

'Functionele bewegingsketens van de wervelkolom, schouders en armen'

Programma met urenindeling per programmaonderdeel

Vorbereiding cursus

In de voorbereiding op dagdeel 1 dienen de deelnemers de reader en de wetenschappelijke artikelen (bijlagen 12 t/m 17 te bestuderen).

Dagdeel 1: observatie van bewegingsketens

Inleiding

De docenten en deelnemers maken kennis met elkaar, de inhoud van de cursus wordt toegelicht (observeren – analyseren – corrigeren – verifiëren van bewegingsketens tijdens dagelijkse activiteiten) en de deelnemers bepalen individuele leerdoelen.

Opdracht 1: video-observatie bewegingsketens

Inhoud

Er wordt een video vertoond van een patiënt waarbij een verstoring waarneembaar is in de bewegingsketen van de wervelkolom, schouders en armen. De patiënt voert een dagelijkse activiteit uit. De deelnemers noteren hun observaties op het *blanco observatieformulier* (bijlage 3). In dit eerste onderdeel worden de observaties van de deelnemers beoordeeld op objectiviteit (feitelijk beschrijven van wat je ziet, zonder oordeel, gevoel, verklaring of betekenis).

Opdracht 2: video-observatie bewegingsketens

Inhoud

Er wordt een video vertoond van een patiënt waarbij een verstoring waarneembaar is in de bewegingsketen van de wervelkolom, schouders en armen. De patiënt voert een dagelijkse activiteit. De deelnemers noteren hun observaties op het *registratieformulier bewegingsketens* (bijlage 4). Met behulp van dit registratieformulier wordt de observatie van de deelnemers gekaderd: de bewegingsketen wordt genoteerd in gewrichtsstanden.

Opdracht 3: Eigen vaardigheden – het ervaren van een bewegingsketen

Inhoud

Door middel van observatie van collega-deelnemers en proprioceptie (eigen ervaring) ervaren de fysiotherapeuten hoe een verstoring invloed heeft op het verloop van de bewegingsketen van de wervelkolom, schouders en armen. Ook ervaren zij hoe een correctie van een dergelijke verstoring het verloop van de bewegingsketen beïnvloedt van proximaal naar distaal en vice versa. (Bijvoorbeeld: hoe het corrigeren van de stand van de schouder invloed heeft op de stabiliteit in de pols.) Zelf ervaren en opslaan in de motorisch cortex dragen bij aan het begrip en het vermogen de geleerde stof over te brengen op de patiënt.

Opdracht 4: Onderling observeren

Inhoud

De deelnemers observeren elkaar tijdens het uitvoeren van twee dagelijkse activiteiten. T.w.: het oppakken en weer terugzetten van een koekenpan en het draaien aan een pepermolen. Een deelnemer voert de activiteit uit, een andere deelnemer observeert en deelt zijn bevindingen met de groep. (Voorbeeld: de deelnemer pakt de koekenpan op met een flexie van de thoracale kyfose, protractie van het art. AC/SC en flexie van articulatio radiocarpea/mediocarpea.) De docent kijkt of de observator objectief observeert en een kijkschema hanteert. Vervolgens instrueert de docent de deelnemer om proximaal de bewegingsketen te corrigeren, de observator observeert wat er in de loop van de bewegingsketen verandert. (Voorbeeld: na correctie pakt de deelnemer de pan op zonder flexie van de thoracale kyfose; de observator kijkt of er iets verandert in de bewegingen van het art. AC/SC, het art. GH, het art. cubiti, het art. radiocarpea/mediocarpea en art. metacarpophalangeae en interphalangeae.)

Plenaire afronding

Vragen, discussie en uitleg huiswerkopdracht voor dagdeel 2

'Functionele bewegingsketens van de wervelkolom, schouders en armen'

Programma met urenindeling per programmaonderdeel

Vorbereiding dagdeel 2

In de voorbereiding op dagdeel 2 dienen de deelnemers zich verder te bekwamen in het observeren van bewegingsketens tijdens dagelijkse activiteiten. Elke deelnemer kiest 5 patiënten. (Zie bijlage 5 – huiswerkopdracht 1) en vult de *registratieformulieren bewegingsketens* in.

