

Sprawozdanie

obóz naukowy Studenckiego Koła Naukowego Fizjoterapii
Zakopane 14-28 lipca 2018r.

W tegorocznym obozie naukowym wzięło udział 20 osób, członków Studenckiego Koła Naukowego Fizjoterapii z I roku studiów jednolitych magisterskich, II roku studiów licencjackich, oraz I roku studiów magisterskich. Obóz odbył się dzięki staraniom Kierownika Zakładu Rehabilitacji dra n. med. Dariusza Białoszewskiego, Opiekuna SKN pani dr Anny Hadamus oraz życzliwości Dyrektora Uniwersyteckiego Szpitala Ortopedyczno-Rehabilitacyjnego w Zakopanem prof. dra hab. med. Daniela Zarzyckiego. Opiekunem obozu była pani dr Anna Hadamus.

Cykl zajęć praktycznych odbył się w wyżej wymienionym ośrodku, który specjalizuje się w ortopedii, ortopedii dziecięcej, traumatologii oraz rehabilitacji ogólnej. Działanie szpitala ukierunkowane jest głównie na leczenie schorzeń kręgosłupa, a zwłaszcza skolioz. Szpital wyróżnia się nie tylko metodami oraz zaawansowanym sprzętem ortopedycznym, ale również malowniczym otoczeniem. Osobą, która wdrożyła nas w tajniki pracy szpitala, oprowadziła po nim, przydzielała do pracy na poszczególnych oddziałach oraz zawsze służyła pomocą była Kierownik Oddziału Rehabilitacji – pani mgr Anna Kokot.

Podczas zajęć w szpitalu mieliśmy dostęp do oddziałów takich jak: męski i damski ortopedyczny, pediatriczny oraz rehabilitacji. W trakcie zajęć mieliśmy okazję obserwować jak również czynnie uczestniczyć w procesie usprawniania pacjentów oraz przeprowadzania wywiadów.

Bardzo ważnym elementem praktyki szpitalnej była możliwość przyglądania się operacjom chirurgicznym, podczas których chirurdzy tłumaczyli nam sposoby oraz techniki wykonywanych operacji.



Ryc. 1 Uczestnicy obozu wraz z panią dr Anną Hadamus (po lewej) oraz panią mgr Anną Kokot

Praktyki szpitalne nie były jedynymi zajęciami w jakich braliśmy udział w trakcie wyjazdu. Wszyscy również uczestniczyliśmy w warsztatach przygotowanych przez dr Annę Hadamus. Temat warsztatów początkowo był nam przybliżany teoretycznie, poprzez prezentacje multimedialną, a następnie przechodziliśmy do ćwiczeń praktycznych.

W trakcie warsztatów nabyliśmy wiedzę z zakresu wykonywania prawidłowej rozgrzewki, ćwiczeń plyometrycznych, ćwiczeń z taśmami TRX, flossingu, kinesiotalingu, tapingu sztywnego oraz testu FMS.

Po praktyce szpitalnej oraz warsztatach, cała grupa spotykała się na zajęciach z anatomii palpacyjnej. Zajęcia te były przygotowywane przez studentów w trakcie trwania wyjazdu, którzy przed obozem zostali podzieleni w pary, a każda para otrzymała własną część ciała do przygotowania. Dzięki temu podziałowi, w ciągu dwóch tygodni zajęć byliśmy w stanie przyswoić anatomię palpacyjną całego ciała.

Po odbyciu praktyk, warsztatów oraz zajęć z anatomii palpacyjnej przychodził czas wolny, który wykorzystywaliśmy w pełni aktywnie oraz prozdrowotnie pomimo niesprzyjającej pogody. Prawie codziennie organizowane były wyjazdy na pływalnię i bieganie. Gdy tylko sprzyjała pogoda i szlaki górskie stawały się bezpieczne, wychodziliśmy na całodniowe trasy po górach. Wyjścia te poza spędzeniem aktywnego czasu umożliwiły nam podziwianie niesamowicie malowniczych krajobrazów Tatr Wysokich.



Ryc. 2 Część uczestników w trakcie wielogodzinnego marszu po dwutysięcznikach.

Kolejnymi atrakcjami były wyjścia do kina oraz na gry zręcznościowe, podczas których tworzyliśmy własne mini turnieje dostarczające wrażeń zarówno nam jak i zainteresowanym przechodniom.

Wieczory były czasem, podczas którego wykazywaliśmy się ogromną kreatywnością, dzięki której każdy z wieczorów był coraz ciekawszy. Grillowanie pozwoliło na wypełnienie żołądków smacznym jedzeniem oraz zintegrowanie się z grupą. Organizowaliśmy wieczory filmowe, podczas których wybieraliśmy wysokobudżetowe filmy o tematyce medycznej. Jednym z najciekawszych pomysłów, było zorganizowanie wieczoru dyskusyjnego podczas którego oglądając program „7 metrów pod ziemią” mogliśmy zrozumieć sytuację oraz problemy dotyczące ludzi, widząc je z ich punktu widzenia. Po oglądnięciu filmu o danej tematyce, poruszaliśmy ją zagłębiając się w naprawdę trudne i kontrowersyjne tematy, co było powodem długich, nawet godzinnych dyskusji. Podczas wieczorów również nie zabrakło miejsca na liczne gry karciane, gry na instrumentach oraz godziny żartów oraz śpiewów, świadczących o tym jak bardzo uczestnicy obozu zżyli się ze sobą.

Podsumowując, obóz był wspaniałą okazją do poznania specyfiki pracy z pacjentami, szczególnie z tymi ze schorzeniami kręgosłupa. Ponadto, obóz był okazją do wyniesienia wielu wiadomości teoretycznych dotyczących nowoczesnych metod terapeutycznych oraz operacji chirurgicznych.

Była to też świetna okazja do zawiązania nowych, bliskich znajomości pomiędzy uczestnikami, które zaowocują większą jakością współpracy członków Studenckiego Koła Naukowego Fizjoterapii podczas realizowania nadchodzących projektów.

Autor sprawozdania:
Mikołaj Kolano