

Reumatologicko-rehabilitačné centrum s.r.o.  
*pod záštitou*  
Spoločnosti pre osteoporózu a metabolické ochorenia kostí (SOMOK)

*Vás pozýva na*

## **XI. ročník jedňového kurzu OSTEOPORÓZA – KOMPLEX KINEZIOTERAPIE s nadväznosťou viscerovertebrálnej problematiky**

(návčik cvičenia svalstva panvového dna a špeciálnej cvičebnej zostavy  
podľa Ďurišovej pre pacientov s bolesťami chrbta a osteoporózou)

**Termín: 26. október 2018 (piatok), od 11:30 do 17:00 hod.**

**Miesto konania: Reumatologicko-rehabilitačné centrum Hlohovec**

**Popis aktivity:** Formou úvodných prednášok poukázať na závažnosť osteoporózy, nutnosti jej včasnej diagnostiky a komplexnej liečby s predchádzaním komplikácií ochorenia typu osteoporotických fraktúr. V ďalšej časti sa odborný program venuje problematike vertebroviscerálnych a viscerovertebrálnych funkčných porúch chrbtice, funkčnej patológie svalstva panvového dna s nadväznosťou na osteoporózu (s praktickým návčikom cvičebnej zostavy svalstva panvového dna „Lúčky“). V praktickej časti sa rozoberajú špecifiká pohybovej liečby pri osteoporóze s praktickým návčikom zásad školy chrbta, antigravitačnej relaxácie, nestabilnej plošiny a celej špeciálnej cvičebnej zostavy podľa Ďurišovej.

**Určenie kurzu:** pre všetkých lekárov, ktorí prichádzajú do kontaktu s problematikou panvového dna a osteoporózou, pre fyzioterapeutov, pre sestry osteologických, gynekologických a iných ambulancií.

**Bližšie informácie (rozpis programu, mapa a iné podrobné informácie) nájdete na webovej stránke [www.rrc.sk](http://www.rrc.sk) (časť aktuality a vzdelávanie).**

Odborné podujatie je zaradené do kontinuálneho medicínskeho vzdelávania s pridelením kreditov.

V Hlohovci, dňa 25.2.2018

**Organizátor:** Reumatologicko-rehabilitačné centrum s.r.o.,  
MUDr. Elena Ďurišová, predseda organizačného výboru  
Pribinova 56, 920 01 Hlohovec  
Tel.: 033/73 01 820, Mobil: 0949 444 444,  
E-mail: [info@rrc.sk](mailto:info@rrc.sk)

## ODBORNÝ PROGRAM

- 11:30 – 11:45 REGISTRÁCIA
- 11:45 – 11:55 **Funkčné poruchy chrbtice, panvového dna a osteoporóza**  
*Rexová E., Ďurišová E., Zvarka J., Šebestová A.*
- 11:55 – 12:00 **Cvičenie svalstva panvového dna - zlepšenie funkčných nadväzností chrbtice a prevencia močovej inkontinencie**  
*Ďurišová E., Rexa P., Rexová E., Hudáková O.*
- 12:00 – 12:20 **Postmenopauzálna osteoporóza**  
(rizikové faktory, diagnostika, funkčná patológia, komplex liečby)  
*Ďurišová E., Rexová E., Rexa P., Ďuriš P.*
- 12:20 – 12:30 **Denosumab v liečbe osteoporózy oboch pohlaví**  
*Rexová E., Rexa P., Ďurišová E.*
- 12:30 – 12:40 **Minerály a vitamíny v prevencii a liečbe osteoporózy**  
*Ďurišová E., Stančík R., Rexa P., Bobáková M.*
- 12:40 – 12:50 **Prevencia pádov a osteoporotických fraktúr – význam alfacalcidolu**  
*Ďurišová E., Stančík R., Rexa P.*
- 12:50 – 13:05 **Praktické ukážky a nácvik cvičenia zostavy panvového dna „Lúčky“**  
(s informáciami pre pacienta podľa publikácie s CD „Bolesti chrbtice, kĺbov, kostí a...“)  
*Rexová E., Ďurišová E., Sivoňová M.*
- 13:05 – 13:20 COFFEE BREAK
- 13:20 – 13:30 **Kvalita života a adherencia k liečbe osteoporózy**  
*Rexa P., Rexová E., Zvarka J.*
- 13:30 – 13:40 **Miesto kinezioterapie v liečbe osteoporózy**  
*Zvarka J., Ďurišová E., Rexová E., Synáková J.*
- 13:40 – 13:50 **Komplex liečby bolesti pri osteoporóze**  
*Ďurišová E., Rexová E., Rexa P.*
- 13:50 – 16:45 **Kinezioterapia pri osteoporóze I, II, III**  
(praktické ukážky školy chrbta, antigravitačnej relaxácie, nestabilnej plošiny a nácvik celej špeciálnej cvičebnej zostavy podľa Ďurišovej)  
*Rexová E., Ďurišová E., Zvarka J.*
- 16:45 – 17:00 DISKUSIA
- 17:00 Ukončenie s odovzdávaním certifikátov  
Autogramiáda autorky publikácie s CD „Bolesti chrbtice, kĺbov, kostí a...“



## N Á V R A T K A

### **OSTEOPORÓZA - KOMPLEX KINEZIOTERAPIE s nadväznosťou viscerovertebrálnej problematiky**

(nácvik cvičenia svalstva panvového dna a špeciálnej cvičebnej zostavy podľa Ďurišovej pre pacientov s bolesťami chrbta a osteoporózou)

Jednodňový kurz v termíne **26. októbra 2018** (piatok) od 11:30 do 17:00 hod.

Meno, priezvisko, titul: .....

Pracovisko (funkcia): .....

Adresa trvalého bydliska: .....

Tel, fax, e-mail: .....

Dátum: .....

Podpis: .....

Prihlášku k účasti (poštou, emailom) a úhradu poštovou poukážkou zašlite organizátorovi čo najskôr (záväzne ste do kurzu zaradený podľa poradia úhrady účastníckeho poplatku; účastnícky poplatok sa pri storne alebo neúčasti nevracia – možná účasť Vášho náhradníka).