

# FYZIOTERAPIA V SÚVISLOSTIACH

## CONTEXTS OF PHYSIOTHERAPY

**Ingrid ZAMBOJOVÁ, Michaela ŠIMONOVÁ, Eva ĎURINOVÁ,  
Lubica VAREČKOVÁ**

Mgr. Ingrid Zambojová

Mgr. Michaela Šimonová

Mgr. Eva Ďurinová

PaedDr. Lubica Varečková

*Inštitút fyzioterapie, balneológie a liečebnej rehabilitácie, UCM v Trnave*

### **Abstract**

The contribution reflects the experience of physiotherapists, during the Redcord Conference held in April 2017 in Prague, with the presented diagnostic and treatment concept of Neurac, as a treatment method aimed at restoring the functional and pain-free movement patterns through neuromuscular stimulation. The wide scale of theoretical and practical lectures and workshops revealed the importance of the up-to date research and long-standing scientific principles as well as the practical use of the Redcord system during the treatment of patients, prevention but also as a part of sportsmen 'training process or care for seniors. All that require certified and trained physiotherapists, and synergy of all professionals in taking care of various aged clients.

**Key words:** Neurac concept, Redcord system, training, physiotherapist

Spoločnosť Redcord.cz, ktorá vzdeláva fyzioterapeutov, robí servis a predáva zariadenia a doplnky Redcord pre Českú republiku a Slovensko zorganizovala v Prahe, v dňoch 27 - 28.4.2017, konferenciu zameranú na fyzioterapiu v liečbe, výkone a prevencii zranení pohybového aparátu pod názvom Fyzioterapie v súvislostiach. Prezidentkou kongresu bola Mgr. Alice Hamáčková, vedúca fyzioterapeutka Redpoint Clinic CZ a certifikovaná odborníčka Neurac Provider aj Neurac Instructor, ktorá zabezpečuje vzdelávanie v diagnostickom a liečebnom rehabilitačnom koncepte Neurac pre Českú a Slovenskú republiku. Konferencia bola určená najmä pre fyzioterapeutov, lekárov,

ergoterapeutov, kondičných a osobných trénerov. Účastníkom konferencie boli poskytnuté nové pohľady na terapiu a detailnejší pohľad na vyučovanie teórie, aktuálnych informácií a vedeckých štúdií vo svete za posledné roky.

Program pozostával z výučbových prednášok v hlavnom bloku a následného prakticky orientovaného programu realizovaného formou workshopov a pozvaných ilustračných prednášok k jednotlivým témam. Na konferencii prednášali špičkoví českí i zahraniční odborníci a odborníčky z oblasti fyzioterapie, telovýchovného lekárstva, ortopédie a ďalších medicínskych odborov, podieľajúcich sa na liečbe, výkone a prevencii zranení pohybového aparátu. Prezentované boli výsledky najmodernejších výskumov realizovaných za posledných desať rokov v oblasti neuromuskulárnej aktivácie, ale tiež aj klinické skúsenosti českých a zahraničných fyzioterapeutov pracujúcich s daným konceptom.



V hlavnom prednáškovom bloku vystúpili mnohí odborníci, medzi nimi boli nasledovné mená:

Øyvind Pedersen – nórsky fyzioterapeut, Vice President for Education Research & Development Redcord AS, ktorý je v metóde Neurac certifikovaný na najvyššej úrovni, a je tiež Certified Neurac Provider. Doteraz viedol viac ako 100 Neurac kurzov v Európe a Spojených štátoch amerických. V posledných rokoch je súčasťou vývojového tímu metodiky Neurac a spoluautorom vzdelávacieho programu Redcord. Vo svojej prednáške charakterizoval bolesť a jej vplyv na neuromuskulárnu kontrolu, pričom prezentoval rozsiahle skúsenosti v rehabilitácii pohybového aparátu a neurologických porúch.

