

Modulaire opleiding Medische OefenTherapie®

De opleiding **Medische OefenTherapie** (MOT) richt zich tot kinesitherapeuten die zich wensen te vervolmaken in de snel evoluerende wetenschap van de trainingsconcepten en meer specifiek van de medische oefen- en bewegingstherapieën.

De eerste editie startte in 2005 in SyntraWest (Brugge). In 2009 nam IRSK de organisatie van MOT over en de lessen werden in een meer centrale plaats in Oost Vlaanderen gedoceerd (Nazareth). Vanaf december 2012 werd de basiscursus van 6 modules naar 8 modules uitgebreid, met een spreiding van minimum 3 weken tussen 2 opeenvolgende modules . Zo werd de "studiebelasting" beter verdeeld en kregen de cursisten voldoende tijd om de leerstof theoretisch en praktisch in hun werkveld toe te passen.

Vanaf 2014 worden de modules ingericht door het IPVK in de campus van het UZ Gent.

De **introductiemodule** omvat de diagnostische en oefentherapeutische basiskennis alsook de wetenschappelijke & klinische onderbouwing van de oefenconcepten die in de MOT worden geïntegreerd:

- de medische trainingsconcepten (MET, MTT, MFTT) gebaseerd op het Odvar Holten-principe;
- de bewegingsconcepten van Janda , Sahrman, Pilates Rehab, Norris ea.
- de stabilisatieconcepten van internationale onderzoeksteams (Hodges, Jull, Falla, Sterling, O'Sullivan, Hides, Richardson, Comerford, Mottram, Lee en vele andere...)
- de specifieke actieve oefenprogramma's zoals balanstreining, neuromusculaire training, conservatieve en postoperatieve behandeling van orthopedische letsels, rug - en nekscholing, enz. Aansluitend op deze theoretische onderbouwing worden enkele tests aangeleerd : correcte diagnosestelling is immers de basisverreiste voor efficiënt handelen en optimale therapie. Vastgestelde stoornissen, beperkingen en afwijkende factoren in participatie en activiteiten worden conform ICF-codes benoemd en met oefenvoorbeelden behandeld. Dankzij de hands-on benadering van onderzoek en oefenvoorbeelden kan de cursist de gedoctrineerde stof onmiddellijk in de kinepraktijk toepassen en ervaren dat de aangeleerde MOT-systematiek en-methodiek in combinatie met klinisch redeneren snel en efficiënt werkt en toepasbaar is
 - * bij alle musculoskeletale afwijkingen (malalignementen , zwakke houding, spierdysbalans, stoornissen in stabiliteit, mobiliteit, evenwicht ea;
 - * bij alle gradaties van dysfuncties: van acuut tot chronisch, van weinig tot zeer ernstige stoornissen, beperkingen..;
 - * bij alle patiëntenpopulaties : kinderen, volwassenen, ouderlingen, competitieve en recreatieve sporters....

In de module "**posturale reëducatie**" worden technieken aangeleerd voor het vaststellen, klinisch interpreteren en behandelen van stoornissen in de houding, van statische en dynamische malalignementen en van rotatoire en angulaire deformiteiten. Kleine regionale structurele en/of verworven statiekstoornissen kunnen immers grote gevolgen hebben op de functies en structuren in hun (neuro)fysiologische en kinetische ketens.

In de 5 "**regionale modules**" worden regiospecifieke oefeningen uit voornoemde concepten hands-on aangeleerd, progressief opgebouwd volgens de 10 trappensystematiek, met en zonder toestellen voor toepassingen in het kinesitherapie kabinet en als huiswerk oefening.

