

Fizjoterapeuta

229201

Inna nazwa zawodu: kinezyterapeuta, rehabilitant

Zadania i czynności

Fizjoterapeuta pomaga w oparciu o wiedzę medyczną metodami pozafarmaceutycznymi ludziom chorym, po urazach i kontuzjach, niepełnosprawnym z dysfunkcjami w przywróceniu, poprawie lub utrzymaniu psychofizycznej sprawności, zwalczaniu bólu i ograniczeń ruchów w stawach, zaburzeń w sterowaniu ruchem, ograniczeń wydolności organizmu. Do tych metod należą specjalne zabiegi i ćwiczenia fizyczne. Fizjoterapeuta pomaga też osobom niepełnosprawnym w przywróceniu możliwości pełnego uczestnictwa w życiu społecznym, ucząc ich czynności dnia powszedniego, służąc pomocą w opanowywaniu posługiwania się sprzętem rehabilitacyjnym. Ponadto do zadań fizjoterapeuty należy kreowanie zdrowego trybu życia – propagowanie aktywności fizycznej.

Fizjoterapia obejmuje wiele działów (zróżnicowanych działań terapeutycznych), wśród których najczęściej wymienia się następujące:

- Kinezyterapię (leczenie ruchem, gimnastyka lecznicza),
- Masaż leczniczy, klasyczny, relaksujący, izometryczny, drenaż limfatyczny
- Terapię manualną (badanie i leczenie zaburzeń czynności struktur układu ruchu za pomocą działań manualnych),
- Ergoterapię (leczenie pracą),
- Fizykoterapię (leczenie poprzez oddziaływanie na organizm za pomocą rozmaitych bodźców fizycznych: naturalnych (np. Słońce, borowina) lub wytwarzanych przez specjalne urządzenia.

Każdy fizjoterapeuta może przeprowadzać wszystkie zabiegi, pracując w różnych obszarach fizjoterapii. Wskazana jest rotacja wykonywanych zadań, aby cały czas uaktualniać swoją wiedzę i umiejętności związane z poszczególnymi oddziaływaniami.

Fizjoterapeuta zatrudniony w placówce medycznej podejmuje działania na podstawie skierowania od lekarza pierwszego kontaktu bądź pediatry albo od lekarzy specjalistów: np. od ortopedy, geriatry, onkologa, neurologa, reumatologa. W wielu placówkach służby zdrowia decyzję o kierunku terapii podejmuje lekarz o specjalności rehabilitacja, który stawia diagnozę i przepisuje zabiegi fizykoterapeutyczne oraz rehabilitację ruchową.

Fizjoterapeuta przeprowadza dokładny wywiad z pacjentem, diagnozuje go szczegółowo, interpretując badania obrazowe narządów ruchu, wykonuje badania, np. pomiary i testy czynnościowe określające sprawność poszczególnych układów. W zależności od potrzeb diagnostycznych wykorzystuje aparaturę albo przyrządy pomiarowe.

Jeżeli posiada specjalizację w zakresie fizjoterapii (odpowiednik specjalizacji lekarskiej) ma też możliwość bezpośredniego kierowania na dodatkowe badania lekarskie. Następnie planuje cały proces rehabilitacyjny, dostosowując ćwiczenia do konkretnego schorzenia i aktualnego stanu pacjenta.

Fizjoterapeuta (fizykoterapeuta) przeprowadza ćwiczenia indywidualnie lub grupowo, stosując różne techniki (np. ruch, mobilizacje, manipulacje). Fizjoterapeuta pokazuje ćwiczenia, śledzi prawidłowość ich wykonania, czuwa nad tempem i indywidualnymi możliwościami każdego pacjenta. Ćwiczenie wykonywane są przy pomocy różnego rodzaju sprzętu do kinezyterapii (np. piłki, drążki, taśmy, drabinki, materace, wyciągi). Tym, którzy nie są w stanie samodzielnie wykonywać ćwiczeń – pomaga lub wykonuje ćwiczenia bierne. Wykonuje też w razie potrzeby masaż. Na bieżąco ocenia skuteczność zastosowanych metod i w razie potrzeby koryguje przebieg procesu rehabilitacji. Po zakończeniu rehabilitacji wydaje zalecenia porehabilitacyjne.

