

ООО «Лаборатория физической терапии»

УТВЕРЖДАЮ
Ректор
ООО «Лаборатория физической терапии» Г.В. Темичев
«05» августа 2022 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Грыжа диска»

(срок освоения 16 академических часов)

Москва 2022

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общие положения	4
2. Характеристика программы	5
3. Планируемые результаты обучения	5
4. Учебный план.....	7
5. Календарный учебный график	7
6. Содержание программы.....	8
7. Организационно-педагогические условия реализации программы	9
8. Формы аттестации.....	10
9. Оценочные средства.....	11
10. Информационно-методическое обеспечение учебного процесса.....	11
11. Оценочные материалы.....	13

Дополнительная профессиональная образовательная программа повышения квалификации «Грыжа диска» (далее – Программа) является учебно-методическим нормативным документом, регламентирующим содержание и организационно-методические формы дополнительного профессионального образования.

Программа разработана на основании:

— Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Принят Государственной Думой 21.12.2012. Одобрен Советом Федерации 26.12.2012;

— Федерального закона от 21.11.2011 года № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;

— Приказа Минобрнауки Российской Федерации №2 от 09.01.2014 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

— Приказ Минобрнауки РФ №292 от 18.04.2013 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения»;

— Письма Минобрнауки РФ № 06-735 от 09.10.2013 «О дополнительном профессиональном образовании»;

— Письмо Минобрнауки РФ № ДЛ-1/05вн от 22.01.2015 «Методические рекомендации по разработке профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом профессиональных стандартов».

— Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности по специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина (уровень подготовки кадров высшей квалификации), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 25.08.2014 №108

Программа предназначена для повышения уровня теоретических и практических знаний специалистами, реализующие свою деятельность в системе абилитации и реабилитации.

1. Общие положения

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Грыжа диска» реализуется в ООО «Лаборатория физической терапии».

1.1. Цель реализации дополнительной профессиональной программы

Совершенствование имеющихся компетенций для повышения профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Задачи программы:

- обоснование существующих теоретических и освоение новых знаний, подходов и изучение передового опыта по вопросам диагностики и реабилитации пациентов с грыжей межпозвонкового диска.

- усвоение и закрепление на практике профессиональных знаний, умений и навыков, обеспечивающих совершенствование профессиональных компетенций по вопросам диагностики и реабилитации пациентов с грыжей межпозвонкового диска.

1.2. Категории обучающихся

Специалисты с высшим, средним медицинским и немедицинским образованием, работающие в сфере реабилитации пациентов.

1.3. Срок обучения – 18 академических часов. Не более 6 часов в день.

1.4. Форма обучения – Очно-заочная. Обучение по Программе проводится с применением дистанционных образовательных технологий (далее – ДОТ).

1.5. Используемые виды обучения: лекция, практическое занятие, самостоятельная работа, аттестация в виде собеседования, оценка практических навыков.

1.6. Основы обучения – внебюджетные средства, по договору об образовании с физическим или юридическим лицом.

1.7. Разработчики:

Цогоева И.К.

Тёмичев Г.В.

2. Характеристика программы

Проблема диагностики и реабилитации пациентов с грыжей межпозвонкового диска на протяжении последних десятилетий сохраняет свою актуальность как с точки зрения практической медицины, так и с точки зрения ее социальной значимости, что подтверждается неуклонным ростом пациентов с таким диагнозом. А из-за того, что мнение специалистов по данному вопросу расходится, то пациент может получить рекомендации, которые ограничивают двигательную активность человека, что только ухудшает состояние.

Дегенеративные заболевания позвоночника многие исследователи относят к пандемии XXI века. С целью повышения качества жизни пациента необходимо осуществлять диагностику и реабилитацию больных опираясь на методы, находящиеся в рамках доказательной медицины и в соответствии с международными стандартами реабилитации.

Современный подход к диагностике и реабилитации пациентов с грыжей межпозвонкового диска, включает в себя ряд мер, всесторонне охватывающих процесс восстановления физиологически правильного положения тела в пространстве и паттерны движения, а также составления индивидуального плана тренировок.

Таким образом, актуальность образовательной программы повышения квалификации «Грыжа диска» обуславливается необходимостью и целесообразностью применения различных форм, средств и методов реабилитации, сопровождения, а также диагностики таких пациентов.

Все вышеперечисленные обстоятельства обуславливают высокую практическую значимость для специалистов в своей повседневной практике.

