

MODUŁ 3. WYMAGANIA EGZAMINACYJNE Z PRZYKŁADAMI ZADAŃ

Z.1. Świadczenie usług w zakresie masażu

1. Przykłady zadań do części pisemnej egzaminu dla wybranych umiejętności z kwalifikacji Z.1. Świadczenie usług w zakresie masażu

1.1. Wykonywanie masażu w medycynie

Umiejętność 1) *charakteryzuje budowę i czynności układów i narządów człowieka, na przykład:*

- charakteryzuje budowę układów człowieka, np. układ krwionośny, układ limfatyczny, układ nerwowy, układ oddechowy, układ pokarmowy;
- charakteryzuje czynności układów człowieka np. przewodnictwo nerwowe, metabolizm;
- charakteryzuje budowę narządów człowieka, np. serca, płuc, nerek;
- charakteryzuje czynności narządów człowieka np. pracę serca, wymianę gazową, wydalanie;
- charakteryzuje budowę narządu ruchu człowieka, np. kości łokciowej, mięśnia czworogłowego, kręgosłupa, stawu biodrowego, powięzi piersiowo-lędźwiowej;
- charakteryzuje czynności narządu ruchu człowieka, np. pracę mięśni, ruchomość stawów;
- charakteryzuje budowę i czynność powłoki wspólnej np. warstwy skóry, receptory skóry, gruczoły skóry, termoregulację.

Przykładowe zadanie 1.

Limfa spływająca z obszaru prawej kończyny dolnej ostatecznie uchodzi do

- A. lewego kąta żylnego.
- B. prawego kąta żylnego.
- C. węzłów pachowych prawych.
- D. węzłów pachwinowych lewych.

Odpowiedź prawidłowa: **A.**

Umiejętność 2) *określa wskazania i przeciwwskazania do poszczególnych rodzajów masażu, na przykład:*

- określa wskazania dla określonego masażu suchego: klasycznego, segmentarnego, limfatycznego, przyrządowego, np. wskazaniem do zastosowania masażu klasycznego są zaburzenia odżywcze skóry;
- określa przeciwwskazania dla określonego masażu suchego: klasycznego, segmentarnego, limfatycznego, przyrządowego, np. przeciwwskazaniem do zastosowania masażu limfatycznego jest choroba zakaźna;
- określa wskazania do masażu w środowisku wodnym, np. masaż wirowy wodny w stanach pourazowych;
- określa przeciwwskazania do masażu w środowisku wodnym, np. masaży natryskiem biczowym nie należy stosować u osób z miażdżycą tętnic.

Przykładowe zadanie 2.

Przeciwwskazaniem do wykonania masażu klasycznego mięśni grzbietu jest

- A. skolioza dwułukowa.
- B. kifoza piersiowa.
- C. sklerodermia.
- D. półpasiec.

Odpowiedź prawidłowa: **D.**

Umiejętność 10) *dobiera metody masażu w medycynie do jednostek chorobowych pacjenta, na przykład:*

- dobiera odpowiednią metodę masażu do określonej jednostki chorobowej pacjenta, np. drenaż limfatyczny w przypadku obrzęków.

Przykładowe zadanie 3.

Którą metodę masażu należy zastosować, aby usunąć obrzęki kończyny górnej powstałe po zabiegu mastektomii?

- A. Masaż wodny wirowy.
- B. Masaż limfatyczny.
- C. Masaż klasyczny.
- D. Metodę Shantala.

Odpowiedź prawidłowa: **B.**

1.2. Wykonywanie masażu w sporcie

Umiejętność 1) *wyjaśnia biomechanikę organizmu człowieka w różnych dyscyplinach sportu, na przykład:*

- wyjaśnia zjawiska biomechaniczne występujące u zawodnika w zależności od rodzaju uprawianej dyscypliny sportowej, np. praca mięśnia najszerzego grzbietu u zawodnika pływającego stylem motylkowym, praca mięśnia brzuchatego łydki i ścięgna Achillesa podczas startu biegacza;
- wyjaśnia mechanikę obciążenia stawów podczas wysiłku fizycznego, np.: obciążenie stawów obwodowych i kręgosłupa u zawodnika podnoszącego ciężary;
- wyjaśnia pojęcia: zakres ruchomości w stawie, kierunki ruchów w stawie, praca statyczna i dynamiczna mięśnia.

Przykładowe zadanie 4.

Jakie ruchy jednocześnie wykonuje zawodnik wykopujący piłkę w przód stroną grzbietową stopy?

- A. Zgięcia kończyny dolnej w stawie biodrowym i jej wyprost w stawie kolanowym.
- B. Wyprost kończyny dolnej w stawie biodrowym i jej zgięcia w stawie kolanowym.
- C. Odwodzenia kończyny dolnej w stawie biodrowym i jej zgięcia w stawie kolanowym.
- D. Odwodzenia kończyny dolnej w stawie biodrowym i jej wyprost w stawie kolanowym.

