

## Cele Instytutu

Głównymi celami PRI ( Postural Restoration Institute - Instytut Odbudowy Postawy) są: opis postawy i jej adaptacji do wymagań życia codziennego, opis asymetrycznych wzorców ruchowych, wpływ wielostawowych łańcuchów mięśniowych na ciało ludzkie.

Innowacyjne metody leczenia oferowane przez PRI zwracają szczególną uwagę na wpływ kinematycznych dysfunkcji ruchowych na postawę oraz leczenie sfery oddechowej, miokinematycznej i nerwowo-mięśniowej.

Działania Instytutu koncentrują się na klinicznej edukacji, badaniach oraz poszukiwaniach prostrzych rozwiązań w procesie terapii.

Więcej informacji (również w języku polskim) znajdziecie Państwo na stronie:

[www.posturalrestoration.com](http://www.posturalrestoration.com)

Kontakt w języku polskim— [kursypri@yahoo.com](mailto:kursypri@yahoo.com)

## Kursy

### Wprowadzenie

Seria pięciu kursów organizowanych dla klinicystów pragnących rozwijać swoje umiejętności i pogłębić wiedzę w dziedzinie patobio-mechaniki.

Nacisk będzie kładziony na poprawę postawy, procesów oddychania, nerwowo-mięśniowego kodowania i torowania prawidłowych wzorców ruchowych. Kursy te są kierowane do fizjoterapeutów, lekarzy, trenerów i pracowników służby zdrowia.

Uczestnictwo dwóch lub więcej pracowników tej samej placówki pozwoli na lepsze zrozumienie i zastosowanie w/w materiału (części teoretycznej i praktycznej) po zakończeniu kursu.

Certyfikat ukończenia kursu będzie przyznany każdemu uczestnikowi po drugim dniu szkolenia.

**Kurs pierwszy:** „Miokinematyczna odbudowa wzorców zespołu lędźwiowo – miedniczno – udowego”.

Kolejne kursy („Poprawa funkcji kompleksu piersiowo – brzuszno” „Odbudowa kompleksu szyjno-czaszkowo-żuchwowego, „Niestabilności stawowe”, „Zaawansowana integracja”) planowane są w latach 2010-2014. Egzamin końcowy - Certyfikat PRI przewidziany jest na rok 2014-2015. .

### Opis Kursu

Zaawansowany kurs z rozbudowaną częścią praktyczną pogłębiający biomechaniczne zależności pomiędzy ipsilateralną i kontralateralną częścią zespołu lędźwiowo – miedniczno – udowego. Proces usprawniania ukierunkowany jest na odbudowę miedniczno – udowej pozycji oraz rekrutację odpowiednich mięśni rotujących, tak aby zniwelować synergizmy wywołujące patomechaniczne asymetrie powyższego kompleksu. Nacisk będzie kładziony na repozycję, torowanie i ćwiczenia wzmacniające rotatory zewnętrzne i wewnętrzne kości udowej, miednicy i tułowia. Zastosowanie szczegółowych technik inhibicyjnych umożliwi przywrócenie po-

Warszawa, 12 sierpnia 2008

System PRI jest spójnym i dobrze uzasadnionym systemem terapeutycznym, który ma na celu poznanie istoty zaburzeń prawidłowych wzorców ruchowych wynikających z dysfunkcji narządu ruchu oraz poznanie metod przywracania tych prawidłowych wzorców. Udział w szkoleniach prowadzonych w ramach tego systemu może być z powodzeniem zalecany fizjoterapeutom, gdyż w znaczący sposób podniesie ich kwalifikacje zawodowe.

Prof. dr hab. med. Andrzej Seyfried

prawnej funkcji i pozycji spoczynkowej nadaktywnych mięśni. Uczestnicy kursu będą mogli bezwzględnie zastosować nabyte umiejętności w pracy klinicznej w leczeniu dysfunkcji stawów krzyżowo-biodrowego, bólów krzyża, zespołu mięśnia gruszkowatego itp.

### Założenia kursu

-Określenie i zdefiniowanie biomechanicznych założeń układu mięśniowo-szkieletowego i patomechaniki na przykładzie kości udowej, miednicy i kręgosłupa lędźwiowego.

-Wpływ dysfunkcji układu mięśniowo-szkieletowego na asymetryczne łańcuchy mięśniowe i kompensacyjne wzorce synergistyczne.

-Badanie dysynchroni nerwowo-mięśniowej i asymetrii postawy, wpływu na stabilność i funkcję dolnej części ciała.

-Odbudowa synchronicznej funkcji kompleksu lędźwiowo-miedniczno-udowego i poprawa kontroli nerwowo-motorycznej mięśni stabilizujących powyższe stawy.