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы у слушателей совершенствуется следующая универсальная компетенция (УК):

- готовность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу (УК-1).

Кроме того, в результате освоения программы у слушателей должны усовершенствоваться/сформироваться следующие профессиональные (ПК) компетенции:

- готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания (ПК-1);
- готовность к применению методов лечебной физкультуры пациентам, нуждающимся в оказании медицинской помощи (ПК-6)
- готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации (ПК-8).

По окончании обучения слушатель должен

знать:

- нормативные правовые документы в области регулирования профессиональной деятельности врача-специалиста;
- принципы контроля эффективности проводимого лечения;
- правила и требования к организации деятельности отделения (кабинета) лечебной физкультуры, физиотерапии, мануальной терапии и иных специалистов, задействованных в проведении медицинской реабилитации;
- требования к ведению учетно-отчетной документации;
- принципы организации медицинской реабилитации;
- стандарты медицинской помощи взрослым при грыже межпозвонкового диска;
- стадии грыжеобразования;
- классификацию грыж межпозвонкового диска;
- методы физической и инструментальной диагностики;
- механизмы лечебного действия физических факторов, комплексов факторов, сочетанных методик их применения при грыже межпозвонкового диска, в том числе при различных сопутствующих заболеваниях;
- медицинские показания и противопоказания для проведения лечебных манипуляций;
- показания к оперативному лечению грыж межпозвонкового диска.

уметь:

- пользоваться методами осмотра и обследования пациентов с грыжей межпозвонкового диска и сопутствующими заболеваниями с учетом возрастных анатомо-функциональных особенностей;
- интерпретировать и анализировать результаты осмотра врачами-специалистами пациентов с грыжей межпозвонкового диска с целью разработки плана реабилитации;
- обосновывать и планировать объем современных методов инструментального и лабораторного исследования у пациентов с грыжей межпозвонкового диска в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи;
- выполнять лечебные манипуляции и составлять программу занятий и упражнений пациентам с грыжей межпозвонкового диска;
- проводить мониторинг эффективности и безопасности применения лечебных манипуляций пациентам с грыжей межпозвонкового диска.

владеть:

- навыками исследования и оценки функционального состояния ведущих систем организма, а также общей физической работоспособности и энергетических потенциалов;
- навыками разработки плана методов коррекции и медицинской реабилитации пациентов с грыжей межпозвонкового диска и сопутствующими заболеваниями в зависимости от вида, степени и прогноза развития болезни в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи;
- навыками организации и проведения мониторинга результатов проведения мероприятий по медицинской реабилитации в режиме реального времени в зависимости от тяжести клинического состояния пациента.

4. Учебный план

№ модуля п/п	Наименование разделов дисциплин	Всего часов	Из них:			
			Теоретические занятия	Практические занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающегося с применением ДОТ	Аттестация
1.	Общие сведения о грыжах межпозвонкового диска.	3	1	-	2	-
2.	Общие вопросы обследования пациентов с грыжей межпозвонкового диска.	5	1	2	2	-
3.	Современные аспекты реабилитации пациентов с грыжей межпозвонкового диска. Прогноз заболевания.	6	1	3	2	-
Итоговая аттестация		2	-	-	-	2
Итого		16	3	5	6	2

5 Календарный учебный график

Режим обучения: 18 академических часов. Не более 6 часов в день.

Виды занятий	Методика проведения занятий	Всего часов по разделам
Лекции	ДОТ (ЭО)	3
Самостоятельная работа	ДОТ (ЭО)	6

Практические занятия	Аудиторно	5
Итоговая аттестация	Зачет (тестирование)	2

6. Содержание программы

6.1. Содержание программы

Код	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов	Лекции	Самостоятельная Работа	Практические Занятия	Аттестация
			С исп. ДОГ и ЭО	С исп. ДОГ и ЭО	аудиторно	аудиторно
1.	Общие сведения о грыжах межпозвонкового диска	3	1	2	-	-
1.1.	Клинически значимая анатомия.	1	-	1	-	-
1.2.	Определение термина. Классификация грыж. Этиология и патогенез. Стадии грыжеобразования.	2	1	1	-	-
2.	Общие вопросы обследования пациентов с грыжей межпозвонкового диска.	5	1	2	2	-
2.1	Сбор анамнеза и осмотр. Физическая и инструментальная диагностика. Дифференциальная диагностика.	3	1	2	-	-
2.2	Практическое занятие. Осмотр пациента при помощи пальпации, специальных тестов и с использованием специального оборудования.	2	-	-	2	-
3.	Современные аспекты реабилитации пациентов с грыжей межпозвонкового диска. Прогноз заболевания.	6	1	2	3	-
3.1	Современные методы реабилитации пациентов с грыжей межпозвонкового диска. Показания к оперативному лечению.	3	1	2	-	-
3.2	Практическое занятие. Выбор тактики реабилитации пациента с грыжей межпозвонкового диска в зависимости от ее локализации.	1	-	-	1	-
3.3	Практическое занятие. Составление индивидуального плана занятий и упражнений. Восстановление после операции.	2	-	-	2	-
5.	Итоговая аттестация	2	-	-	-	2

