

## 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 prostszych rozwiązań w procesie terapii.

Kontakt w języku polskim— kursypri@yahoo.com

Przedstawiciel PRI w Polsce—dr Andrzej Gryglewicz

Kontakt— pri@wp.pl

## 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”.

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

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

### 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 dysynchronii 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 i śniadanie kontynentalne
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 we własnym zakresie
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	Śniadanie Kontynentalne
8:00-10:00	Miokinematyczna hierarchia
10:00-10:15	Przerwa
10:15-12:00	Patomechanika lewego łańcucha mięśniowego (AIC) - leczenie dysfunkcji stawów krzyżowo-biodrowych, bólów pleców, zespołu mięśnia gruszkowatego
12:00-13:00	Przerwa na lunch we własnym zakresie
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 i więcej informacji w języku polskim znajdziecie państwo na stronie internetowej

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

### Oplaty :

Rejestracja na 8 tygodni lub dłużej przed terminem kursu – 900 zł.

Rejestracja w ciągu 8 tygodni przed kursem – 1000 zł

Termin	Miejsce kursu	Prowadzący	Czas
20 - 21 marca 2009	Warszawa	M. Niedzielski / G.Parfianowicz	8:00-17:00
27 - 28 marca 2009	Poznań	M. Niedzielski / G.Parfianowicz	8:00-17:00

**Kolejne kursy** („Poprawa funkcji kompleksu piersiowo – brzuszego” „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.

## Ron Hruska



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

Dwudziestosiedmioletnia 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 profesjonalnymi 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 ambulatoryjnymi 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
- 2007** Postural Restoration Institute (Ron Hruska)-ukończone 4 kursy, w perspektywie 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 Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie; r. 1992.

W latach 1990 do 1994 członek założycielski Integracyjnego Klubu Sportowego „Charpentier”

oraz dyrektor Ośrodka Aktywnej Rehabilitacji dla Osób Niepełnosprawnych przy AWF, w Warszawie.

Od 1994 r. zamieszkały w USA.

W 1996 roku założył i jest współwłaścicielem Physical Therapy Center of Horseheads, kliniki dla pacjentów ambulatoryjnych.

### Doświadczenia i zainteresowania zawodowe

„Ogromny wpływ jaki wywarł na mnie promotor prof. A. 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 Odbudowy 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 nadrzędnych osób w procesie leczenia pacjenta.

### Podyplomowe kursy doskonalenia zawodowego

Od roku 1998 związany z PRI; obecnie jako jeden z 23 certyfikowanych terapeutów w USA.

1. Dwanaście kursów oferowanych przez PRI zakończonych egzaminem certyfikującym.
2. Seria kursów (pięć) dotyczących leczenia zaburzeń balansu, zakończonych egzaminem sponsorowanym przez University of Miami.
3. Seria kursów (sześć) sponsorowana przez National Institute of Cranio-Sacral Studies, Inc.
4. Seria kursów (cztery) sponsorowane przez University of St. Augustine, Institute of Physical Therapy (Paris School).
5. Seria kursów (dwa) sponsorowana przez Cayuga Professional Education Association – “Maitland”.
6. Seria kursów (trzy) dotycząca medycyny pracy, sponsorowana przez Iserhagen Work System.
7. Liczne pojedyncze kursy dotyczące strategii ćwiczeń rehabilitacyjnych, mobilizacji układu nerwowego, pogłębienia wiedzy anatomicznej i radiologicznej.

### 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”.***