### Dzień Pierwszy

|             |   |
|-------------|---|
| 7:30-8:00   | Rejestracja uczestników   |
| 8:00-9:00   | Łańcuch mięśniowy (AIC)- wzorce i dynamika stawów miednicy            |
| 9:00-10:00  | Więzadłowo-stawowe dysfunkcje kompleksu lędźwiowo-miedniczno- udowego |
| 10:00-10:15 | Przerwa   |
| 10:15-12:00 | Rotatory zewnętrzne i wewnętrzne uda                                  |
| 12:00-13:00 | Przerwa na lunch  |
| 13:00-14:00 | Miokinematyczne wpływy na miednicę i kość udową                       |
| 14:00-15:00 | Testy i ocena zakresu ruchu i siły mięśniowej-część teoretyczna       |
| 15:00-15:15 | Przerwa   |
| 15:15-16:15 | Testy i ocena zakresu ruchu i siły mięśniowej- część praktyczna       |
| 16:15-16:30 | Repozycja stawowa poprzez demonstrację integracji wydzielonych mięśni |
| 16:30-17:00 | Pytania i odpowiedzi  |

## Dzień Drugi

- 7:45-8:00 Rejestracja uczestników
- 8:00-10:00 Miokinematyczna hierarchia
- 10:00-10:15 Przerwa
- 10:15-12:00 Patomechanika lewego łańcucha mięśniowego (AIC) - leczenie dysfunkcji stawu krzyżowo-biodrowego, bólów pleców, zespołu mięśnia gruszkowatego
- 12:00-13:00 Przerwa na lunch
- 13:00-15:00 Integracja miokinematyczna lewego łańcucha mięśniowego (AIC)
- 15:00-15:15 Przerwa
- 15:15-17:00 Ustalenie specyficznego programu ćwiczeń indywidualnych dla pacjenta

**Rejestracja**—na stronie internetowej [www.posturalrestoration.com](http://www.posturalrestoration.com)

### Oplaty :

Rejestracja na 8 tygodni lub dłużej przed terminem kursu – \$ 415

Rejestracja w ciągu 8 tygodni przed kursem - \$ 445

## Ron Hruska



Ron Hruska, fizjoterapeuta, magister zarządzania i administracji publicznej, absolwent Uniwersytetu w Nebrasce, założyciel Postural Restoration Institute (Instytut Odnowy Postawy), właściciel Hruska Clinic w Lincoln, Nebraska, USA.

Dwudziestoosmioletnia praktyka oraz zdobyte doświadczenia oparte na miokinematycznej i biomechanicznej analizie postawy ciała i wzorców ruchowych, pozwoliły Ronowi Hrusce na opracowanie unikalnego, funkcjonalnego systemu diagnozowania i leczenia. Szczegółowej analizie poddawane są: symetria tułowia, funkcja i stabilność kończyn, równowaga oddechowa.

Ron Hruska bezpośrednio współpracuje z fizjoterapeutami, lekarzami, personelem para-medycznym oraz pracownikami naukowymi. Osiągnięta reputacja w dziedzinie terapii neurodynamicznej zaowocowała konsultacjami z zawodowymi sportowcami oraz z zawodnikami uniwersyteckimi różnych dyscyplin sportowych. Hruska systematycznie prowadzi wykłady w

USA na temat zaburzeń wzorców ruchowych i odbudowy całościowej funkcji ciała.

Aktualnie jest członkiem wielu stowarzyszeń medycznych działających na terenie USA, m.in.: American Academy of Orthopedic Manual Physical Therapists, American Academy of Orofacial Pain, American Academy of Craniofacial Pain, Neuro-Optometric Rehabilitation Association oraz American Physical Therapy Association.

Więcej informacji zawartych jest na stronie internetowej: [www.hruskaclinic.com](http://www.hruskaclinic.com).

## Grzegorz Parfianowicz



Mgr rehabilitacji ruchowej i wychowania fizycznego, trener piłki ręcznej (aktywny zawodnik przez 11 lat) ukończył Akademię Wychowania Fizycznego w Warszawie w 1992 roku.

Od 1993 roku na stałe zamieszkały i pracujący w USA.

**Zainteresowania zawodowe** - rozwój leczenia rehabilitacyjnego traktującego organizm ludzki jako całość. Połączenie kompleksowej diagnostyki i profilaktyki z leczeniem ruchem, wspomagającym homeostazę ciała.

### **Doświadczenie zawodowe:**

- 1) Praca z pacjentami ambulatoryjni ze schorzeniami narządu ruchu, układu nerwowego (ortopedia, neurologia).
- 2) Wykłady dla studentów i pracowników służby zdrowia.

