

[2ZSKME/KII] Drenaż limfatyczny

1. Ogólne informacje o module

| | |
|-----------------------------------|------------------------------|
| Nazwa modułu | DRENAŻ LIMFATYCZNY |
| Kod modułu | 2ZSKME/KII |
| Nazwa jednostki prowadzącej moduł | WYDZIAŁ OCHRONY ZDROWIA |
| Nazwa kierunku studiów | KOSMETOLOGIA DRUGI STOPIEŃ |
| Forma studiów | STACJONARNE I NIESTACJONARNE |
| Profil kształcenia | PRAKTYCZNY |
| Semestr | IV |
| Status modułu | SPECJALNOŚCIOWY |
| Język modułu | POLSKI |

2. Cele modułu:

| | |
|----|--|
| C1 | Zapoznanie studenta z podstawami masażu klasycznego i masażu limfatycznego z elementami face fitnessu. Ukazanie różnic pomiędzy poszczególnymi technikami masowania. |
| C2 | Przygotowanie studenta do umiejętnego dokonania wyboru rodzaju masażu kosmetycznego i leczniczego w zależności od wskazań oraz identyfikacji zagrożeń w wykonywaniu zabiegu. |
| C3 | Przygotowanie studenta do wykonania masażu kosmetycznego i leczniczego w szczególności masażu klasycznego i manualnego drenażu limfatycznego. |
| C4 | Przygotowanie studenta do pracy w charakterze kosmetycznego terapeuty manualnego. |

3. Wymagania wstępne:

Student przed rozpoczęciem zajęć powinien posiadać wiedzę z zakresu ogólnej biologii człowieka.

4. Efekty kształcenia:

| Student po zakończeniu modułu: | | Odniesienie do efektów dla programu |
|---------------------------------------|---|-------------------------------------|
| EK_01 | Charakteryzuje wpływ masażu klasycznego i masażu limfatycznego na organizm człowieka ze szczególnym uwzględnieniem skóry. | K_W02+++ K_U04++ |
| EK_02 | Odtwarza teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy masażu klasycznego i limfatycznego. Dokonuje właściwego doboru technik masowania dostosowanych do konkretnych potrzeb jednostki z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań zabiegowych. | K_W17+++ K_W18+++ |

| | | |
|-------|---|--|
| EK_03 | Wykonuje masaż limfatyczny poszczególnych części ciała w tym twarzy z elementami face fitnessu zgodnie z podstawowymi zasadami BHP. | K_U17+++ K_U19+++ K_U22+++ K_K08+++ |
| EK_04 | Przedstawia możliwości zastosowania terapii skojarzonej w konkretnych problemach skórnych i tkankowych. | K_W17+++ K_U15+++ |

5. Treści programowe:

| WYKŁADY | |
|--------------------|---|
| W1 | Masaż klasyczny – zasady i metodyka wykonania. Wykorzystanie w kosmetologii i odnowie biologicznej. |
| W2 | Zastosowanie masażu klasycznego w wybranych jednostkach chorobowych. Zaburzenia krążenia, zespoły bólowe, cellulit. |
| W3 | Podstawy teoretyczne face fitnessu. Terapia skojarzona masażu klasycznego i face fitnessu jako jedna z nieinwazyjnych metod wygładzania zmarszczek i modelowania twarzy. |
| W4 | Podstawy anatomii i fizjologii układu limfatycznego. Podstawy drenażu limfatycznego. Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu. Względy etyczne wykonywania drenażu limfatycznego. Patofizjologia obrzęku miejscowego. |
| W5 | Zastosowanie masażu limfatycznego w wybranych jednostkach chorobowych. Zaburzenia krążenia, wysięki, obrzęki zastoinowe i limfatyczne (pierwotne i wtórne), obrzęki żylnolimfatyczne, obrzęki tłuszczowe, cellulit. |
| W6 | Terapia skojarzona masażu limfatycznego wraz z face fitnesssem jako jedna z nieinwazyjnych metod wygładzania zmarszczek i modelowania twarzy. |
| W7 | Ogólna charakterystyka różnicowa innych rodzajów masażu (segmentalny, centryfugalny, izometryczny, okostnowy, aparaturowy). |
| ZAJĘCIA PRAKTYCZNE | |
| ZP1 | Przypomnienie zasad masażu klasycznego oraz oddziaływania jego poszczególnych technik na organizm człowieka. Wskazania i przeciwwskazania do masażu klasycznego. Metodyka i praktyka masażu klasycznego. |
| ZP2 | Omówienie zasad drenażu limfatycznego w oparciu o podstawową wiedzę z zakresu limfologii. Podstawy oddziaływania manualnego drenażu limfatycznego na tkanki ludzkie. Wskazania i przeciwwskazania do manualnego drenażu limfatycznego. Poznanie i opanowanie wykonania podstawowych chwytów manualnego drenażu limfatycznego. Metodyka zabiegowa. |
| ZP3 | Drenaż limfatyczny w obrębie twarzy. Face fitness. Terapia skojarzona. Metodyka zabiegowa. Drenaż limfatyczny jako metoda przygotowawcza do niektórych zabiegów wykonywanych w okolicy twarzy np. peelingów, przed zastosowaniem wypełniaczy, a także przed i po drobnych zabiegach chirurgicznych. Masaż twarzy jako metoda rewitalizująca po zabiegach liftingu twarzy. |
| ZP4 | Postępowanie manualnym drenażem limfatycznym w przypadku obrzęków lokalnych. Planowanie i programowanie postępowania kosmetyczno-leczniczego z wykorzystaniem wszystkich technik masowania. |

