



FOCUS ESTONIA

FOCUS ON HEALTH

Õppekava nimetus:	Osteopaatia baasõppe
Õppekavarühm:	teraapia ja taastusravi
Õppe kogumaht, sealhulgas auditoorse, praktilise ja iseseisva töö osakaal:	662 akadeemilist tundi, s.h teoreetiline ja praktiline õpe, millest 180 tundi kontaktõpet ja 300 tundi iseseisvat tööd, praktika 182 tundi.
Õpiväljundid:	Kursuse lõpuks õppija: - mõistab struktuuralse osteopaatia spetsiifikat ja rakendab vastavaid tehnikaid tugi-liikumise elundkonna häirete tekke põhjuste kaardistamiseks ja juba tekkinud muutuste korrigeerimiseks; - mõistab vistseraalse osteopaatia rakendamise põhimõtteid ja vajadust ja rakendab sobivaid tehnikaid rinnaõõne ja kõhuõõne organitele teraapias, vastavalt kliendi seisundile, tuginedes teadmiste ja oskuste vistseraalsest osteopaatiast; - mõistab näokolju ja ajukolju kraniosakraalse teraapia rakendamise põhimõtteid ja vajadust ja teeb näokolju ja ajukolju kraniosakraalset teraapiat, rakendades sobivaid tehnikaid vastavalt näidustustele, tuginedes omandatud teadmiste ja oskustele.
Õppesisu:	<ol style="list-style-type: none">1. Osteopaatia ajalugu. E.T. Steal2. Littlejones biomehaanika: pöörlemisteljed, atüüpilised lülid, raskusjõu keskpunkt.3. Alajäsemel, õlavöötme, vaagna piirkonna, lüliamba nimmepiirkonna, rinnapiirkonna, kaelapiirkonna, roiete, liigeste kasutatavad tehnikad ja meetodid.4. Osteopaatia fastsiaalsed aspektid, kliinilised näited.5. Vaagen, vaagna ehitus ja biomehaanika.6. Ristluu ja õndraluu, niudeluud, puusaliiges, reieluu, põlveliiges ja põlvekeder, sääreluu ja pindluu, hüppeliiges, kontsluu.7. Jalalaba, ehitus ja biomehaanika, deformatsioonide liigid.8. Tehnikad perifeersetel närvidel.9. Posturaalne tasakaal.10. Hingamisteede anatoomilised ja füsioloogilised omadused.11. Rõhu erinevus keha kõhu ja rindkere õõnsustes. Selle roll keha normaalses füsioloogias.12. Normaalse hingamise mehhanism. Diafragma, kehaõõsuste ja skeletilihaste roll.13. Kopsuhingamise mõju siseorganite ja bioloogiliste vedelike liikumisele.14. Hingamisdiafragma. Selle verevarustus, innervatsioon, normaalse toimimise mehhanism ja tööhäired.15. Hingamisteede diafragma ja rindkere organite vastastikune

16. mõju teineteise. Diafragmaalse närvi anatoomia. Diafragmaalse närvi vabastamise meetodid. Universaalne meetod hingamisdiafragma normaalse töö taastamiseks.
17. Keha diafragmade normaalse ja häirtud töö vaatlemine (hingamisdiafragma, vaagna diafragma, eesmine kõhusein).
18. Külgse hingamise ja sisemiste organite tõstmise mehhanismid.
19. Abdominaalse õõne hüpertensiooni mõju hingamise mehhanismile.
20. Kompensatoorsed mehhanismid.
21. Patoloogiad, mis tekkivad kompensatsiooni korral: düstsirkulatoorne entsefalopaatia,
22. Hulgiorganpuudulikkus jne
23. Kõhuõõne kompressioon. Uitnärvi roll antud häire korral. Kompensatoorsed mehhanismid. Antud patoloogia visuaalsed tunnused. Antud häire kompensatsiooniga tekitatavad haigused. Ravi.
24. Trahhea: anatoomia, patoloogia. Trahhea mõju selle ümbritsevatele kudedele ja elunditele. Ravi.
25. Pleura ja pleuraõõs: anatoomia. Pleura fibroos ja selle mõju ümbritsevatele elunditele.
26. Selgroo rinnaosa kõverdus. Ravimeetodid.
27. Kopsud. Normaalse hingamisprotsess ja selle häired. Pneumoskleroos (kopsude tihendamine) ja selle mõju ümbritsevatele elunditele ja rindkere deformatsioonile. Ravi.
28. Bronhhid: anatoomia. Selliste haiguste esinemise mehhanismide ja ravimeetodite analüüs nagu: krooniline bronhiit, bronhiaalastma, Bronhoektaatiline haigus, kopsuemfüseem, põhjused.
29. Kõhuõõne valitsejate - diafragmaal- ja uitnärvi - anatoomia. Nende vabastamise meetodid.
30. Diafragma parema ja vasakpoolse kupli nõrkuse esinemise korral mõlema olukorra eraldi analüüs.
31. Keha diafragmade (hingamise, vaagna ja kõhuõõne eesmise sein) mõju kõhuõõne organite funktsioneerimisele. Kõhuõõne organite tõstmise mehhanism. Selle kahjustuse põhjused ning taastumismeetodid.
32. Kõhukelme ja kõhuõõs - anatoomia. Rasvik - anatoomia. Liited ja liidete haigus: põhjused ja ravimeetodid.
33. Kõhuõõne organeid juhtivad struktuurid: kõhukelme, diafragmaal- ja uitnärvi, käärsoole langeva osa vegetatiivne närv, siseorganeid juhtiv sümpaatiline närvisüsteem. Nende närvide vabastamise tehnikad.
34. Rinnakõhu membraani mõju kõhuorganite tööle.
35. Väljalülitatud rinnakõhu diafragma vasakpoolne kuppel - kompensatoorsed reaktsioonid, diagnoosimine ja ravi.
36. Väljalülitatud rinnakõhu diafragma parempoolne kuppel - kompensatoorsed reaktsioonid, diagnoosimine ja ravi.
37. Keha diafragmade (hingamise, vaagna ja kõhuõõne eesmise sein) mõju kõhuõõne organite tööle. Kõhuõõne organite tõstmise mehhanism. Selle kahjustuse põhjused ja taastamine osteopaatiliste meetoditega.

