

	<b>UCNI NACRT PREDMETA/COURSE SYLLABUS</b>
<b>Predmet</b>	<b>Terapevtske masaže in limfne drenaže</b>
<b>Course title</b>	<b>Therapeutic Massage and Lymphatic Drainage</b>

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

**Vrsta predmeta/Course type** modularni/module

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

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

**Nosilec predmeta/Lecturer:**

<b>Jeziki/ Languages:</b>	<b>Predavanja/Lectures:</b>	slovenski/Slovenian
	<b>Vaje/Tutorial:</b>	slovenski/Slovenian

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

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

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

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

**Predvideni študijski rezultati:**

**Intended learning outcomes:**

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

**Metode poučevanja in učenja:**

**Learning and teaching methods:**

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

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