Ďalšie vystúpenie patrilo Assoc. Prof. Jakub Otáhal MD, Ph.D., členovi Fyziologického ústavu Českej akadémie vied, ktorý sa zaoberá neurofyziológiou a prednáša na Karlovej univerzite, na Fakulte telesnej výchovy a športu, Katedra anatómie a biomechaniky. Jeho prednáška bola zameraná na objasnenie mechanizmov riadenia svalovej kontrakcie.

Vedúca fyzioterapeutka Redpoint Clinic CZ - Mgr. Alice Hamáčková, držiteľka certifikátu Certified Neurac Provider a Certified Neurac Instructor uviedla mimoriadne zaujímavú prednášku na tému neuromuskulárna aktivácia, v ktorej vysvetlila efekt Neurac-u, popísala základné zložky Redcord-u, charakterizovala diagnostický postup, svoju pozornosť však zamerala na Neurac test, ktorý je využívaný na zhodnotenie neuromuskulárnej funkcie

a myofasciálnych zreťazení s dôrazom na integráciu lokálnych a globálnych svalov. Pomocou Neurac testu sa odhalí slabý článok, ktorý vždy súvisí s poruchou funkcie, a na základe výsledkov Neurac testu je zostavený liečebný alebo cvičebný program, v rámci aktuálnych schopností klienta, bez ohľadu na jeho vek a kondíciu. Cviky sú zamerané na neuromuskulárnu reedukáciu k aktivácii, obnove a zlepšeniu svalovej interakcie. Pri cvičení sa využíva kombinácia cvičenia s vlastnou váhou, presne dávkovanou záťažou, vibráciami a bezbolestným prístupom.

Doc. MUDr. Jiří Radvanský CSc. z Fakultnej nemocnice Motol, ktorý je primárom Oddelenia telovýchovného lekárstva vo svojej prednáške analyzoval zdroje energie pre sval.

Ďalšie dve prednášky sa venovali populácii seniorov. Doc. MUDr. Jiřina Máčková CSc., vedúca redaktorka odborného časopisu "Medicina Sportiva Bohemica et Slovaca", predsedníčka Akreditačnej komisie Ministerstva zdravotníctva Českej republiky pre odbor telovýchovné lekárstvo, pracuje na Oddelení telovýchovného lekárstva vo Fakultnej nemocnici v Motole. Jej prednáška priblížila zásady, princípy a možnosti cvičení a vhodných pohybových aktivít pre klientov vyššieho veku.

Po nej pokračovala Mgr. Miroslava Bugnerová, fyzioterapeutka Redpoint Clinic CZ, ktorá sa po absolvovaní odborných kurzov metódy Neurac venuje skupinovému cvičeniu seniorov pomocou závesného systému Redcord. Jej prednáška vychádzala z praktických skúseností a obsahovala viacero konkrétnych možností využívania daného systému v seniorskej vekovej kategórii.

Chirurg a traumatológ MUDr. Josef Maurer, sa vo svojej prednáške zaoberal syndrómom bolestivého triesla z pohľadu chirurga, pričom svoje medicínske zameranie prepojil so športom. Mgr. Alica Hamáčková demonštrovala svoje bohaté teoretické a praktické skúsenosti aj vo svojej druhej prednáške Diagnostika a liečba následkov svalových zranení z pohľadu fyzioterapeuta, kde popísala kazuistiku profesionálneho futbalistu. Poukázala na výhody Neurac testu, pomocou ktorého je v priebehu sezóny možné reagovať na zmenu sily a únavu, ako aj odhaliť vzniknuté svalové dysbalancie, a tým znížiť riziko zranení. Pomocou Redcord systému je možné udržiavať čo najlepší stav pohybovej sústavy a schopnosť športovca podávať čo najvyšší výkon v tréningovom procese v rôznych fázach prípravy i v súťažnom období.



Posledná prednáška prvého dňa konferencie poukázala na možnosti a špecifiká kondičného tréningu prostredníctvom závesného systému Redcord, pomocou metódy Neurac v golfe, ktorú prezentovala Ing. Anna Dzurenda, dvojnásobná majsterka ČR a reprezentantka ČR v golfe v seniorskej kategórii.

