmielewska D. Technical aspects of inter-recti distance measurement with ultrasonographic imaging for physiotherapy purposes: the scoping review. Insights Imaging. 2023 May 18;14(1):92. doi: 10.1186/s13244-023-01443-4. PMID: 37202551; PMCID: PMC10195962.</p> <p>6 Stania M, Niemiec B, Kamienniarz A, Chmielewska D. Intravaginal electrical stimulation as a monotherapy for female stress urinary incontinence: A systematic review and meta-analysis. Complement Ther Clin Pract. 2022 Nov;49:101624. doi: 10.1016/j.ctcp.2022.101624. Epub 2022 Jul 2. PMID: 35803023.</p> <p>7 Chmielewska D, Cebula M, Gnat R, Rudek-Zeprzałka M, Gruszczyńska K, Baron J, Opala-Berdzik A. Reliability of inter-recti distance measurement on ultrasound images captured by novice examiners. Physiother Theory Pract. 2023 Sep 11:1-9. doi: 10.1080/09593985.2023.2255897. Epub ahead of print. PMID: 37695024..</p>	
<b>METODY NAUCZANIA</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Wykład informacyjny.</li> <li>Metoda przypadków, metoda sytuacyjna, dyskusja dydaktyczna.</li> <li>Pokaz połączony z przeżyciem.</li> <li>Analiza artykułów naukowych zgodnie z Evidence Base Medicine.</li> </ol>
<b>POMOCE NAUKOWE</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Rzutnik multimedialny</li> <li>Atlas anatomii</li> <li>Kozetka, wałki, kliny</li> <li>Elektromiograf</li> <li>Aparat do elektrostymulacji</li> </ol>
<b>PROJEKTY</b>	Wpływ wibracji całego ciała na aktywność mięśni , zastosowanie USG w ocenie kresy białej mięśnia prostego brzucha, biofeedback w terapii nietrzymania moczu, zastosowanie EMG w ocenie funkcji mięśni dna miednicy i mięśni brzucha, .
<b>METODY ZALICZENIA</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Odpowiedź ustna lub pisemna (test jednokrotnego wyboru).</li> <li>obserwacja (zaliczenie praktyczne)</li> </ol>
<b>KRYTERIA OCENY EFEKTÓW UCZENIA SIĘ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2,0 – student nie osiągnął wymaganych efektów uczenia się (punktacja poniżej 50%)</li> <li>3,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dostatecznym (51 do 60% )</li> <li>3,5 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dostatecznym plus (61 do 70%)</li> <li>4,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dobrym (71 do 80%)</li> <li>4,5 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dobrym plus (81 do 90%)</li> <li>5,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu bardzo dobrym (91 do 100%)</li> </ol>