6. Metody dydaktyczne:

| | |
|----|---|
| M1 | wykład |
| M2 | zadania problemowe |
| M3 | ćwiczenia praktyczne z pokazem i instruktążem |
| M4 | dyskusja, metoda heurystyczna |
| M5 | metoda sytuacji rzeczywistej |

7. Narzędzia dydaktyczne:

| | |
|----|---|
| N1 | podręczniki, atlasy anatomiczne |
| N2 | narzędzia zabiegowe (łóżko kosmetyczne, oliwka kosmetyczna) |
| N3 | prezentacje multimedialne |

8. Weryfikacja efektów kształcenia

| Efekt kształcenia | Cele modułu | Treści programowe | Metody dydaktyczne | Sposób oceny |
|-------------------|-------------|-----------------------|--------------------|-----------------------------------|
| EK_01 | C1, C2 | W1,W2, ZP1 | M1, M2, M4 | kolokwium ustne |
| EK_02 | C1-C4 | W4, W5,W7, ZP2-ZP4 | M1- M4 | kolokwium kolokwium praktyczne |
| EK_03 | C3, C4 | W3, W4, ZP2-ZP4 | M1- M5 | kolokwium praktyczne |
| EK_04 | C1-C3 | W6, W7, ZP1- ZP4 | M1, M2, M4 | kolokwium ustne |

9. Forma i warunki zaliczenia

Moduł kończy się zaliczeniem na ocenę.

10. Formy oceny - szczegóły

| ocena/efekt | EK_01 |
|-------------------------|---|
| NDST (2,0) | Student nie potrafi scharakteryzować wpływu masażu klasycznego ani masażu limfatycznego na organizm człowieka. Nie zna reakcji zachodzących w tkankach w wyniku stosowania poszczególnych technik masowania. |
| DST (3,0) DST+ (3,5) | Student charakteryzuje podstawowe reakcje zachodzące w organizmie człowieka pod wpływem masażu klasycznego i masażu limfatycznego. Nie potrafi jednak rozgraniczyć go na poszczególne techniki masowania. 60 - 70% pkt DST, 71 - 75% pkt DST+. |

