

## 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.

Arkusz egzaminacyjny 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**

<b>Karta zabiegów pacjenta</b>				
				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.				
<b>Przeciwwskazania ogólne do zabiegu</b>				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
<b>Przeciwwskazania miejscowe do zabiegu</b>				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				



**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.