Zadania związane z pomocą i wykonywaniem ćwiczeń - zwłaszcza biernych - bardzo często wymagają od fizjoterapeuty wykorzystania siły własnych mięśni, często są przeprowadzane w wymuszonej niewygodnej pozycji (np. przy łóżku pacjenta).

Fizjoterapeuci pracujący w zakładach fizykoterapii wykonują różnorodne zabiegi, do których wykorzystywane są specjalistyczne urządzenia. Do tych zabiegów należy elektroterapia (oddziaływanie prądem elektrycznym), pole elektromagnetyczne (diatermie), magnetoterapia (oddziaływanie pulsującym polem magnetycznym), ultrasonoterapia (leczenie ultradźwiękami), laseroterapia (np. biostymulacja), termoterapia - oddziaływanie temperaturą (krioterapia – zimnem; ciepłem – parafiną, sauną, oraz łaźnia rzymską, sucha), światłolecznictwo wykorzystujące naturalne (helioterapia – kąpiele słoneczne) oraz sztuczne źródła światła (aktynoterapia – lampy sollux i kwarcowe), hydroterapia (kąpiele, półkąpiele, natryski, polewania, okłady, bicze szkockie), aerozoloterapia (leczenie przez wziewy), balneoterapia (kąpiele borowinowe, solankowe i inne).

Do zadań fizjoterapeuty należy również prowadzenie dokumentacji procesu rehabilitacji.

W zależności od posiadanych kwalifikacji fizjoterapeuci w placówkach ochrony zdrowia mogą ponadto pełnić role kierownicze i menedżerskie – np. kierować poradnią lub zakładem rehabilitacji ruchowej, nadzorować pracę innych pracowników, nadzorować przebieg specjalizacji rehabilitacji ruchowej.

Środowisko pracy

Warunki materialne

Fizjoterapeuci najczęściej są zatrudnieni w placówkach ochrony zdrowia – publicznych i prywatnych - przychodniach, szpitalach, uzdrowiskach; W szpitalach postępowanie rehabilitacyjne najczęściej obejmuje chorych leżących na oddziałach ortopedycznych, neurologicznych, urologicznych, internistycznych, reumatologicznych, kardiologicznych, pulmonologicznych, onkologicznych, chirurgicznych, położniczych, reanimacyjnych. Fizjoterapeuci pracują także w klubach sportowych, klubach fitness, salonach odnowy biologicznej, a także prywatnie w domu pacjenta. Często fizjoterapeuci pracują też prowadząc zajęcia na basenie bądź świeżym powietrzu. Jednak zazwyczaj jest to praca w pomieszczeniach zamkniętych, czystych, bez

negatywnych wpływów temperatury, światła czy wilgotności. Natomiast szkodliwy wpływ mogą mieć duże stężenia niektórych substancji, działanie prądów wysokiej częstotliwości, lamp leczniczych. Również bliski kontakt z chorym człowiekiem niesie ze sobą ryzyko zakażenia.

Warunki społeczne

Fizjoterapeuta w placówkach medycznych (przychodniach, szpitalach, sanatoriach) pracuje z ludźmi chorymi, niepełnosprawnymi, po urazach, kontuzjach, amputacjach.

W klubach sportowych fizjoterapeuta pracuje ze sportowcami, w klubach fitness realizując zadanie propagowania aktywnego ruchowo życia – z osobami pragnącymi poprawić sprawność działania organizmu i swoją sylwetkę. Planuje i realizuje ćwiczenia z uwzględnieniem potrzeb i ograniczeń indywidualnych, zwłaszcza, gdy w grupie ćwiczących są osoby, które mają różnego rodzaju dysfunkcje ruchowe.

Fizjoterapeuta może przekazywać swoją wiedzę (na uczelniach, kursach i szkoleniach) pracując z dorosłymi osobami chcącymi zdobyć zawód lub podnieść kwalifikacje.

Praca fizjoterapeuty ma charakter indywidualny. Chociaż najczęściej zdarza się, że pracuje w zespole, to jednak praca z pacjentem prowadzona jest przez jednego fizjoterapeutę, który działając najczęściej na zlecenie lekarza, stawia własną diagnozę, planuje i realizuje plan rehabilitacji i ponosi za niego odpowiedzialność.

Fizjoterapeuta kontaktuje się z lekarzami prowadzącymi leczenie pacjenta (często bezpośrednio lub w formie pisemnej), z osobami współpracującymi w zespole, z innymi pracownikami zakładu pracy.

