

	UČNI NAČRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS
Predmet	Terapevtske masaže in limfne drenaže
Course title	Therapeutic Massage and Lymphatic Drainage

Študijski program in stopnja Study programme and level	Študijska smer Study field	Letnik Academic year	Semester Semester
Fizioterapija / I. stopnja Physiotherapy / 1 st Cycle	Ni smeri študija No study field	3. letnik 3 rd year	6. 6 th

Vrsta predmeta/Course type modularni/module

Univerzitetna koda predmeta/University course code FTH 3 MI UN 2

Predavanja Lectures	Sem. vaje Tutorial	Kab. vaje Cabinet tutorial	Lab. vaje Laboratory work	Teren. vaje Field work	Samost. delo Individ. work	ECTS
45		30			75	5

Nosilec predmeta/Lecturer: Petra Kotnik, pred.

Jeziki/ Languages:	Predavanja/Lectures:	slovenski/Slovenian
	Vaje/Tutorial:	slovenski/Slovenian

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:	Prerequisites:
Vpis v tretji letnik študijskega programa.	A prerequisite for inclusion is enrolment in the third year of study.

Vsebina:	Content (Syllabus outline):
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Filozofija in načela terapevtske masaže:</i> zgodovina masaže, izvor imen tehnik klasične masaže. • <i>Biološke osnove:</i> koža, vezivno tkivo, dinamika tekočin. • <i>Učinki terapevtske masaže:</i> kontraindikacije. • <i>Terminologija in opis tehnik terapevtske masaže:</i> gladenje, gnetenje, vtiranje, udarjanje, tresenje. • <i>Splošna masaža – uporaba:</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Philosophy and principles of therapeutic massage:</i> history of massage therapy, origins of the names of massage techniques. • <i>Biological bases:</i> skin, connective tissue, fluid system dynamics. • <i>Effects of therapeutic massage:</i> contraindications. • <i>Terminology and description of the therapeutic massage techniques:</i>

<p>navodila, spodnji ud, zgornji ud, zgornji del prsnega koša, trebuh, hrbet in boki, obraz.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Način delovanja ročne limfne drenaže: vezivno tkivo, transportni sistem v telesu. • Učinki delovanja ročne limfne drenaže. • Indikacije in kontraindikacije ročne limfne drenaže: previdnostni ukrepi. • Uporaba tehnike ročne limfne drenaže v fizioterapiji. 	<p>gliding, kneading, wringing, tapping, shaking.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>General massage – use:</i> instructions, the lower limb, the upper limb, the upper part of the thorax, abdomen, back and hips, face. • <i>Manual lymphatic drainage - function:</i> connective tissue, transport system in the body. • <i>Effects of the manual lymphatic drainage.</i> • <i>Indications and contraindications of the manual lymphatic drainage:</i> precautionary measures. • <i>Use of the manual lymphatic drainage technique in physiotherapy.</i>
--	---

Temeljna literatura in viri/Readings:

Temeljna literatura/Basic literature

- Gaber, G. (2006). *Klasična terapevtska masaža*. Ljubljana.
- Holey, E. A in Cook E. M. (2003). *Evidence-based therapeutic massage : a practical guide for therapists*. 2nd ed. Edinburgh: Churshill Livingstone.
- Wittlinger, G. in Wittlinger, H. (2010). *Dr. Vodder`s manual lymph drainage. A practical guide*. Stuttgart - New York.

Priporočljiva literatura/Recommended literature

- Clay, J. H. in Pounds, D. M. (2008). *Basic clinical massage therapy: integrating anatomy and treatment*. 2nd ed. Philadelphia.
- Wittlinger, H. (2011). *Dr. Vodder`s manual lymph drainage: a practical guide*. Stuttgart; New York.
- Izbrani članki iz zbornikov znanstvenih srečanj, izbrani članki iz domačih in tujih znanstvenih revij s področja terapevtskih masaž in ročne limfne drenaže.
- Izbrane internetne strani raziskav in strokovnih objav v Slovenskem strokovnem združenju za limfedem.