Dagdeel 2: observatie en analyse van bewegingsketens

Inleiding

Ruimte voor vragen, toelichting van het dagprogramma

Opdracht 5: Huiswerkopdracht bespreken

Alle ingestuurde video's worden om beurten besproken. Degene die de video heeft ingestuurd bespreekt de casus met behulp van het registratieformulier bewegingsketens. Tijdens het afspelen van de video's dienen de overige deelnemers hun observaties te noteren. In dit onderdeel wordt gekeken naar specifieke gewrichtsstanden in relatie tot elkaar. De aanzet wordt gemaakt in het redeneren in oorzaak en gevolg.

Opdracht 6: videoanalyse bewegingsketens

De deelnemers krijgen 3 video's te zien van een orthodontist. In elke video behandelt de orthodontist een andere patiënt en voert hij verschillende handelingen uit. De deelnemers dienen een observatie te maken van de verstoring in de bewegingsketen en door middel van analyse een inschatting te maken van de spiertonus. Zij vullen het *registratieformulier spierspanning* in (bijlage 6).

Opdracht 7: videoanalyse bewegingsketens

De deelnemers krijgen 4 video's te zien van een beeldschermwerker met klachten die veroorzaakt worden door een verstoorde bewegingsketen. De deelnemers dienen een analyse te maken van de verstoring in de bewegingsketen en de klachten van de beeldschermwerker te verklaren. Zij vullen het *Registratieformulier bewegingsketenanalyse en klachten* in (bijlage 7).

Opdracht 8: Onderling observeren

De deelnemers observeren elkaar tijdens pc-werk. Zij dienen een analyse te maken en te bepalen waar de oorsprong zit van de eventueel aanwezige verstoring. Vervolgens dienen ze aan te geven welke schakel in de bewegingsketen de 'patiënt' zou kunnen corrigeren

Plenaire afronding

Vragen, discussie en uitleg huiswerkopdracht voor dagdeel 2

'Functionele bewegingsketens van de wervelkolom, schouders en armen'

Programma met urenindeling per programmaonderdeel

Vorbereiding dagdeel 3

Als voorbereiding op dagdeel 3 dienen de tot dan toe verworven vaardigheden te worden toegepast in huiswerkopdracht 2. De opdracht bestaat uit het volgen van 5 patiënten, elk gedurende 4 behandelingen. Met behulp van de verschillende registratieformulieren en het *vorderingenformulier* (zie bijlagen 4, 6, 7, 8) bekwamen de deelnemers zichzelf verder in het observeren en analyseren van verstoorde bewegingsketens bij patiënten tijdens dagelijkse activiteiten. Op basis van de analyse bieden ze, het liefst zo proximaal mogelijk, een correctie aan van de bewegingsketen aan de patient (Zie bijlage 9 – huiswerkopdracht 2). Van 1 casus maken ze een video 'voor de correctie' en 'na de correctie' en sturen deze in.

Dagdeel 3: corrigeren en verifiëren van verstoorde bewegingsketens

Inleiding

Ruimte voor vragen, toelichting van het dagprogramma

Opdracht 9: Huiswerkopdracht bespreken

Alle ingestuurde video's worden om beurten besproken. Tijdens het afspelen van de video's noteren de overige deelnemers hun observaties. Degene die de video 's heeft ingestuurd licht zijn analyse en correctie(s) toe.

Opdracht 10: Checklist bewegingsketens bepalen

Aan de hand van het *schema verstoorde bewegingsketen* (bijlage 10) wordt de theorie toegelicht over het ontstaan van biomechanische verstoringen in de bewegingsketen van de wervelkolom, schouders en armen. Vervolgens leren de fysiotherapeuten alle schakels van een bewegingsketen (van proximaal naar distaal) te corrigeren en testen (verifiëren) op functionaliteit en verstoring (zie reader blz. 19 e.v.).

Opdracht 11: Circuit bewegingsketens corrigeren

De deelnemers passen alle tot dan toe geleerde vaardigheden toe in het circuit van activiteiten: het observeren – analyseren – corrigeren en verifiëren. In dit circuit zijn 5 verschillende praktische dagelijkse activiteiten te doen. Beurtelings voeren de deelnemer in groepen van 2 personen de rol van therapeut en patiënt uit.

Plenaire afronding

Vragen, discussie
