

DOKTORANTŪROS STUDIJŲ DALYKO SANDAS

Dalyko pavadinimas	Mokslo kryptis (šaka) kodas	Fakultetas	Katedra
Kineziterapija vandenyje 9 kreditai (240 val.)	Medicina (06 B) Fizinė medicina, kineziterapija, ergoterapija, taikomoji fizinė veikla, rehabilitacija (B610)	Medicinos	Reabilitacijos, fizinės ir sporto medicinos katedra
Studijų būdas	Kreditų (valandų) skaičius	Studijų būdas	Kreditų (valandų) skaičius
Paskaitos	-	Seminarai	-
Konsultacijos	1 kreditas (27 val.)	Individualus darbas	8 kreditai (213 val.)

Dalyko anotacija:

Dalyko tikslas: įsisavinti kineziterapijos vandenyje individualaus pritaikymo metodus, jų efektyvumo analizavimo metodikas.

Dalyko tematika: Kineziterapijos vandenyje istorinė raida. Kineziterapijos vandenyje metodų atsiradimo prielaidos (Bad Ragaz ring, Halliwick). Vandens fizinės savybės: gravitacijos ir vandens keliami jėgos, hidrostatinis slėgis, plūdimas. Gravitacijos centro kaita judant vandenyje. Vandens terminis, cheminis ir mechaninis poveikis žmogaus organizmui: širdies kraujagyslių sistemai, minkštiesiems audiniams, sąnariams. Vandens fiziologinis poveikis širdies, inkstų veiklai, kvėpavimo sistemai, endokrinei sistemai, laikysenai. Vandens skausmą mažinančio efekto teigiami ir neigiami aspektai. Fiziologinis pratimų vandenyje poveikis einant, bėgant, važiuojant dviračiu, plaukiant. Fizinio krūvio vandenyje dozavimo principai. Ciklinių pratimų taikymo vandenyje galimybės. Adaptacija fiziniams krūviams vandenyje. Kineziterapijos metodai, pritaikyti vandenyje: pasyvus, su pagalba, aktyvus, su pasipriešinimu. Pagalbinės priemonės naudojamos vandenyje (rankų ir kojų svarmenys, vandens pirštinės, vandens batai, plaukimo diržas ir kiti), jų individualaus parinkimo principai. Pacientų atranka kineziterapijai vandenyje, kontraindikacijos (santykinės ir absoliučios). Pacientų būklės įvertinimas. Bendri kineziterapijos vandenyje principai. Pratimai vandenyje, gerinantys mobilumą, lavinantys pusiausvyrą ir koordinaciją, didinantys stabilumą, ugdantys išvermę. Pratimai judesių amplitudei ir paslankumui didinti, raumenų jėgos ir išvermės didinimui, širdies kraujagyslių sistemos treniravimui. Kineziterapijos vandenyje efektyvumo įvertinimo metodai. Kineziterapijos principai atskiruose gydymo etapuose.

Laikysena, jos tipai, įvertinimas. Raumenų jėgos ir išvermės disbalansas esant netaisyklingai laikysenai. Kineziterapijos vandenyje metodų taikymas netaisyklingos laikysenos korekcijai. Eisena, jos fazės. Eisenos, žingsnio ir atramos fazėje, koregavimas vandenyje. Tempimo terapijos metodų taikymas vandenyje. Tempimo