Код	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов				Аттестация
			Лекции	Самостоятельная Работа	Практические Занятия	
	Всего	16	3	6	5	2

7 Организационно-педагогические условия реализации программы

7.1 Кадровое обеспечение учебного процесса

Преподаватели – специалисты, имеющие высшее медицинское образование, действующие сертификаты специалиста или свидетельство об аккредитации специалиста по специальностям «Лечебная физкультура и спортивная медицина», «Физиотерапия», «Мануальная терапия», «Травматология и ортопедия», удостоверение о повышении квалификации по профилю преподаваемого модуля/темы и стаж работы в области спортивной медицины не менее 3 лет.

Преподаватели обязаны повышать уровень своей медицинской квалификации не реже 1 раза в 5 лет и не реже 1 раза в 3 года по педагогической деятельности.

7.2. Требования к материально-техническим условиям

Материально-техническая база, обеспечивающая реализацию Программы, соответствует действующим санитарно-техническим нормам, а также нормам и правилам пожарной безопасности.

В ООО «Лаборатория физической терапии» обеспечивается наличие качественного доступа педагогических работников и обучающихся к информационно-телекоммуникационной сети Интернет (далее - сеть Интернет), в том числе с использованием установленных программно-технических средств для обучающихся и педагогических работников на скорости не ниже 512 Кбит/с.

Для самостоятельной работы слушателей выделено учебное помещение, соответствующее требованиям к материально-техническому обеспечению для реализации дополнительных профессиональных образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий: парты, стулья, комплект мультимедийного оборудования, компьютеры с установленным программным обеспечением, наличие доступа к сети Интернет, программно-технические средства, обеспечивающие скорость передачи не ниже 512 Кбит/с.

В ООО «Лаборатория физической терапии» созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды – единый профессиональный образовательный портал (далее – образовательный портал), включающий в себя:

- электронные информационные ресурсы;
- электронные образовательные ресурсы;

- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающей освоение обучающимися дополнительной профессиональной образовательной программы повышения квалификации непрерывного образования врачей «Сколиоз: виды, причины, лечение» в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательный портал обеспечивает возможность хранения, обновления, систематизации и каталогизацию информационных ресурсов, организацию и информационную поддержку учебного процесса с применением ДОТ, в том числе его документирование, взаимодействие участников дистанционного образовательного процесса в асинхронном режиме.

Сопровождение образовательного процесса с применением ДОТ

Сопровождение образовательного процесса с применением дистанционных технологий обучения включает три компонента:

- техническое сопровождение (администрирование единой электронной образовательной среды и обновление программного обеспечения);
- методическое сопровождение (консультирование по вопросам дистанционного обучения, а также подготовка методических материалов);
- контроль качества образовательного процесса и его результатов (контроль качества учебных материалов, контроль выполнения обучающимися учебного плана образовательной программы, при освоении которой применяются ДОТ).

7.3. Особенности реализации Программы

Программа повышения квалификации проводится с использованием дистанционных образовательных технологий (ДОТ).

Для обеспечения процесса самостоятельной работы слушателя с применением ДОТ используются учебные материалы в электронном формате (учебно-методические пособия, материалы презентационного характера). Каждому слушателю на основании приказа о зачислении на курс повышения квалификации выдается авторизованный доступ (логин и пароль) к электронной образовательной среде (ЭОС) организации, обеспечивая идентификацию слушателя.

Ссылка на ЭОС: <https://courses.kinesiopro.ru/cms/system/login>.