| | |
|-------------------------|---|
| DB (4,0) DB+ (4,5) | Student charakteryzuje większość reakcji zachodzących w organizmie człowieka pod wpływem masażu klasycznego i masażu limfatycznego. Dokonuje podziału reakcji ustrojowych na poszczególne techniki masowania. 76 - 86% pkt DB, 87 - 92% pkt DB+. |
| BDB (5,0) | Student w sposób wyczerpujący charakteryzuje reakcje zachodzące w organizmie człowieka pod wpływem masażu klasycznego i masażu limfatycznego. Dokonuje podziału reakcji ustrojowych pod względem stosowanych technik masowania. 93 - 100% pkt BDB. |
| EK_02 | |
| NDST (2,0) | Student nie zna teoretycznych, metodycznych ani praktycznych podstaw masażu klasycznego i limfatycznego. Nie potrafi dokonać właściwego doboru technik masowania dostosowanych do konkretnych potrzeb jednostki z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań zabiegowych. |
| DST (3,0) DST+ (3,5) | Student zna elementarne podstawy teoretyczne, metodyczne i praktyczne masażu klasycznego i limfatycznego. Nie potrafi jednak dokonać właściwego doboru technik masowania pod względem konkretnych potrzeb jednostki. Wymienia podstawowe wskazania i przeciwwskazania do zabiegu. 60 - 70% pkt DST, 71 - 75% pkt DST+. |
| DB (4,0) DB+ (4,5) | Student posiada podstawy teoretyczne, metodyczne i praktyczne masażu klasycznego i limfatycznego. Nie potrafi jednak dokonać właściwego doboru poszczególnych technik masowania pod względem konkretnych potrzeb jednostki. Wymienia większość wskazań i przeciwwskazań do zabiegu. 76 - 86% pkt DB, 87 - 92% pkt DB+. |
| BDB (5,0) | Student posiada solidne podstawy teoretyczne, metodyczne i praktyczne masażu klasycznego i limfatycznego. Potrafi dokonać właściwego doboru poszczególnych technik masowania pod względem konkretnych potrzeb jednostki. Wymienia szeroki zakres wskazań, zgodnie z podstawowymi zasadami etyki, kultury osobistej i higieny, oraz przeciwwskazań do zabiegu. 93 - 100% pkt BDB. |
| EK_03 | |
| NDST (2,0) | Student nie potrafi wykonać masażu limfatycznego poszczególnych części ciała. Nie zna podstaw teoretycznych ani praktycznych face fitnessu. Nie potrafi również wymienić zasad higienicznych wykonywania zabiegu. + kryteria kolokwium praktycznego. |
| DST (3,0) DST+ (3,5) | Student potrafi wykonać masaż limfatyczny tylko wybranych części ciała. Zna elementarne podstawy face fitnessu, nie potrafi jednak wymienić zasad higienicznych wykonywania zabiegu. + kryteria kolokwium praktycznego. |
| DB (4,0) DB+ (4,5) | Student potrafi wykonać masaż limfatyczny wybranych części ciała. Stosuje przy tym podstawowe zasady higieniczne. Zna teoretyczne podstawy face fitnessu. + kryteria kolokwium praktycznego. |
| BDB (5,0) | Student potrafi wykonać masaż limfatyczny wszystkich części ciała z zachowaniem wszystkich zasad higienicznych. Zna teoretyczne i praktyczne zastosowanie face fitnessu w kosmetologii. + kryteria kolokwium praktycznego. |

| EK_04 | |
|-------------------------|---|
| NDST (2,0) | Student nie zna możliwości zastosowania terapii skojarzonej w konkretnych problemach skórnych i tkankowych. |
| DST (3,0) DST+ (3,5) | Student zna jedną możliwość zastosowania terapii skojarzonej w konkretnych problemach skórnych i tkankowych. |
| DB (4,0) DB+ (4,5) | Student zna większość możliwości zastosowania terapii skojarzonej w konkretnych problemach skórnych i tkankowych. |
| BDB (5,0) | Student wymienia szeroką gamę możliwości zastosowania terapii skojarzonej w konkretnych problemach skórnych i tkankowych. Dokonuje planowania oczekiwanych efektów. |

11. Literatura zalecana

| | |
|--------------------------|--|
| Literatura podstawowa | Földi M., Ströbenreuther R.: <i>Podstawy manualnego drenażu limfatycznego</i> . Wrocław: Wydawnictwo Medyczne Urban & Partner, 2005. |
| | Gutig., Miller A., Zolter H. <i>Limfologia</i> Edra Urban&Partner 2017 |
| | Kasprzak W.: <i>Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA</i> . Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2017. |
| | Magiera L., Walaszek R.: <i>Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej</i> . Kraków: BIOSPORT, 2014. |
| | Kózka M., Rożnowska K.: <i>Sposób na żylaki</i> . Kraków: Agencja Wydawniczo-Uslugowa Emilia, 2009. |
| Literatura uzupełniająca | Zborowski A.: <i>Drenaż limfatyczny</i> . Kraków: Wydawnictwo AZ, cop. 2008. |
| | <i>Wykłady podologiczne. Skrypt dla słuchaczy szkół kosmetycznych. [Cz.2]</i> . Red. S. Nowicka. [Bukowa]: Iterum, cop. 2015 |

12. Bilans pracy studenta:

| RODZAJ PRACY STUDENTA | FORMA STACJONARNA | FORMA NIESTACJONARNA |
|---|--------------------------|-----------------------------|
| wykład | 15 | 9 |
| ćwiczenia/zajęcia praktyczne | 30 | 18 |
| ćwiczenia seminaryjne | 0 | 0 |
| przygotowanie do zajęć | 15 | 33 |
| w tym do ćwiczeń | 10 | 22 |
| studiowanie literatury | 20 | 20 |
| przygotowanie raportu/prezentacji | 0 | 0 |
| konsultacje | 5 | 5 |
| przygotowanie do zaliczenia/egzaminu | 15 | 15 |
| zaliczenie końcowe/egzamin | 0 | 0 |
| ŁĄCZNY NAKŁAD PRACY STUDENTA W GODZINACH | 100 | 100 |
| - W TYM GODZINY KONTAKTOWE | 50 | 32 |
| LICZBA PUNKTÓW ECTS PRZEDMIOTU | 4 | 4 |
| W TYM ECTS KONTAKTOWE | 2,0 | 1,3 |