Odpowiedź prawidłowa: **A.**

Umiejętność 2) *dobiera rodzaje masażu do dyscypliny sportu i cyklu treningowego, na przykład:*

- dobiera odpowiedni rodzaj masażu do uprawianej dyscypliny sportu i cyklu treningowego zawodnika np. masaż klasyczny rozgrzewający mięśnie kończyn dolnych, zastosowany u biegacza w okresie przedwysiłkowym;
- rozróżnia rodzaje masażu stosowane w zależności od dyscypliny lub cyklu treningowego.

Przykładowe zadanie 5.

Który rodzaj masażu należy zastosować u biegacza, aby zwiększyć siłę i masę mięśniową kończyn dolnych?

- A. łącznotkankowy masaż okolicy krzyżowej.
- B. Masaż izometryczny kończyn dolnych.
- C. Masaż segmentarny w strefie L4 – S2.
- D. Drenaż limfatyczny kończyn dolnych.

Odpowiedź prawidłowa: **B.**

Umiejętność 3) *dobiera metody masażu stosowane w odnowie biologicznej organizmu, na przykład:*

- rozróżnia metody masażu stosowane w odnowie biologicznej;
- dobiera metodę masażu do konkretnych potrzeb odnowy biologicznej organizmu, np. masaż ciśnieniowy, w celu usunięcia z mięśni produktów przemiany materii oraz dostarczenia do tkanek tlenu i substancji energetycznych.

Przykładowe zadanie 6.

Do gabinetu masażu zgłosił się zawodnik, który uskarża się na ból i nadmierne napięcie mięśni grzbietu oraz ogólne zmęczenie, spowodowane długotrwałym wysiłkiem w okresie startowym. W ramach odnowy biologicznej tego zawodnika masażysta powinien zastosować masaż

- A. klasyczny działający rozluźniająco.
- B. z katedry natryskowej.
- C. aparatem Aquavibron.
- D. centryfugalny.

Odpowiedź prawidłowa: **A.**

1.3. Wykonywanie masażu w kosmetyce i profilaktyce

Umiejętność 1) *dobiera rodzaje masażu relaksacyjnego, na przykład:*

- rozróżnia rodzaje masażu relaksacyjnego;
- dobiera rodzaj masażu do potrzeb psychofizycznych pacjenta, np. masaż klasyczny rozluźniający, masaż klasyczny pobudzający, masaż aromaterapeutyczny, masaż przyrządowy.

Przykładowe zadanie 7.

Do gabinetu masażu zgłosiła się klientka uskarżająca się na wzmożone napięcie mięśni i ogólną nadpobudliwość nerwową, wywołane stresującą pracą zawodową. Wskaż rodzaj masażu relaksacyjnego, który powinien zastosować masażysta, aby uzyskać odprężenie psychofizyczne klientki.

- A. Rozluźniający masaż ogólny ze spokojną muzyką.
- B. Pobudzający masaż ogólny z olejkiem eterycznym i ze spokojną muzyką.
- C. Masaż gorącymi kamieniami z ożywiającą muzyką.
- D. Masaż stemplami ziołowymi z ożywiającą muzyką.

Odpowiedź prawidłowa: **A.**

Umiejętność 2) *przestrzega zasad masażu stosowanego w kosmetyce, na przykład:*

- przestrzega zasad stosowania warstwowości i kierunku ruchu;
- przestrzega zasad doboru technik masażu do stanu zdrowia, wieku i płci klienta;
- dobiera pozycję pacjenta ułatwiającą przepływ krwi i chłonki;
- dobiera środki ułatwiające masaż w kosmetyce.

Przykładowe zadanie 8.

Właściwy kierunek ruchów dłoni w masażu stosowanym w kosmetyce twarzy przebiega od

- A. kątów żuchwy do środka czoła.
- B. skrzydełek nosa do środka czoła.
- C. kątów żuchwy do skrzydełek nosa.
- D. skrzydełek nosa do kątów żuchwy.

Prawidłowa odpowiedź: **D.**

Umiejętność 3) *przestrzega zasad masażu stosowanego w profilaktyce, na przykład:*

- przestrzega doboru technik masażu do potrzeb pacjenta i kierunku ruchu, np. rozcieranie skóry w profilaktyce odleżyn;
- dobiera środki wspomagające masaż w zagrożeniach zdrowia pacjenta; przestrzega zasad systematyczności masażu profilaktycznego.

Przykładowe zadanie 9.

W jakim kierunku powinny być wykonywane techniki masażu, aby zapobiec powstawaniu zastoin żylnych w kończynach?

- A. Dosercowym.
- B. Odgłowowym.
- C. Dystalnym i proksymalnym kończyn.
- D. Prostopadłym do osi długiej kończyn.