Warunki organizacyjne

Godziny pracy w placówkach medycznych czy sportowych są ustalone. Pracuje się w dni powszednie, czas pracy zazwyczaj wynosi 5 godzin. W większości ośrodków jest to praca dwuzmianowa, są jednak ośrodki, zazwyczaj mniejsze, pracujące na jedną zmianę. Pracę wykonuje się przeważnie na miejscu, w salach posiadających odpowiednie wyposażenie. Fizjoterapeuci pracujący prywatnie pracują w swoich gabinetach, domach, a także dojeżdżają do domów pacjentów.

Przebieg procesu rehabilitacji musi być dostosowany indywidualnie do każdego pacjenta – jego potrzeb, możliwości i ograniczeń, w związku z tym praca fizjoterapeuty, który planuje i realizuje ten proces, jest pracą samodzielną i nierutynową. Początkowo, podczas stażu, praca ta jest nadzorowana przez doświadczonych specjalistów, potem każdy pracuje samodzielnie. Fizjoterapeuta ponosi odpowiedzialność za prawidłowość przebiegu procesu rehabilitacji, czyli za zdrowie i bezpieczeństwo swoich pacjentów. Odpowiada również za sprzęt, który jest na wyposażeniu gabinetu.

W większości placówek fizjoterapeuta jest obowiązany nosić ubranie ochronne.

Wymagania psychologiczne

Fizjoterapia jest pracą z ludźmi – najczęściej z chorymi, cierpiącymi, po przebytych urazach, amputacjach, często z dużym stopniem niepełnosprawności. Czasami z pacjentami, którzy są załamani, zdenerwowani, źle znoszą ból. Fizjoterapeuta w swojej

pracy powinien kierować się dobrem drugiego człowieka, wykazywać się empatią, życzliwością i wrażliwością na potrzeby pacjentów, cierpliwością i tolerancją, a jednocześnie wykazywać się odpornością emocjonalną. Ważne, aby fizjoterapeuta był osobą odpowiedzialną, gdyż odpowiada on za prawidłowy przebieg procesu rehabilitacji. Potrzebna jest również umiejętność podejmowania decyzji i brania za nie odpowiedzialności, gdyż to fizjoterapeuta decyduje o przebiegu procesu rehabilitacji. Praca fizjoterapeuty wymaga także szybkiego refleksu (aby w porę zareagować na zagrożenia spowodowane np. niedyspozycją pacjenta) oraz spostrzegawczości pozwalającej na dostrzeżenie objawów niedyspozycji. Fizjoterapeuta powinien posiadać umiejętność pracy samodzielnej ze względu na charakter pracy, ale też umiejętność współpracy – z pacjentem, lekarzem, rodziną pacjenta, osobami wykonującymi inne zabiegi. Fizjoterapeutę powinna też cechować wytrzymałość ze względu na konieczność wkładania dużego wysiłku fizycznego oraz pracę bardzo często w wymuszonej pozycji,

Konieczność pracy w szybkim tempie sprawia, że ważna jest umiejętność szybkiego przestawiania się z jednej czynności na inną (np. z sali kinezyterapii korzysta w jednym czasie kilkunastu pacjentów i każdy wykonuje inne ćwiczenie). Fizjoterapeuta musi kontrolować więc jednocześnie prawidłowość, tempo i czas wykonywania wielu ćwiczeń jednocześnie. W tym samym czasie też umawia się z nowymi pacjentami, zapoznaje się z ich sytuacją zdrowotną i zaleceniami lekarza a także wypełnia dokumentację z przebiegu procesu rehabilitacji poszczególnych pacjentów.

Fizjoterapeuta powinien też posiadać umiejętność wzbudzania zaufania i motywowania pacjentów. Musi go cechować wysoka kultura osobista i umiejętność nawiązywania prawidłowych kontaktów, a także umiejętność reagowania w taki sposób, by uniknąć konfliktów z pacjentem będącym w złym stanie psychicznym, ze względu na swoje dolegliwości fizyczne i psychiczne. Inną umiejętnością potrzebną w zawodzie jest wkładanie wysiłku ukierunkowanego na osiągnięcie celu odległego w czasie, gdyż efekty rehabilitacji widać dopiero po długim okresie pracy.