Теоретический материал слушатели осваивают при помощи ДОТ. Лекции читаются преподавателем, используя платформу для проведения видеоконференций Zoom. Каждый слушатель имеет возможность задать вопрос лектору в режиме «онлайн», обсуждать и дискутировать в рамках тематики курса. Для участия в видеоконференции необходим доступ в сеть Интернет, видеокамера и микрофон. Каждому участнику на адрес электронный почты, указанный при зачислении на курс, приходит ссылка-приглашение на присоединение к онлайн-конференции.

8 Формы аттестации

Итоговая аттестация по дополнительной профессиональной образовательной программе повышения квалификации непрерывного образования врачей «Грыжа

диска» осуществляется посредством проведения зачета и должна выявлять теоретическую и практическую подготовку слушателя в соответствии с содержанием образовательной программы дополнительного профессионального образования.

Допуск к зачету проводится после выполнения предусмотренных настоящей рабочей программой работ и учитывает результаты посещаемости.

На зачете оценивается клиническое мышление слушателей курса обучения и практическую подготовку, и заключается в собеседовании на заданную тему.

Для аттестации слушателей на соответствие их персональных достижений требованиям программы имеется фонд оценочных средств для проведения и итоговой аттестации.

Фонд включает в себя контрольно-оценочные средства в виде вопросов для обсуждения, которые позволяют оценить степень освоения учебного материала у слушателей.

9. Оценочные средства

Критерии оценки итоговой аттестации:

«Отлично» - 90% и выше правильных ответов;

«Хорошо» - от 80% до 89% правильных ответов;

«Удовлетворительно» - от 70% до 79% правильных ответов;

«Неудовлетворительно» - ниже 70% правильных ответов.

10. Информационно-методическое обеспечение учебного процесса

Основные источники:

№	Наименование
1	Еремущкин М.А. Основы реабилитации, М.: Академия, 2017. – 208 с.
2	Пономаренко Г.Н. Физическая и реабилитационная медицина. Национальное руководство. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 688 с
3	Raj, P. Prithvi. "Intervertebral Disc: Anatomy-Physiology-Pathophysiology-Treatment." Pain Practice 8.1 (2008): 18-44.
4	L. G. F. Giles, K. P. Singer. The Clinical Anatomy and Management of Back Pain. Butterworth-Heinemann, 2006
5	Jegade KA, etal. Contemporary management of symptomatic lumbar disc

	herniations. Orthop Clin North Am. 2010;41:217-24. PMID: 20399360 www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20399360.
6	Chou R, et al. Nonsurgical interventional therapies for low back pain: a review of the evidence for an American Pain Society clinical practice guideline. Spine. 2009
7	Simeone, F.A.; Herkowitz, H.N.; Upper lumbar disc herniations. J Spinal Disord. 1993 Aug;6(4):351-9.
8	Olson K., Manual Physical Therapy of Spine, Saunders Elsevier, 2009, p114-116
9	Mustafa Filiz, A. C. (2005). The effectiveness of exercise programmes after lumbar disc surgery: a randomised controlled trial. Clinical Rehabilitation, 4-11.

Дополнительные источники:

№	Наименование
1	Лукьянова А.С. Современные аспекты медико-психологической реабилитации, / Современные аспекты медицинской реабилитации и санаторно-курортного лечения: материалы III Международной научно-практической конференции студентов и молодых ученых /Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии. – Москва: Знание-М, 2021, с. 71-72
2	McGill, S. Low Back Disorders: Evidence Based Prevention and Rehabilitation, Second Edition. USA: 2007 Human Kinetics
3	Marcelo Gálvez M.1 , Jorge Cordovez M.1 , Cecilia Okuma P.1 , Carlos Montoya M.2, Takeshi Asahi K.2 Revista Chilena de Radiología. Vol. 23 N° 2, año 2017; 66-76
4	Bayraktar D et al., A comparison of water-based and land-based core stability exercises in patients with lumbar disc herniation: a pilot study. Disability and Rehabilitation. 2015 Sep 2:1-9.
5	Hahne A.J. et al. Conservative management of lumbar disc herniation with associated radiculopathy: a systematic review, Spine, 2010; 15, 35: 488-504.
6	Demir S., Effects of dynamic lumbar stabilization exercises following lumbar microdiscectomy on pain, mobility and return to work. Randomized controlled trial., Eur J Phys Rehabil Med. 2014 Dec;50(6):627-40. Epub 2014 Sep 9.
7	Ann-Christin Johansson, S. J. (2009). Clinic-based training in comparison to home-based training after first-time lumbar disc surgery: a randomised controlled trial. Eur Spine Journal , 398-409.

