

KARTA PRZEDMIOTU NA ROK AKADEMICKI 2020/2021						
INFORMACJE OGÓLNE						
1. Nazwa przedmiotu kształcenia		FIZJOTERAPIA W CIĄŻY I POŁOGU				
2. Nazwa jednostki		Wydział Nauk o Zdrowiu, Zakład Fizjoterapii				
3. Grupa treści kształcenia		Nauki kierunkowe				
4. Typ przedmiotu		Obowiązkowy				
5. Poziom studiów		Studia drugiego stopnia				
6. Liczba punktów ECTS		2				
7. Poziom przedmiotu		Średnio-zaawansowany				
8. Rok studiów, semestr		II rok, semestr IV				
9. Liczba godzin w semestrze						
Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.
15					30	
10. Język wykładowy: polski						
11. Wykładowca (wykładowcy)		Barbara Cydejko mgr; Aleksandra Kociuk mgr				
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE						
12. Wymagania wstępne						
1) Ukończony I stopień studiów z fizjoterapii. Student powinien znać podstawy anatomii i fizjologii oraz wykazać się znajomością w zakresie podstaw fizjoterapii.						
13. Cele przedmiotu						
C1 Zapoznanie studenta z fizjologią i patofizjologią w okresie ciąży i porodu.						
C2 Zapoznanie studenta z zasadami i celami fizjoterapii w okresie ciąży i porodu.						
C3 Zapoznanie studenta z przygotowaniem psychofizycznym do porodu.						
C4 Zapoznanie studenta z zasadami planowania i realizacji fizjoterapii w czasie ciąży i porodu.						
14. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych						
Student, który zaliczył przedmiot:				odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się		
WIEDZA						
EU01 Student zna istotę fizjologii i patofizjologii okresu ciąży i porodu				K_W18		
EU02 Student potrafi scharakteryzować zasady i cele fizjoterapii w okresie ciąży i porodu.				K_W02		
EU03 Student zna psychoprofilaktykę porodową i potrafi przygotować psychofizycznie kobietę ciężarną do porodu.				K_W03, K_W 14		
EU04 Student zna i potrafi zaplanować i zrealizować fizjoterapię w czasie ciąży i porodu.				K_W06, K_W15, KW 17		
UMIEJĘTNOŚCI						
EU05 Potrafi zaplanować, wykonać zabiegi fizjoterapeutyczne u ciężarnej, rodzącej i położnicy				K_U03, K_U04, K_U15		

EU06 Potrafi zaproponować program zabiegów fizjoterapeutycznych adekwatnie do stanu ciężarnej i położnicy , oraz uzasadnić dobór form i zakres działań fizjoterapeutycznych	K_U05, K_U06, K_U07, K_U08, K_U12, K_U16, K_U18
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU07 Potrafi określić potrzeby potencjalnej pacjentki w zakresie doboru zabiegów lub/i programów usprawniających, profilaktycznych, rekreacyjno-regeneracyjnych na podstawie stanu jej zdrowia i, oraz uzasadnić zaproponowany dobór form i zabiegów.	K_K03, K_K05, K_K09
EU08 Student wykazuje dbałość o stan zdrowia i poziom aktywności fizycznej, promując zdrowy styl życia.	K_K10
15. Treści programowe	
Forma zajęć - wykłady	
1. Organizacja zajęć, kryteria zaliczenia wykładów. 2. Choroby współistniejące w ciąży 3. Nadciśnienie tętnicze w ciąży 4. Choroby układu sercowo - naczyniowego w ciąży 5. Choroby układu oddechowego w ciąży 6. Choroby neurologiczne w ciąży 7. Powikłania połogowe 8. Zakażenia połogowe 9. Choroba zatorowa 10. Późne krwawienia poporodowe 11. Połogowe zmiany w narządach płciowych 12. Przygotowanie psychofizyczne do porodu. 13. Problem bólu w ujęciu psychoprofilaktycznym 14. Metoda Lamaze'a 15. Metoda Bradleya 16. Metoda Dick-Reada 17. Metoda Kitzinger 18. Technika Leboyera 19. Fizjoterapia w okresie połogu 20. Fizjoterapia a cięcie cesarskie 21. Ćwiczenia po porodzie 22. Uroginekologia. 23. Zaliczenie wykładów	
Forma zajęć – Zajęcia praktyczne	
1. Specyfika działań fizjoterapeuty wobec kobiety ciężarnej i położnicy 2. Standard opieki okołoporodowej 3. Założenia standardu opieki okołoporodowej 4. Zalecenia wynikające ze standardu opieki okołoporodowej Patofizjologia ciąży 5. Zmiany hormonalne w czasie ciąży 6. Wpływ ciąży na układ kostno-stawowy 7. Kondycja fizyczna ciężarnej 8. Alternatywne metody łagodzenia dolegliwości w czasie ciąży 9. Relaks 10. Wizualizacja 11. metody medycyny chińskiej (akupresura, masaż Shiatsu, technika „Polarity”) 12. Masaż 13. Aromaterapia Technika Aleksandra w czasie ciąży 14. Relacja głowa – szyja – plecy 15. Właściwe „Użycie” 16. Sterowanie 17. Świadoma kontrola podczas porodu 18. Aktywny odpoczynek sposobem Aleksandra	

