

Schouder The High Performance Shoulder



In deze zeer praktijkgerichte dagcursus bekijken we op een gestructureerde wijze de klinische testing van de gehele schoudergordel. Daarnaast voeren we ook een wetenschappelijk ondersteunde 'functionele evaluatie' (goniometrie en hand held dynamometrie) uit en bekijken we in welke mate sportspecifieke adaptaties al dan niet (ir)relevant zijn. Tot slot plaatsen we de schoudergordel ook binnen het geheel van de 'kinetische keten'.

Pathologieën waar we bij stil staan zijn diegenen dewelke veelvuldig bij werp- en slagsporten voorkomen: subacromiaal pijnsyndroom, rotator cuff dysfunctie en multidirectionele schouderinstabiliteit. Ook de rol van de scapula wordt hierbij bekeken.

Vanuit dit wetenschappelijk georiënteerd klinisch onderzoeksmodel wordt vervolgens een voorstel tot behandeling via oefentherapie en manuele therapie geformuleerd en uitgewerkt. Hierbij wordt ook gebruik gemaakt van real-time biofeedback. We streven ernaar om de uitgewerkte oefenstof feilloos te integreren binnen een oefenprogramma dat past bij de patiënt zijn/haar thuisomgeving en waarbij enkel kleine materialen dienen te worden gebruikt.

NIEUW: specifiek ten aanzien van de 'Return to Sport' fase wordt een klinische- en wetenschappelijk ontwikkelde testset overlopen dewelke ook aangrijpingspunt kan zijn voor verdere en doorgedreven revalidatie. Om hieraan tegemoet te komen wordt de klassieke oefenstof ook vertaald naar krachttraining.

Na het volgen van deze cursus bent u in staat een gevorderde klinische schoudergordel-evaluatie op een systematische en efficiënte manier uit te voeren en kan u heel duidelijk therapeutische actiepunten bij de patiënt met schoudergordeldysfunctie identificeren en praktisch opstarten wat betreft revalidatie.



Concrete doelstelling /leerdoelen:

- Kennis verwerven van meest relevante en sportgerichte pathologie bij een populatie aan bovenhandse sporters: anatomische en biomechanische inzichten. Documentering aan de hand van belangrijke en internationaal toonaangevende literatuurstudies.
- Kennis en praktische vaardigheden verwerven in gericht klinisch onderzoek t.a.v. de voornaamste en sportgerelateerde pathologieën. Gebruik maken van meetinstrumenten die tot op heden slechts weinig toegang vinden in de dagdagelijkse praktijk.
- Vertalen van de klinische bevindingen in een specifiek en gradueel opbouwend oefen-revalidatieprogramma met inbegrip van kennisgeving en inoefenen van manuele vaardigheden.
- Zelf actief inoefenen en aanvoelen van de aangeboden oefenstof; mede ook aan de hand van biofeedback (behandeloptie welke ook en tot op heden weinig gekend en toegepast wordt).
- Uitvoeren van een return to sport testset
- Vertalen van de klassieke oefenstof naar krachttraining van de schoudergordel