### **Cele zawodowe:**

- 1) współpraca z innymi dyscyplinami medycznymi a w szczególności dentystyką, ortodontyką, okulistyką, medycyną chorób wewnętrznych
- 2) rozwój w kierunku dydaktycznym

### **PODYPLOMOWE KURSY DOSKONALENIA ZAWODOWEGO**

- 1994** Maitland - Ewaluacja i leczenie stawów kończyny górnej, kończyny dolnej i kręgosłupa
- 2002** Certyfikat Terapii Manualnej zatwierdzony i wydany przez Uniwersytet w Saint Augustine, Floryda (dr Stanley Paris) - rok 2002 po ukończeniu serii siedmiu kursów
- 2005** Certyfikat wydany przez McKenzie Institute – rok 2005 (seria czterech kursów)
- 2005** Mulligan - wprowadzenie do koncepcji NAGS/SNAGS
- 2006** Institute of Physical Art (Greg Johnson) - terapia manualna
- 2008** Postural Restoration Institute (Ron Hruska)-certyfikat

„Miałem okazję uczestniczyć w wielu kursach organizowanych na terenie USA, jednak żaden z nich nie zainteresował mnie tak, jak te przedstawiane przez Pana Rona Hruskę. Nakreślony przez Rona Hruskę kierunek, umożliwił mi kontynuowanie zainteresowań w dziedzinie patobiomechaniki, z którą styczność miałem w latach 1988-1992 na warszawskim AWF-ie.

Pan Hruska stworzył całościowy system leczenia człowieka, który najlepiej odzwierciedlony jest w definicji postawy.

Jestem przekonany, że informacje, które przekazywane będą w czasie naszych kursów, okażą się ciekawe dla każdego, kto poszukuje nowych kierunków w pracy z pacjentami.”

## Michał Niedzielski



**Michał Niedzielski**, mgr Rehabilitacji Ruchowej, absolwent AWF w Warszawie, rocznik 1992.

W latach 1990 do 1994 członek założycielski Integrycyjnego Klubu Sportowego „Charpentier” oraz dyrektor Ośrodka Aktywnej Rehabilitacji dla Osób Niepełnosprawnych przy AWF, w Warszawie.

Od 1994 do chwili obecnej przebywa w USA. W 1996 roku założył i jest współwłaścicielem Physical Therapy Center of Horseheads, klinika dla pacjentów ambulatoryjnych.

*Profesjonalne doświadczenie i zainteresowania zawodowe.*

„Ogromny wpływ jaki wywarł na mnie promotor prof. Seyfried ukierunkował moje zainteresowania początkowo ku biomechanicznym wpływom na rozwój postawy ciała oraz formowaniu się poprawnych i patologicznych wzorców ruchowych. Poszukiwania te miały na celu znalezienie właściwych procedur egzaminacyjnych, odzwierciedlających prawidłową funkcję ciała poprzez zrozumienie symetrii tułowia, kontroli mięśniowej, nerwowej i oddechowej tułowia i kończyn. W ostatnich latach, wiedza nabyta głównie dzięki Postural Restoration Institute - Instytut Odnowy Postawy, umożliwiła mi stworzenie pełnego neurodynamicznego wizerunku funkcji ciała oraz możliwości jej odtworzenia w wyniku procesu rehabilitacyjnego. Zapoczątkowało to współpracę z działami medycyny takimi jak: neuro-okulistyka, ortodoncja, stomatologia i gastroenterologia. Relacje moich kontaktów zawodowych również uległy zmianie; jako referujący klinicysta stałem się jedną z podstawowych osób w procesie leczenia pacjenta”.

Od roku 1998 związany z PRI; jeden tylko z 47 certyfikowanych terapeutów w USA.

Główne założenia PRI opierają się na zgłębieniu wiedzy w kierunku zagadnień związanych z patologicznymi adaptacjami postawy, wzorcami asymetrycznymi i wpływami wielostawowych łańcuchów mięśniowych na funkcję ciała ludzkiego.

*Kluczowe podyplomowe kursy doskonalenia zawodowego.*

Wszystkie kursy oferowane przez PRI zakończone egzaminem certyfikującym.

Seria kursów (pięć) dotyczących leczenia zaburzenia balansu zakończonych egzaminem sponsorowanym przez University of Miami.

Seria kursów (sześć) sponsorowana przez National Institute of Cranio-Sacral Studies, Inc.

Seria kursów (cztery) sponsorowane przez University of St. Augustine, Institute of Physical Therapy (Paris School).

Seria kursów (dwa) sponsorowana przez Cayuga Professional Education Association – “Maitland”.

Seria kursów (trzy) dotycząca medycyny pracy, sponsorowana przez Iserhagen Work System.

Liczne pojedyncze kursy dotyczące strategii ćwiczeń rehabilitacyjnych, mobilizacji układu nerwowego, pogłębiania wiedzy anatomicznej i radiologicznej.

Obecny cel zawodowy: połączenie pracy klinicznej z pracą dydaktyczną.

***Motto „Ruch jako lek nie ma substancji ani opakowania, podanie go choremu wymaga zarówno wiedzy jak i sztuki w aplikacji”.***