	<p>38. Kõhukelme ja kõhuõõs. Rasvik. Liited, liidete haigused. adhesioonid ning kõhuõõne organite kokku kleepumine - põhjused ja osteopaatilised ravimeetodid.</p> <p>39. Jämesool, anatoomia, diagnostika ning osteopaatilised ravimeetodid. Ileotsekaalklapp.</p> <p>40. Sooletoru klappide kooskõlastatud töö ning tööhäirete korregeerimine.</p> <p>41. Peensool - anatoomia, diagnostika ning osteopaatilised ravimeetodid.</p> <p>42. Kaksteistsõrmiksool - anatoomia, diagnostika ning osteopaatilised ravimeetodid.</p> <p>43. Oddi sfinkter. Kõhunääre. Diagnostika ning osteopaatilised ravimeetodid.</p> <p>44. Maks, Sapipõis, neerud - anatoomia, diagnostika ning osteopaatilised ravimeetodid.</p> <p>45. Hüdronefroos - põhjused. Kusekivitõbi - põhjused ja ravi. Telg - parem neer - kaksteistsõrmiksool - kõhunääre - vasak neer. Selle roll keha hingamises ja jämesoole vajes.</p> <p>46. Kraniaalvõlvi luude ja kraniaalse kõvakesta deformatsiooni mõju kraniosakraalsüsteemile.</p> <p>47. Suuõõne struktuuride mõju kraniosakraalsele süsteemile ja nende korregeerimine.</p> <p>48. Sfenobasilaarse sümfüüsi patoloogia: väändefunktsiooni häired, külgne ja vertikaalne pinge.</p> <p>49. Otsesed fastsiaaltehnikad keelealuse diafragma näitel.</p> <p>50. Fastsia lahtikeeramise tehnikad. Ristлуу, lülisamba nimmeosa ja lülisamba kaelaosa.</p> <p>51. Struktuursete ja vistseraalsete tehnikate ülevaade.</p> <p>52. Kraniosakraalteraapia ajalugu ja ehitus.</p> <p>53. Still'i eriprintsiip.</p>
Nõuded õpingute alustamiseks:	Anatoomia, füsioloogia, patoloogia, funktsionaalne anatoomia.
Õppekeskkonna kirjeldus:	õpe toimub Focus Estonia koolitusasutuses, milles on loodud tingimused antud õppe läbiviimiseks koos kõigi vajalike vahenditega (massaažilauad, toolid, arvuti, ekraan, rätikud, jalarullis, kätepaber, desenfiteerimisvahend)
Õppematerjalide loend:	õpetaja poolt koostatud kospektid ja töövihikud.
Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid:	<p>koolitusel õpiväljundid omandanud ning hindamise läbinud õppijale väljastatakse tunnistus.</p> <p>Hindamisel mitteosalenud või hindamist mitte läbinud õppijale väljastatakse tõend.</p>

Iseseisev töö:

- 1) protseduuri kava koostamine vastavalt eesmärgile ja protokollile;
- 2) protseduuri tegemine vastavalt koostatud kavale ja eesmärgile;

3) tehtud protseduuri tulemiste analüüsimine vastavalt omandatud teadmistele ja oskustele;

4) töövihiku täitmine.

Praktiline töö: osteopaatiliste tehnikate kasutamine.

Praktika: omandatud tehnikate kasutamine klientide peal ja iga kliendi kohta anamneesi esitamine.