

Περιεχόμενο σεμιναρίου

- Ανασκόπηση του τεράστιας κλινικής σημασίας και επιδημιολογίας της χρόνιας αυχεναλγίας
- Ανασκόπηση κινήσεων και νευρομυϊκών βλαβών που βρέθηκαν σε ασθενείς με διαταραχές πόνου στην ΑΜΣΣ
- Πρακτική συνεδρία που περιλαμβάνει ανάλυση κίνησης και ειδικές μυϊκές δοκιμασίες για την ΑΜΣΣ
- Πρακτική συνεδρία που παρουσιάζει μια συγκεκριμένη προσέγγιση άσκησης για τη διαχείριση της αυχενικής νευρομυϊκής και κινητικής δυσλειτουργίας
- Πρακτική συνεδρία που περιλαμβάνει ανάλυση κίνησης και ειδικές μυϊκές εξετάσεις για την περιοχή της ωμοπλάτης
- Πρακτική συνεδρία που παρουσιάζει μια προσέγγιση άσκησης για τη διαχείριση της δυσλειτουργίας του άξονα της ωμοπλάτης
- Αξιολόγηση και θεραπεία αισθητικοκινητικών διαταραχών στην αυχεναλγία, συμπεριλαμβανομένων της ιδιοδεκτικότητας, του οφθαλμοκινητικού ελέγχου και της ισορροπίας. Περιλαμβάνει θεωρητική και πρακτική συνεδρία
- Βασικές αρχές θεραπευτικής άσκησης σε αυχεναλγία, βασισμένες σε τεκμηριωμένα στοιχεία
- Εξέταση της συνολικής διαχείρισης ασθενών με διαταραχές πόνου στην ΑΜΣΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ

Ημέρα 1

09.00 - 10.30 Νευρομυϊκές και κινητικές διαταραχές σε άτομα με πόνο στον αυχένα

10.30 - 11.00 Διάλειμμα για καφέ / τσάι

11.00 – 12.00 Άσκηση για πόνο στον αυχένα: Μηχανισμοί στόχευσης και λειτουργικές βλάβες

12.00 - 13.00 Αναγνώριση και αντιμετώπιση νευρομυϊκών ελλειμμάτων στην περιοχή της ΑΜΣΣ

13.00 - 14.00 Μεσημεριανό

14.00 - 15.30 Συνέχεια πρακτικής άσκησης:
Αξιολόγηση και Θεραπεία της δυσλειτουργίας του νευρομυϊκού ελέγχου της ΑΜΣΣ

15.30 - 16:00 Διάλειμμα για καφέ / τσάι

16.00 - 17.00 Συνέχεια πρακτικής άσκησης:
Αξιολόγηση και Θεραπεία της δυσλειτουργίας του νευρομυϊκού ελέγχου της ΑΜΣΣ

Ημέρα 2

09.00 - 10.30 Αναγνώριση και αντιμετώπιση νευρομυϊκών ελλειμμάτων στην περιοχή της ωμοπλάτης

10.30 - 11.00 Διάλειμμα για καφέ / τσάι

11:00 - 12:30 Πρακτική συνεδρία: Αναγνώριση και αντιμετώπιση νευρομυϊκών ελλειμμάτων στην περιοχή της ωμοπλάτης

12.30 - 13.30 Μεσημεριανό

13.30 - 14.30 Αξιολόγηση και Θεραπεία αισθητικό-κινητικών διαταραχών στην αυχεναλγία: Ιδιοδεκτικότητα, Έλεγχος στάσης, Οφθαλμοκινητικός έλεγχος

14.30 - 15.30 Πρακτική συνεδρία: Αισθητικό-κινητικές διαταραχές στην ΑΜΣΣ

15.30 - 16.00 Διάλειμμα για καφέ / τσάι

16.00 - 17.00 Βασικές αρχές άσκησης σε χρόνια αυχεναλγία