terapijos indikacijos ir kontraindikacijos. Kineziterapijos vandenyje taikymas esant viršutinių ir apatinių galūnių raumenų pažeidimams ankstyvame, viduriniame, vėlyvajame gydymo etapuose. Kineziterapija vandenyje sergant reumatinėmis ligomis, tikslai, indikacijos ir kontraindikacijos. Vandens poveikis, sergančiųjų reumatinėmis ligomis, skausmui, sąnarių sustingimui, raumenų silpnumui, laikysenai, ištvėrimei. Kineziterapijos vandenyje metodų taikymas po klubo ir kelio sąnario endoprotezavimo, tikslai, indikacijos ir kontraindikacijos. Kineziterapijos vandenyje principai esant galūnių amputacijoms, kineziterapijos metodų parinkimas ir taikymas (Bad Ragaz Ring, Halliwick, Watsu), plaukimo būdų parinkimas. Kineziterapijos vandenyje taikymas esant neurologiniams pažeidimams. Kineziterapijos vandenyje taikymas esant nugaros smegenų pažeidimams. Kineziterapijos tikslai: raumenų tonuso mažinimas, raumenų jėgos stiprinimas, judesių amplitudės palaikymas ar didinimas, skausmo mažinimas, kvėpavimo sistemos funkcijos gerinimas, širdies kraujagyslių sistemos funkcijos gerinimas, aerobinės ištvermės didinimas. Kontraindikacijos kineziterapijai vandenyje pacientams po nugaros smegenų pažeidimų. Metodai, taikomi pacientų perkėlimui į baseiną ir iš jo. Pratimų padėtys vandenyje individualiems ir grupiniams užsiėmimams. Kineziterapijos vandenyje taikymas esant psichoemocinės būklės sutrikimams, indikacijos ir kontraindikacijos. Atsipalaidavimo pratimai vandenyje. Kineziterapija vandenyje sergant širdies kraujagyslių sistemos ligomis. Indikacijos ir kontraindikacijos kineziterapijai vandenyje pacientams sergantiems širdies kraujagyslių sistemos ligomis. Pratimų parinkimas atsižvelgiant į kraujo spaudimą ir pulso dažnį. Kineziterapijos vandenyje metodų taikymas pacientams sergantiems kvėpavimo sistemos ligomis (indikacijos, kontraindikacijos). Kineziterapijos vandenyje metodų taikymas esant nutukimui. Kineziterapija vandenyje vaikams, tikslai, indikacijos ir kontraindikacijos. Vaikų funkcinės būklės ir fizinio išsivystymo įvertinimas. Pratimų atlikimo padėtys vandenyje, saugumo reikalavimai, higieniniai reikalavimai. Kineziterapijos metodų vandenyje pritaikymas vaikams, žaidybiniai elementai. Kineziterapijos vandenyje metodikų taikymas kūdikiams, tikslai, indikacijos ir kontraindikacijos. Nėščiąjų ir ginekologinėmis ligomis sergančiųjų kineziterapija vandenyje, tikslai, indikacijos ir kontraindikacijos. Nėščiąjų organizmo fiziologiniai ir fizikiniai pokyčiai. Nėščiąjų ir ginekologinėmis ligomis sergančiųjų kineziterapinis įvertinimas. Vandens temperatūros, kineziterapijos priemonių, pratimų ir jų atlikimo padėčių parinkimas, rekomenduojami plaukimo būdai nėštumo metu. Kineziterapijos vandenyje metodų pritaikymas nėščiosioms, sergančioms širdies kraujagyslių sistemos ligomis. Kineziterapijos vandenyje metodikų taikymas esant pogimdyminiam laikotarpiui. Kineziterapijos vandenyje metodų taikymas pacientėms sergančioms ginekologinėmis ligomis. Kineziterapijos vandenyje metodų taikymas sportininkams. Sportinių traumų priežastys, profilaktika. Treniruotės vandenyje krūvio parinkimo principai, sporto šakai būdingų judesių taikymas vandenyje.

Rekomenduojama literatūra:

1. M. Lepore, G.W. Gayle, S. Stevens. Adapted Aquatics Programming. 2nd Edition. A Professional Guide. Human Kinetics. 2007; 368 p.
2. L.T. Brody, P. R. Geigle. Aquatic Exercise for Rehabilitation and Training. Human Kinetics. 2009; 368 p.

3. M.R. Champion. Hydrotherapy or the water-cure: its principles and modes of treatment. Oxford: BiblioBazar. 2010; 372 p.
4. R. Sova. Essential Principles of Aquatic Therapy and Rehabilitation. DSL, Ltd., 2nd edition. 2010; 160 p.
5. Aquatic Exercise Association. Aquatic Fitness Professional Manual-6th Edition. Human Kinetics. 2010; 398 p.
6. A.J. Cole, B.E. Becker. Comprehensive Aquatic Therapy. Paperback. 2011; 558 p.
7. J.R. Andrews, G.L. Harrelson, K.E. Wilk. Physical Rehabilitation of the Injured Athlete. Elsevier Health Sciences. 2011; 632 p.
8. M.H. Cameron. Physical Agents in Rehabilitation: From Research to Practice. Elsevier Health Sciences. 2012; 437 p.
9. Daniel A. Olson, Morey J. Kolber, Chetan Patel, Patrick Pabian, William J. Hanney. Aquatic Exercise for Treatment of Low-Back Pain. A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. American Journal of Lifestyle Medicine. 2013;7(2):154-160.
10. Elizabeth M. Villalta, Casey L. Peiris. Early Aquatic Physical Therapy Improves Function and Does Not Increase Risk of Wound-Related Adverse Events for Adults After Orthopedic Surgery: A Systematic Review and Meta-Analysis. Archives of Physical Medicine and Rehabilitation. 2013;94(1):138-148.
11. K. Wilk, D. Joyner. Use of Aquatics in Orthopedic and Sports Medicine Rehabilitation and Physical Conditioning. SLACK Incorporated. 2014; 208 p.
12. L. Diamond, P. Marchese. Get in the Water!: 194 Aquatic Exercises for Fitness and Rehabilitation. CreateSpace. 2016; 244 p.