In de **module "Lumbopelvifemorale regio deel 1"** wordt het fundament gelegd van de core-stability-training. Stabiliserende en bewegingsregulerende oefeningen voor het herstel en normalisatie van functies en anatomische eigenschappen van het **bekken, bekkengordel en intrapelvis**, worden gedemonstreerd en vervolgens hands-on uitgevoerd per 2 collega's. De intrapelvische functies & anatomische eigenschappen worden via de actieve bekkenbodetraining van Eric Franklin getraind waarbij perceptietraining en visualisatietechnieken centraal staan. De musculoskeletale functies en anatomische eigenschappen van de bekkengordel worden hersteld en genormaliseerd met stabiliserende en bewegingsregulerende oefeningen om de krachtentransfer tussen romp en onderste ledematen te optimaliseren. In dit eerste deel ligt de focus op het (her)trainen van perceptie, motor control en performantie van de stabiliserende peripelvische en pelvifemorale musculatuur waarbij actieve PNF-patronen, sacroiliacale correctieoefeningen vgl's Don Tigny en huiswerk oefeningen centraal staan.

In de **module " Lumbopelvifemorale regio deel 2"** wordt de nadruk gelegd op stabiliserende en bewegingsregulerende oefeningen voor het herstel en normalisatie van functies en anatomische eigenschappen van de lumbale segmenten. De aangeleerde oefeningen uit de eerste LPF-module worden als basis gebruikt voor aanvullende lokale en globale core-stability oefeningen. Via demo's en hands-on uitvoeringen per 2 collega's worden alignementen en gekoppelde bewegingen in de lumbale regio geoptimaliseerd en aangevuld met huiswerk- en MTT oefeningen.

In de **module " Onderste quadrant en onderste ledematen "** worden oefeningen voor het herstel en normalisatie van functies en anatomische eigenschappen van de **heup, knie, enkel en voet** , gedemonstreerd en vervolgens hands-on uitgevoerd per 2 collega's. Daarnaast wordt ook aandacht besteed aan de globale functies en activiteiten van het onderste lidmaat zoals het gangpatroon, evenwicht, lopen, springen, trappen op en af enz. De syllabus bevat ook postoperatieve revalidatieschema's voor kruisbandletsels die als "oefenpad" worden gedemonstreerd.

In de **module "Cervicale, thoracale en scapulaire regio"** worden stabiliserende en bewegingsregulerende oefeningen voor herstel en normalisatie van functies en anatomische eigenschappen van de **cervicale & thoracale wervelsegmenten, bovenromp met thorax en het scapulothoracaal gewricht** , gedemonstreerd en vervolgens uitgevoerd per 2 collega's. Omdat deze segmenten (neuro)fysiologisch en kinematisch gekoppeld zijn met de schoudergewrichten, het temporomandibulair gewricht en het hoofd, wordt in deze module ook aandacht besteed aan de kinetische ketendiagnostiek waarbij het klinisch redeneren over pathomechanismen centraal staat. Spinale stabiliteitsstoornissen en scapulaire dyskinesiën zijn immers vaak de oorzaak van schouder- en armlachten welke in de laatste regiomodule (Bovenste quadrant en lidmaat) aan bod komen.

In de **module " Bovenste quadrant en bovenste ledematen"** worden oefeningen die de functies en anatomische eigenschappen van het **glenohumeraal gewricht, de elleboog en pols-hand-vingers** , gedemonstreerd en vervolgens uitgevoerd per 2 collega's. Er wordt ook aandacht besteed aan het optimaliseren van de globale functies en activiteiten van het bovenste lidmaat in open en gesloten keten. De scapulothoracale oefeningen, aangeleerd in de vorige praktijkmodule worden heropgefrist en geïntegreerd in het deel schouderrevalidatie. De module bevat ook de conservatieve en postoperatieve revalidatieschema's voor hand- en vingerletsels.

In de module "**trainingstherapie**" worden de trainingsprincipes en oefeningen uit de medische trainingsconcepten (MET, MTT, MFTT), de elastische weerstandstraining (Theraband en – tubing) en de neuromusculaire trainingsconcepten (Isometrics, RNT, OTIS, ITIS) gedemonstreerd en ingeoefend.