19. Pozycje, techniki Aleksandra 20. Ćwiczenia w ciąży - ćwiczenia mięśni szyi, ćwiczenia obręczy barkowej, ćwiczenia mięśni kończyn dolnych 21. Ćwiczenia mięśni tułowia, grzbietu, brzucha i klatki piersiowej 22. Fizjoterapia w okresie połogu 23. Bóle kręgosłupa lędźwiowego; kręgosłup szyjny i piersiowy 24. Ćwiczenia po porodzie 25. Cięża fizjologiczna – zmiany w układzie ruchu, możliwe dolegliwości, sposoby radzenia sobie z bólem. Fizjoterapia w czasie ciąży – zakres działań. 26. Cięża fizjologiczna a aktywność fizyczna – zalecenia, ograniczenia, dobór ćwiczeń na różne etapy ciąży. 27. Połóg – zalecenia fizjoterapeutyczne na poszczególne etapy połogu, dopasowana aktywność fizyczna. 28. Zaburzenia uroginekologiczne poporodowe – możliwe rodzaje zaburzeń, profilaktyka i leczenie. Fizjoterapia dna miednicy. 29. Rozejście mięśnia prostego brzucha – testy kontrolne, USG kresy białej, dobór ćwiczeń. 30. Powrót do aktywności fizycznej po ciąży – zalecenia, ograniczenia, dobór ćwiczeń.	
16. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Wykład informacyjny i konwersatoryjny	
2. Dyskusja	
3. Prezentacje multimedialne	
4. Filmy dydaktyczne	
5. Pokaz i objaśnienie	
6. Ćwiczenia praktyczne w parach	
7. Studiowanie literatury przedmiotu	
8. Konsultacje	
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1. Obecność i aktywność na zajęciach – udział w dyskusji na wykładach.	
F2. Opracowanie zleceń fizjoterapeuty dla kobiety ciężarnej i kobiety w połogu	
P1. Zaliczenie końcowe z oceną na podstawie testu z treści realizowanych na wykładach	
P2. Zaliczenie końcowe z oceną z ćwiczeń	
18. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	49
Nakład pracy studenta:	
Przygotowanie się do zaj. praktycznych	5
Przygotowanie do zaliczenia końcowego	6
SUMA	60
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1. Fizjoterapia w ginekologii i położnictwie (red.) D. Szukiewicz PZWL, 2019	
2. Położnictwo i ginekologia. G.H. Bręborowicz, tom I i II PZWL, 2016, 2017	
3. Zaburzenia statyki narządów miednicy u kobiet. E. Barcz PZWL 2020	
4. Szkoła rodzenia (red.) D. Ćwiek PZWL, 2010	
Literatura uzupełniająca:	
1) Prowadzenie porodu (red.) V. Chapman, C. Charles. PZWL 2010	
20. Formy oceny – szczegóły	
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: zajęcia kończą się zaliczeniem z oceną.	
Procentowy podział ocenianych efektów w kategoriach wiedza, umiejętności, kompetencje: W – 80%, U – 15%, K – 5%	
Zaliczenie pisemne z treści wykładów:	
- Czas trwania 30 minut	
- 20 pytań testowych, zamkniętych jednokrotnego wyboru z treści obejmujących tematykę wykładów.	

Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 60% pozytywnych odpowiedzi. Każde pytanie oceniane jest w skali od 0 do 1 pkt - maksymalnie student może uzyskać 20 pkt., minimalnie 12 pkt.

Punktacja:

- 0 – 11 pkt - niedostateczny (2,0)
- 12 – 13 dostateczny (3,0)
- 14 – 15 dostateczny plus (3,5)
- 16 – 17 dobry (4,0)
- 18 – 19 dobry plus (4,5)
- 20 – bardzo dobry (5,0)

Opcjonalnie: opracowanie autorskiego programu usprawniającego /profilaktycznego/regeneracyjnego dla wybranej jednostki adekwatnie do powstałego urazu.

21. Inne przydatne informacje o przedmiocie

1. Informacji o treściach programowych udziela prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji
2. Zajęcia będą się odbywały w sali wykładowej PSW w Białej Podlaskiej, Oddziale Gin- Położniczym WSzS w Białej Podlaskiej oraz w centrum rehabilitacji.
3. Zajęcia będą się odbywały zgodnie z aktualnym planem zajęć
4. Konsultacje będą się odbywały zgodnie z obowiązującym terminarzem

* L – laboratorium (w przypadku zajęć z języka obcego oznacza lektorat)

** – Zajęcia prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego lub innej osoby prowadzącej zajęcia **oraz konsultacje**