Wskazane, aby osoba, która chce pracować na tym stanowisku miała zainteresowania medyczne, przydatne ze względu na charakter pracy, czyli leczenie pacjenta metodami pozafarmakologicznymi. Dobrze, gdy interesuje się psychologią, gdyż praca fizjoterapeuty wymaga zarówno wczucia się w położenie pacjenta, ale też umiejętności dawania wsparcia i motywowania do żmudnych i często bolesnych ćwiczeń. Fizjoterapeuta w swojej pracy posługuje się różnego rodzaju sprzętem, dlatego przydatne mogą być również zainteresowania techniczne. Fizjoterapeutę powinna cechować otwartość na wiedzę, chęć doskonalenia się, umiejętność dobrego organizowania pracy własnej.

Wymagania fizyczne i zdrowotne

Praca fizjoterapeuty jest pracą ciężką – wykorzystuje on siłę swoich mięśni do prezentacji ćwiczeń i pomocy w ich wykonywaniu, do masażu. W przypadku ciężkich niesprawności ruchowych fizjoterapeuta nie tylko stosuje ćwiczenia bierne (ćwiczy np. kończyny pacjenta), ale też często podnosi, a nawet przenosi pacjentów. Przy ćwiczeniach biernych oraz masażach – potrzebna jest siła i wytrzymałość, zwłaszcza, że często fizjoterapeuci wykonują je w wymuszonej niewygodnej pozycji.

Fizjoterapeuta ze względu na specyfikę swojej pracy powinien mieć sprawne zmysły: wzroku, słuchu, dotyku, poczucia równowagi, węchu (który czasami pomaga w

postawieniu właściwej diagnozy, gdyż czasami choroby objawiają się specyficznym zapachem). Ważne są sprawne ręce i palce, dotyczy to zwłaszcza fizjoterapeutów obsługujących urządzenia oraz masażyстів.

Ze względu na bliski kontakt z pacjentem wymagane jest posiadanie książeczki zdrowia z wynikami corocznych badań (krwi, moczu, EKG, EEG, RTG, okulistycznych, neurologicznych, dermatologicznych itd.). Nosicielstwo chorób zakaźnych wyklucza możliwość wykonywania zawodu. Również kobiety ciężarne nie mogą wykonywać wszystkich zabiegów.

Warunki podjęcia pracy w zawodzie

Zawód fizjoterapeuty jest zawodem regulowanym. Wykonywać go może osoba, która:

- rozpoczęła po dniu 31 grudnia 1997 r. studia wyższe na kierunku fizjoterapia zgodnie ze standardami kształcenia określonymi w odrębnych przepisach i uzyskała tytuł licencjata lub magistra na tym kierunku;
- rozpoczęła przed dniem 31 grudnia 1997 r. studia wyższe na kierunku rehabilitacja ruchowa i uzyskała tytuł magistra na tym kierunku;
- rozpoczęła przed dniem 31 grudnia 1979 r. studia wyższe na kierunku wychowanie fizyczne i uzyskała tytuł magistra na tym kierunku oraz ukończyła w ramach studiów dwuletnią specjalizację z zakresu gimnastyki leczniczej lub rehabilitacji ruchowej potwierdzoną legitymacją instruktora rehabilitacji ruchowej/gimnastyki leczniczej;
- rozpoczęła przed dniem 31 grudnia 1979 r. studia wyższe na kierunku wychowanie fizyczne i uzyskała tytuł magistra na tym kierunku oraz ukończyła 3 miesięczny kurs specjalizacyjny z rehabilitacji zgodnie z obowiązującymi wtedy przepisami Głównego Komitetu Kultury Fizycznej;
- ukończyła do dnia 31 grudnia 2007 r. szkołę policealną publiczną lub niepubliczną z uprawnieniami szkoły publicznej i uzyskała dyplom technika fizjoterapii

Obecnie pracodawcy wymagają wykształcenia wyższego. Kierunek fizjoterapia prowadzony jest przez akademie wychowania fizycznego, niektóre akademie i wyższe szkoły medyczne, wyższe szkoły prywatne np. Wyższa Szkoła Fizjoterapii we Wrocławiu, Wyższa Szkoła Rehabilitacji w Warszawie. Zazwyczaj są to 3-letnie studia licencjackie lub 4-letnie studia magisterskie. Po uzyskaniu dyplomu licencjata można ukończyć 1,5 – 2-letnie studia uzupełniające magisterskie.