Ďalšou časťou programu boli súbežne prebiehajúce workshopy s veľmi zaujímavým obsahom

- Workshop 1 bol zameraný na využitie vibrácie pre moduláciu bolesti a neuromuskulárnu aktiváciu. Tento workshop viedol Øyvind Pedersen a predstavil Redcord Stimula+ v praxi.
- Workshop 2 sa venoval skupinovému tréningu v labilnom prostredí pod vedením Bc. Zdenky Šimánkovej, počas ktorého boli názorné ukážky predvádzané profesionálnymi športovcami
- Workshop 3 predstavil podrobnú diagnostiku Neurac, ktorú viedla Mgr. Alica Hamáčková, s využitím Redcord AXIS v praxi.

Dôležitou súčasťou workshopov bola možnosť vzájomných konzultácií s prítomnými odborníkmi, čo obohatilo celý priebeh jednotlivých workshopov.

Druhý deň konferencie pokračoval prednáškou PhDr. Ondřeja Čákrta Ph.D. z Kliniky rehabilitácie a TVL 2. Lekárskej fakulty UK a Fakultnej nemocnice v Prahe Motole, ktorý je členom International Society for Posture & Gait Research. Vo svojej prednáške sa zaoberal problematikou rehabilitácie pacientov s ochorením vestibulárneho systému, diferenciálnou diagnostikou porúch vestibulárneho systému, podrobnejšie popísal akútnu bilaterálnu vestibulopatiu, vestibulárnu neuronitídu a polohovo viazané závrate a ich liečbu.

Prednáška Øyvind Pedersenena s názvom Liečba pacientov s neuromuskulárnou dysfunkciou krku, bola zameraná na charakteristiku Neurac test protokolu pre cervikálnu oblasť, hodnotenie, ako aj samotné prevedenie terapie.

Ďalším obohacujúcim príspevkom bola prednáška holandského fyzioterapeuta Waldrika Eelco Janssena s názvom Kognitívne motorické chovanie s využitím terapie v závese. Nasledujúce prednášky boli venované problematike ramena, v ktorých sa MUDr. Alena

Šnoplová, ambulantná špecialistka v rehabilitácii a fyzikálnej medicíne z privátnej praxe Pardubice a MUDr. Miriam Toppischová, špecialistka liečebnej rehabilitácie a lektorka myoskeletálnej medicíny z privátnej praxe Ústí nad Orlicí, zaoberali históriou liečby a súčasnými možnosťami diagnostiky a terapie ramenného pletenca.

Záverečnou prednáškou bola prednáška Bc. Jana Brázdu, fyzioterapeuta v Redpoint Clinic, v súčasnej dobe inštruktora kurzov Neurac I, na aktuálnu tému Liečba pacientov s obmedzenou pohyblivosťou ramenného pletenca.

Konferencia bola hodnotným zdrojom informácií a poskytla vstupné poznatky o liečebnej metóde Neurac a závesovom systéme Redcord, ktorý je využiteľný pre všetky vekové kategórie s rôznou možnosťou využitia vo fyzioterapeutickej praxi. Nutnosťou je však absolvovanie kurzov Neurac, vedených certifikovanými odborníkmi s bohatými praktickými skúsenosťami, a následným využívaním poznatkov v praxi. Usporiadateľom patrí za ich vysoko odbornú prácu a prípravu konferencie naše uznanie a poďakovanie. Pre nás zostáva využívanie metódy Neurac a závesného systému Redcord veľkou výzvou a zaujímavou šancou pre ďalšie vzdelávanie previazané na súčasné potreby fyzioterapie.

#### **Kontaktné údaje:**

Mgr. Ingrid Zambojová

Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave

Inštitút fyzioterapie, balneológie a liečebnej rehabilitácie

Rázusova 14 921 01 Piešťany