Cilji in kompetence:

Učna enota prispeva predvsem k razvoju naslednjih splošnih in specifičnih kompetenc:

- avtonomnost pri strokovnem delu in sprejemanje odločitev,
- seznanjenost z novostmi na področju obravnave,
- razvoj veščin in spretnosti za izvajanje terapevtskih masaž,
- razvoj veščin in spretnosti za izvajanje ročne limfne drenaže,

Objectives and competences:

The learning unit mainly contributes to the development of the following general and specific competences:

- autonomy in professional work and decision making,
- being familiar with novelties in the field of treatment,
- development of skills and expertise for performing therapeutic massages,
- development of skills and expertise for performing manual lymphatic drainage,

<ul style="list-style-type: none"> • razvoj sposobnosti neverbalne komunikacije (pomen dotika, glasu, izraza obraza,...), • razvoj spretnosti za evalvacijo rezultatov pri svojem delu, • sposobnost zavračanja pristopov, ki so strokovno in empirično neutemeljeni, • sposobnost sodelovanja v fizioterapevtskem, interdisciplinarnem in multidisciplinarnem timu, • sposobnost obnašanja, skladno z načeli in principi Kodeksa etike fizioterapevtov SLO. 	<ul style="list-style-type: none"> • development of the non-verbal communication ability (meaning touch, voice, facial expression,...), • development of skills for evaluating work results, • the ability to reject approaches that are professionally and empirically unfounded, • the ability to participate in a physiotherapeutic, interdisciplinary and multidisciplinary team, • the ability to behave in accordance with the principles of the Code of Ethics for Physiotherapists in Slovenia.
---	--

Predvideni študijski rezultati:

Intended learning outcomes:

<p>Student/šudentka:</p> <ul style="list-style-type: none"> • razume fiziološke temelje in terapevtski učinek, • uporabi teoretično in praktično znanje pri uporabi terapevtske masaže in ročne limfne drenaže, • prepozna indikacije, kontraindikacije ter omejitve pri manualni obravnavi mehkih tkiv, • razume opise terapevtske masaže, • pozna in razume tehnike terapevtske masaže, • je sposoben/_a uporabe splošne masaže, • pozna delovanje limfnega sistema, • razume pomen in je sposoben uporabe tehnik ročne limfne drenaže, • usposobi se za samostojno manualno obravnavo mehkih tkiv. 	<p>Students:</p> <ul style="list-style-type: none"> • understand physiological grounds and the therapeutic effect, • apply the theoretical and practical knowledge in the use of therapeutic massage and manual lymphatic drainage, • identify indications, contraindications and limitations in the manual treatment of soft tissues, • understand the description of therapeutic massage, • know and understand the therapeutic massage techniques, • are able to use the general massage, • know the functioning of the lymphatic system, • understand the importance and are able to use the manual lymphatic drainage techniques, • are qualified for the independent manual treatment of soft tissues.
---	--

Metode poučevanja in učenja:

Learning and teaching methods:

<ul style="list-style-type: none"> • <i>predavanja</i> z aktivno udeležbo študentov (razlaga, diskusija, vprašanja, primeri, reševanje problemov), • <i>kabinetne vaje</i>: demonstracija, metoda praktičnih del, delo v parih, študije primera, razgovor, diskusija, simulacija. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>lectures</i> with active student participation (explanation, discussion, questions, examples, problem solving), • <i>cabinet tutorial</i>: demonstration, method of practical work, work in pairs, case studies, conversation, discussion, simulation.
---	--

Načini ocenjevanja:	Delež (v %) Weight (in %)	Assessment:
Načini: <ul style="list-style-type: none"> • izpit • kolokvij Ocenjevalna lestvica: ECTS.	80 % 20 %	Types: <ul style="list-style-type: none"> • exam • preliminary exam Grading scheme: ECTS.