Prawidłowa odpowiedź: **A.**

2. Przykładowe zadanie do części praktycznej egzaminu dla wybranych umiejętności z kwalifikacji Z.1. **Świadczenie usług w zakresie masażu**

Wykonaj masaż zgodnie ze zleceniem lekarza rehabilitacji zamieszczonym w arkuszu egzaminacyjnym, wykorzystując informacje zawarte w *Wywiadzie chorobowym*.

Wypełnij druk: *Informacje dla pacjenta* i *Kartę zabiegów pacjenta*.

Po zapoznaniu się z treścią zadania, pod kierunkiem Przewodniczącego ZNCP będziesz realizował kolejne etapy egzaminu. Zgłoś Przewodniczącemu ZNCP przez podniesienie ręki kolejno:

- gotowość do przygotowania stanowiska do masażu oraz zakończenie tej czynności,
- gotowość do przygotowania siebie i pacjenta do masażu oraz zakończenie tych czynności,
- zakończenie czynności związanych z uporządkowaniem stanowiska po wykonanym masażu.

Po komunikacie egzaminatora: „proszę rozpocząć masaż” dokonaj oceny strukturalnej tkanek pacjenta i wykonaj masaż. Czynności te zrealizuj w czasie nie dłuższym niż 15 minut, lub do momentu, gdy usłyszysz od egzaminatora komunikat: „dziękuję”. W przypadku braku komunikatu od egzaminatora zakończ masaż, gdy uznasz, że wykonałeś zadanie. Poszczególne techniki masażu wykonaj maksymalnie 2 razy.

Po uzyskaniu zgody Przewodniczącego ZNCP przejdź do indywidualnego stanowiska egzaminacyjnego w celu kontynuacji egzaminu.

Zadanie egzaminacyjne wykonaj zgodnie z zasadami i procedurami uwzględniającymi przepisy BHP i ergonomię pracy.

Uwaga: Komunikując się z osobą pełniącą rolę twojego pacjenta przekazuj tylko komendy niezbędne do realizacji zadania. Rób to w taki sposób, aby nie przeszkadzać pozostałym zdającym.

Wszystkie potrzebne do wypełnienia formularze znajdują się w arkuszu egzaminacyjnym.

Arkusze egzaminacyjne pozostaw na indywidualnym stanowisku egzaminacyjnym (stoliku).

Wywiad chorobowy

Pacjentka Joanna Kowalska lat 42, w marcu 2014 roku w czasie wypadku komunikacyjnego doznała złamania podudzia prawego w okolicy główki kości strzałkowej.

Uraz był leczony zachowawczo opatrunkiem gipsowym. W trakcie leczenia zaobserwowano niedowład mięśni grupy przednio-bocznej podudzia oraz prostowników stopy. Wystąpiły zaburzenia czucia powierzchownego i głębokiego grzbietowej części stopy i palców. Wykonano EMG (elektromiografię). Stwierdzono pourazowe uszkodzenie nerwu strzałkowego typu axonotmesis (przerwanie włókien osiowych nerwu przy zachowaniu osłonek – rokujące całkowity powrót do stanu wyjściowego po długotrwałym leczeniu). Obecnie pacjentka ma osłabioną siłę mięśniową w niewielkim stopniu. Zaburzenia czucia ustąpiły. U pacjentki wykonano zabiegi fizykoterapeutyczne (magnetoterapia, światłolecznictwo, elektrostymulacja, kąpiele wirowe) oraz kinezyterapeutyczne (ćwiczenia bierne, wspomagane czynne). W wyniku rehabilitacji uzyskano pełen zakres ruchomości stawu skokowego prawego. Pacjentka wróciła do pracy. Obecnie rozpoczyna kolejną serię zabiegów.

Data: 8.01.2015 r.

Skierowanie na zabiegi fizjoterapeutyczne

Proszę o wykonanie zabiegów fizjoterapeutycznych u pacjentki:

Imię nazwisko: Joanna Kowalska **Wiek:** 42 lata

Rozpoznanie: Stan po złamaniu podudzia prawego. Niedowład nerwu strzałkowego prawego w okresie adaptacji. Pełen zrost kostny.

Cel zabiegu : Poprawienie trofiki osłabionych mięśni.

Rodzaj zabiegu: Masaż klasyczny.

Okolica zabiegowa: Grupa przednio-boczna mięśni podudzia prawego.

Liczba zabiegów: 10

Lekarz kierujący
Krzysztof Sowiński

Czas przeznaczony na wykonanie zadania wynosi 120 minut.

Ocenie podlegać będą 4 rezultaty:

- druk Informacje dla pacjenta,
- Karta zabiegów pacjenta,
- przygotowane stanowisko do masażu,
- uporządkowane stanowisko po wykonanym masażu

oraz

- przebieg przygotowania masażysty i pacjenta do masażu oraz wykonania zleconego masażu.