Wszyscy fizjoterapeuci są zobowiązani do stałego podnoszenia swoich kwalifikacji, poprzez udział w kursach i szkoleniach dotyczących poszczególnych metod leczenia fizjoterapeutycznego.

Możliwości awansu w hierarchii zawodowej

Absolwenci wyższych szkół o kierunku fizjoterapia mogą podjąć studia doktoranckie kończące się obroną pracy doktorskiej i uzyskaniem tytułu doktora. Inną drogą awansu jest uzyskanie specjalizacji. Specjalizacja trwa 4 lata. Program specjalizacji przewiduje samokształcenie oraz udział w szkoleniach i kursach specjalizacyjnych oraz praktyki w różnych ośrodkach fizjoterapii. Po zakończeniu nauki odbywa się egzamin składający się z dwóch części - egzaminu praktycznego i egzaminu teoretycznego.

W chwili obecnej jest jeden stopień specjalizacji (specjalista). Wcześniej były to dwa stopnie (specjalista I i II stopnia). Fizjoterapeuci mogą się starać o specjalizację w zakresie: fizjoterapia, promocja zdrowia i edukacja zdrowotna oraz zdrowie publiczne.

W zakładach pracy mogą awansować zgodnie ze szczeblami w strukturze organizacyjnej - zazwyczaj są to w placówkach ochrony zdrowia: kierownik działu fizjoterapii, zakładu rehabilitacji, kierownik placówki ochrony zdrowia.

Możliwości podjęcia pracy przez dorosłych

Nie istnieje granica wieku, do której można podjąć pracę jako fizjoterapeuta. Zasadniczym warunkiem są kwalifikacje - wykształcenie, umiejętności oraz cechy fizyczne. Ponieważ fizjoterapeuta musi mieć sprawny organizm, siłę fizyczną oraz wytrzymałość - mogą być to warunki wykluczające podjęcie pracy przez starsze osoby, nie dbające o ciężką fizyczną.

Możliwości zatrudnienia

Informacje będą sukcesywnie uzupełniane.

Zawody pokrewne

Lekarz o specjalizacji rehabilitacja

Trener sportowy

Technik fizjoterapii

Polecana literatura

Arkuszewski Zbigniew: *Podręcznik medycyny manualnej. Atlas zabiegów: miednica, kręgosłup lędźwiowy, kręgosłup piersiowy, żebra*, Elipsa-Jaim, wyd. 1, Kraków 2006;
Arkuszewski Zbigniew: *Podręcznik medycyny manualnej. Atlas zabiegów: kręgosłup szyjny*, Elipsa-Jaim, wyd. 1, Kraków 2006

Błaszczak Janusz Wiesław: *Biomechanika kliniczna*, PZWL, wyd. 1, Warszawa 2004

Bochenek Adam, Reicher Michał: *Anatomia człowieka, t.1*, wyd.12, PZWL, Warszawa 2009

Buckup Klaus: *Testy Kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni*, wyd. 3, PZWL, Warszawa 2008

Magiera Leszek: *Leksykon masażu i terminów komplementarnych*, wyd. 2 BIO-STYL, Kraków 2008

Mika Tadeusz, Kasprzak Wojciech: *Fizjoterapia*. Wyd. 4 uzupełn., PZWL, Warszawa 2007

Mulligan Brian R.: *Terapia manualna. Techniki NAG, SNAG, MWM*, itp., wyd.5, Kraków 2004

Mulligan, Brian R.: *Terapia manualna : techniki "NAG", "SNAG", "MWM" itp.* wyd. 5, w wersji pol. wyd. 2 popr. Poligrafix, Kraków, 2008

Straburzyński Gerard (red.): *Fizjoterapia*, wyd. 1, Warszawa 1988

Straburzyńska-Lupa Anna, Straburzyński Gerard: *Fizjoterapia*. Wyd. 3 rozsz. i uzupełn. PZWL, Warszawa, 2007

Thompson Jon C., Netter Frank H.: *Atlas anatomii ortopedycznej Nettera*, red. Artur Dziak, wyd. 1, Elsevier Urban & Partner, Wrocław 2007

Strony internetowe:

www.fizjoterapia.com/

www.medsport.pl/pages/kon3/kon3.html

www.fizjoterapia.org.pl/akty_prawne.pdf

www.fizjopedia.pl/fizjopedia_misja.php

www.fizjoterapeutom.pl/