Konsultuojantys dėstytojai:

1.	<u>Jurga Indriūnienė (dr.):</u>
	<ol style="list-style-type: none"> 1. J. Indriūnienė, A. Juocevičius. Amžiaus įtaka moterų blauzdos tiesiamųjų ir lenkiamųjų raumenų jėgos ir ištvėmės parametrams. Gerontologija. 2011;12(3):167-171. 2. J. Indriūnienė, J. Marcinkevičienė, I.E. Jamontaitė, A. Juocevičius, J. Raistenskis. Skirtingų kineziterapijos priemonių įtaka pacientų būklei po kelio sąnario priekinio kryžminio raiščio rekonstrukcinės operacijos. Sveikatos mokslai. 2012;22(3):27-30. 3. J. Indriūnienė, A. Juocevičius, I.M. Kowalski, E. Žeimys, A. Valiulis. Sveikų ir kelio sąnario traumą patyrusių studentų izokinetinės treniruotės efektyvumas. Sveikatos mokslai. 2012;22(6):184-187. 4. J. Indriūnienė, A. Juocevičius, I.E. Jamontaitė, I. Muntianaitė. Izokinetinių ir tradicinių jėgos treniruočių įtaka moterų blauzdos lenkiamųjų raumenų funkciniai būklei. Sveikatos mokslai. 2016;26(3):14-19. 5. I. Muntianaitė, F. Blužaitė, J. Indriūnienė, R. Žilinskienė, A. Nainaitė. Koordinacijos ir pusiausvyros pratimai pagerina senyvo amžiaus asmenų ne tik funkcinį pajėgumą, bet ir kognityvines funkcijas. Sveikatos mokslai. 2016;26(3):47-52.

2.	<p>Marija Tamulaitienė (prof. dr.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kalibatienė D, Alekna V, Tamulaitienė M, Sinkevičienė V. Nugaros skausmo įvertinimas pagal gyvenimo kokybės klausimyną QUALEFFO-41 esant slankstelių neklinikiniais lūžiams. <i>Medicinos teorija ir praktika</i> 2010;16(4):365–371. 2. Mastavičiūtė A, Tamulaitienė M, Alekna V. Kūno sandaros tyrimo metodai. <i>Gerontologija</i>. 2011;12(3):177–186. 3. Strazdienė V, Alekna V, Kalibatienė D, Mastavičiūtė A, Tamulaitienė M. Senyvo amžiaus vyrų vitamino D koncentracijos kraujyje ir kūno sandaros bei fizinės funkcijos sąsajos. <i>Medicinos teorija ir praktika</i>. 2011;7(4):480–486. 4. Tamulaitienė M., Smalinskaitė R, Juocevičius A. Sergančiųjų Parkinsono liga nemotorinių sutrikimų ir savarankiškumo sąsajos. <i>Gerontologija</i> 2012; 13(1): 7–14. 5. Mastavičiūtė A, Tamulaitienė M, Alekna V. Vyrų kaulų mineralų tankio sąsajos su raumenų mase ir riebalų mase esant senatvinei sarkopenijai. <i>Gerontologija</i> 2012;13(2):82–87. 6. Tamulaitienė M., Romanovskaja Z, Juocevičius A, Janonienė D. Sergančiųjų reumatoidiniu artritu funkcinių gebėjimų sąsajos su judamumu, savipriežiūra ir namų veiklomis. <i>Gerontologija</i> 2012; 13(1): 46–53. 7. V. Alekna, M. Tamulaitienė, A. Krasauskienė. Osteoporozės diagnostika ir gydymas. Mokymo ir metodinė priemonė. Vilnius, Gilija, 2012, 68 psl.
-----------	---

Vilniaus universiteto Medicinos, Odontologijos ir Visuomenės sveikatos krypties mokslo doktorantūros komitetų ir Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Mokslo komiteto teikimu patvirtinta Medicinos fakulteto Taryboje 2016-10-18 d. protokolo Nr. (1.1.)-150000-TP-7(618).

Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Dekanas Prof. dr. (HP) Algirdas Utkus: