Pelvik Taban Rehabilitasyonu

KURS KOORDİNATÖRÜ: Dr. Ayşe Karan, Dr. Nalan Çapan

EĞİTMENLER: Dr. Selcen Kanyılmaz, Dr. Necmettin Yıldız, Dr. Meltem Vural

SÜRE: 27 Kasım **KATILIM SAYISI:** 40 Kursiyer

KURSUN AMACI:

Bu kursun amacı, fiziksel tıp ve rehabilitasyon hekimlerine pelvik taban disfonksiyonlarını değerlendirmek, doğru sınıflandırmak ve kanıta dayalı rehabilitasyon yöntemleriyle yönetmek için gereken kuramsal bilgiyi ve temel uygulama becerilerini kazandırmaktır.

ÖĞRENİM HEDEFLERİ:

Kurs sonunda katılımcı:

1. Pelvik tabanın fonksiyonel anatomisini, biyomekaniğini ve kontinans fizyolojisini açıklayabilir; disfonksiyonun altta yatan mekanizmalarını ilişkilendirebilir.
2. üriner inkontinans tiplerini sınıflandırabilir ve ilgili risk faktörlerini tanımlayabilir.
3. Pelvik taban odaklı anamnez ve fizik muayeneyi yapabilir; kas fonksiyonunu modifiye Oxford skalası, perineometri ile ölçebilir; mesane–barsak günlüğü bulgularını klinik karar sürecinde yorumlayabilir.
4. Stres, urge ve mikst üriner inkontinansta tedavi algoritmasını uygulayabilir; mesane eğitimini ve davranışsal tedavileri programa entegre edebilir.
5. Pelvik taban kas eğitiminin fizyolojik ilkelerini (kuvvet, dayanıklılık, hız, koordinasyon) dozaj ve progresyon planına dönüştürebilir; knack manevrası, core stabilizasyon yaklaşımlarını kanıt düzeyleriyle karşılaştırarak hastaya özgü egzersiz reçetesi oluşturabilir ve egzersiz uyumunu artıracak stratejiler geliştirebilir.
6. Biofeedback, vajinal kon, elektrostimülasyon, manyetik stimülasyo, nöromodulasyon ve lazer uygulamalarında endikasyon ve kontrendikasyonları belirleyebilir, uygun parametreleri seçebilir.
7. Konstipasyon, dissinerjik defekasyon ve fekal inkontinansta rehabilitasyon programı planlayabilir.
8. Kronik pelvik ağrıyı sınıflandırıp değerlendirebilir ve miyofasyal/manuel tedavi, gevşeme eğitimini içeren multidisipliner bir tedavi planı oluşturabilir.
9. Olgu temelli tartışmalarda klinik bulgulardan yola çıkarak en uygun tedavi yöntemini gerekçesiyle seçebilir.
10. Uygulamalı istasyonlarda maket üzerinde palpasyon ve kas gücü değerlendirmesi yapabilir; perineometreyi kullanabilir, biofeedback cihazını kullanabilir (prob yerleşimi ve parametre ayarı) ve egzersiz uygulamalarını öğretip sık yapılan hataları düzeltebilir.