Электронные образовательные ресурсы

1	http://kineziopro/ - сайт ООО «Лаборатория физической терапии»
2	http://courses.kineziopro.ru/ - единый профессиональный образовательный портал ООО «Лаборатория физической терапии» -
3	http://www.medscape.com – Веб ресурс для врачей и других специалистов в области здравоохранения
4	http://elibrary.ru - научная электронная библиотека
5	http://www.consultant.ru - Официальный сайт системы КонсультантПлюс
6	http://www.scsml.rssi.ru/ - центральная научная медицинская библиотека (ЦНМБ)

11. Оценочные материалы

Типовые примеры вопросов для итоговой аттестации:

1. Анатомия межпозвонкового диска.
2. Причины возникновения грыжи межпозвонкового диска.
3. Патофизиология грыжи межпозвонкового диска.
4. Типы грыж.
5. Стадии грыжеобразования.
6. Определение понятий: протрузия, экструзия, секвестрация.
7. Грыжи межпозвонкового диска шейного отдела позвоночника.
8. Клинические симптомы при грыже межпозвонкового диска шейного отдела позвоночника.
9. Обследование шейного отдела позвоночника при жалобах на боль.
10. Поражения нервов при грыже межпозвонкового диска шейного отдела позвоночника.
11. Грыжи межпозвонкового диска грудного отдела позвоночника.
12. Клинические симптомы при грыже межпозвонкового диска грудного отдела позвоночника.
13. Обследование грудного отдела позвоночника при жалобах на боль.
14. Поражения нервов при грыже межпозвонкового диска грудного отдела позвоночника.
15. Грыжи межпозвонкового диска поясничного отдела позвоночника.
16. Клинические симптомы при грыже межпозвонкового диска поясничного отдела позвоночника.
17. Обследование поясничного отдела позвоночника при жалобах на боль.
18. Поражения нервов при грыже межпозвонкового диска поясничного отдела позвоночника.
19. Специальные тесты на шейный отдел.
20. Тест Спурлига, тест distraction.
21. Тест натяжения для верхней конечности, тест на абдукцию плеча, признак Тинеля.
22. Тестирование пассивных движений в атлanto-затылочном суставе.
23. Тестирование подвижности атлantoаксиального сустава.
24. Оценка сегментарной мобильности шейного отдела.
25. Тест Ласега, контрлатеральный тест на поднятие прямой ноги, SLUMP-тест.
26. Тест натяжения бедренного нерва, тест на гиперэкстензию.
27. Дифференциальная диагностика грыжи межпозвонкового диска шейного отдела позвоночника.
28. Дифференциальная диагностика грыжи межпозвонкового диска грудного отдела позвоночника.
29. Дифференциальная диагностика грыжи межпозвонкового диска поясничного отдела позвоночника.
30. Осложнения грыжи межпозвонкового диска.
31. Инструментальная диагностика грыжи межпозвонкового диска.
32. Компьютерная томография для диагностики грыжи межпозвонкового диска.

33. Магнитно-резонансная томография для диагностики грыжи межпозвонкового диска.
34. Основные методы консервативного лечения грыжи межпозвонкового диска.
35. Основные методы хирургического лечения грыжи межпозвонкового диска.
36. Физическая терапия в реабилитации пациентов с грыжей межпозвонкового диска.
37. Упражнения лечебной физкультуры в реабилитации пациентов с грыжей межпозвонкового диска.
38. Упражнения на стабилизацию при грыже межпозвонкового диска.
39. Общие правила выполнения упражнений при грыже межпозвонкового диска.
40. Растяжка при грыже межпозвонкового диска.
41. Упражнения на укрепления мышц при грыже межпозвонкового диска.
42. Традиционная китайская медицина при грыже межпозвонкового диска.
43. Программа градуированной поведенческой активности при грыже межпозвонкового диска.
44. Чрескожная электронейростимуляция при грыже межпозвонкового диска.
45. Тractionная терапия при грыже межпозвонкового диска.
46. «Горячие» методы лечения при грыже межпозвонкового диска.
47. Криотерапия при грыже межпозвонкового диска.
48. Основные принципы восстановления после оперативного лечения грыжи межпозвонкового диска.
49. Основные показатели при бессимптомном протекании грыжи диска (короткая форма-36, индекс инвалидности Освестри и Роланда-Мориса, ВАШ-шкала, опросник боли МакГилла).
50. Эпидемиология заболевания.