Informacje dla pacjenta

Informacje, które należy przekazać pacjentowi w części wstępnej zabiegu masażu

Informacje, które należy przekazać pacjentowi w części końcowej zabiegu masażu

Karta zabiegów pacjenta				
				Data założenia karty
Imię i nazwisko		Wiek		
Rozpoznanie				
.....				
.....				
.....				
L.p.	Rodzaj zabiegu	Okolica zabiegu (wymienione mięśnie objęte zabiegiem)	Data zabiegu	Podpis
1.				XXYY
2.				
3.				
Przeciwwskazania ogólne do zabiegu				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
Przeciwwskazania miejscowe do zabiegu				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				

Kryteria oceniania wykonania zadania praktycznego będą uwzględniać

- poprawność przygotowania pacjenta do masażu;
- poprawność pozycji ułożeniowej pacjenta;
- poprawność przygotowania masażyście do zabiegu;
- poprawność wykonywania technik diagnostycznych i terapeutycznych;
- poprawność sylwetki zdającego w trakcie wykonywania masażu zgodnie z zasadami ergonomii w trakcie wykonywania masażu;
- zgodność stosowanych technik diagnostycznych i terapeutycznych z topografią;
- struktur anatomicznych;
- poprawność doboru środków pomocniczych do wykonania masażu;
- zorganizowanie stanowiska pracy zgodnie z obowiązującymi wymogami ergonomii, przepisami bhp i higieny pracy;
- znajomość budowy anatomicznej okolicy objętej zabiegiem;
- poprawność wypełniania dokumentacji masażu;
- znajomość przeciwwskazań miejscowych i ogólnych do planowanego zabiegu masażu;
- poprawność informacji przekazywanych pacjentowi przed i po zabiegu.

Umiejętności sprawdzane zadaniem praktycznym**1. Wykonywanie masażu w medycynie**

- 3) *przestrzega zasad wykonywania poszczególnych rodzajów masażu w medycynie;*
- 5) *dobiera pozycje ułożeniowe pacjenta i przygotowuje go do masażu w medycynie;*
- 6) *lokalizuje palpacyjnie struktury anatomiczne człowieka;*
- 7) *ocenia struktury anatomiczne człowieka na potrzeby masażu;*
- 10) *dobiera metody masażu w medycynie do jednostek chorobowych pacjenta;*
- 11) *dobiera metodykę wykonywania masażu w jednostkach chorobowych pacjenta;*
- 12) *stosuje techniki odkształceń na podstawie oceny topograficznej i strukturalnej tkanek i narządów człowieka;*
- 13) *wykonuje masaż klasyczny;*
- 14) *wykonuje masaż w środowisku wodnym;*
- 15) *wykonuje masaż limfatyczny;*
- 16) *wykonuje masaż odruchowy w podstawowym zakresie (segmentarny, łącznotkankowy, punktowy);*
- 17) *wykonuje masaż: Shantala, izometryczny, tensegracyjny, stawowy;*
- 18) *wykonuje masaż z użyciem przyrządów.*

2. Wykonywanie masażu w sporcie

- 2) *dobiera rodzaje masażu do dyscypliny sportu i cyklu treningowego;*
- 3) *dobiera metody masażu stosowane w odnowie biologicznej organizmu;*
- 4) *stosuje środki ułatwiające lub wspomagające masaż w sporcie w zależności od wskazań;*
- 5) *wykonuje masaż w sporcie w wybranych dyscyplinach w zależności od cyklu treningowego i stanu zdrowia zawodnika;*
- 6) *wykonuje masaż w sporcie u zawodnika kontuzjowanego.*

3. Wykonywanie masażu w kosmetyce i w profilaktyce

- 1) *dobiera rodzaje masażu relaksacyjnego;*
- 2) *przestrzega zasad masażu stosowanego w kosmetyce;*
- 3) *przestrzega zasad masażu profilaktycznego;*
- 4) *wykonuje masaż relaksacyjny;*
- 5) *wykonuje masaż w profilaktyce;*
- 6) *wykonuje masaż kosmetyczny.*

Inne zadania praktyczne z zakresu kwalifikacji Z.1. Wykonywanie usług masażu mogą dotyczyć

- wykonywania technik diagnostycznych i terapeutycznych stosowanych w masażu klasycznym, limfatycznym, w środowisku wodnym, stawowym, tensegracyjnym, Shantala, łącznotkankowym, segmentarnym i punktowym;
- wykonywania ćwiczeń diagnostycznych i terapeutycznych z zakresu kinezyterapii stosowanych na potrzeby masażu;
- wykonywania pozycji ułożeniowych;
- topografii struktur anatomicznych człowieka;
- wykonywania technik służących do oceny struktur anatomicznych człowieka.