

专科文凭

用瑜伽疗法治疗的病症





tech 科学技术大学

专科文凭 用瑜伽疗法治疗的病症

- » 模式:在线
- » 时长: 6个月
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

网页链接: www.techtitute.com/cn/physiotherapy/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-pathologies-treated-therapeutic-yoga

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

课程管理

12

04

结构和内容

18

05

方法

24

06

学位

32

01 介绍

治疗瑜伽已经成为处理慢性病和肌肉损伤的一种最有益且最少侵入性的选择之一。对于想要改善身心健康的患者来说,这种做法已成为一种强烈要求的替代方案。为了进行正确的治疗以减轻这些病症,需要有训练有素的专业人员,这就是 TECH 创建以下 100% 在线学位的原因。这是一个学术项目,汇集了通过瑜伽学科管理身体问题的最前沿和最严格的信息。所有这些信息将通过音视频资源、补充阅读和实际练习的方式呈现,采用 Relearning 方法论进行开发。





“

深入研究瑜伽的不同姿势来
治疗筋膜和肌肉功能障碍”

目前,物理治疗师专业人士有一种趋势,即使用瑜伽作为治疗慢性疾病或肌肉损伤的一种选择,这种侵入性较小的治疗方法为患者带来了多种好处。然而,该学科最近经历了更新,这就是为什么 TECH 在以下学术专业培训计划中呈现它们的原因。

因此,这个专科文凭的目标是提供关于通过该学科提供的体育锻炼可以治疗的最常见病症的高质量更新。此外,它还旨在为学生提供在这一领域中常用的实践经验。

这将通过一项研究计划来实现,该计划由 3 个模块组成,具有多媒体资源和最常见疾病的精确定义。此外,还将讨论脊柱、四肢和筋膜系统结构的技术方面。

所有这些信息内容将托管在虚拟校园中,可以方便地通过任何连接到互联网的设备进行访问。该程序采用 Relearning 方法,因此提供基于真实案例和模拟的实际练习,从而实现更沉浸式和高效的学习过程。

此外,作为这一更高水平学术提案的相关组成部分,一位国际知名的客座主任加入了该项目著名的教授团队。因此,毕业生将有机会参加由它主持的多场音视频形式的大师班,这些大师班将探讨该专业领域的最突出要素。

这个**用瑜伽疗法治病的病症专科文凭**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- 由采用瑜伽疗法治疗病症的专家进行案例研究
- 这个课程的内容图文并茂、示意性强、实用性强为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- 利用自我评估过程改进学习的实际练习
- 特别强调创新方法论
- 提供理论课程、专家解答问题、有争议话题的讨论论坛以及个人思考作业等
- 可从任何固定或便携式设备上通过互联网连接获取内容



了解瑜伽对治疗退
行性疾病的好处”

“

这个专科文凭将使您能够深入学习所有治疗技术,以处理类似关节炎和骨关节炎等疾病”

这个课程的教学人员包括来自这个行业的专业人士,他们将自己的工作经验融入到培训中,还有来自知名协会和著名大学的公认专家。

通过采用最新的教育技术制作的多媒体内容,专业人士将能够进行情境化学习,即通过模拟环境进行沉浸式培训,以应对真实情况。

这个方案的设计重点是基于问题的学习。通过这种方式,专业人员将不得不尝试解决学术方案中出现的不同专业实践情况。为此,您将得到由知名专家制作的新型交互式视频系统的帮助。

TECH 根据您的需求进行调整,这就是为什么它为您的日常活动创建了灵活、方便且适应性强的学习计划。

该资格将为您提供通过治疗瑜伽进行疾病治疗所需的知识。



02 目标

通过这个专科文凭, 物理治疗专业人士可以在短短3个月内更新其在治疗瑜伽中处理主要病症的知识。此更新过程将使您有机会将该领域的进步融入到您的日常实践中, 并根据每位患者的特定需求进行个性化治疗。





“

这个项目向您展示了可以通过瑜伽治疗的肌肉疾病的广泛概述”



总体目标

- 从临床角度纳入正确发展和应用瑜伽治疗技术的必要知识和技能
- 创建一个以科学证据为基础设计的瑜伽方案
- 根据每个人的特点和受伤情况, 深入学习最合适的体式
- 深入研究生物力学及其在治疗瑜伽体式中的应用
- 描述瑜伽体位法如何适应每个人的病症
- 深化现有冥想和放松技巧的神经生理学基础





具体目标

模块 1. 脊柱和四肢

- 描述肌肉、神经和骨骼系统
- 深入了解脊柱的解剖和功能
- 深入研究髋关节的生理结构
- 描述上下肢的形态
- 加深横膈膜和核心

模块 2. 最常见的病症

- 识别最常见的脊柱病症, 以及如何调整瑜伽练习以避免受伤
- 深入了解退行性疾病, 以及练习瑜伽如何有助于控制和减轻症状
- 了解更多有关腰背痛和坐骨神经痛的信息, 以及如何应用治疗瑜伽来缓解疼痛和改善活动能力
- 识别脊柱侧弯症, 以及如何调整瑜伽练习以改善姿势和减轻不适感
- 认识膝关节错位和损伤, 以及如何调整瑜伽练习以预防损伤和改善恢复
- 识别肩部损伤, 以及如何调整瑜伽练习以减轻疼痛和提高活动能力
- 深入研究手腕和肩部的病症, 以及如何调整瑜伽练习以避免受伤和减轻不适
- 深化姿势基础知识, 以及如何应用生物力学来改善姿势和预防受伤
- 识别自身免疫性疾病, 以及练习瑜伽如何有助于控制和减轻症状

模块 3. 筋膜系统

- 深入研究筋膜的历史和概念, 及其在瑜伽练习中的重要性
- 深入了解筋膜中不同类型的机械感受器, 以及如何将它们应用到不同的瑜伽风格中
- 指出有必要在瑜伽课程中使用筋膜一词, 以便更有效、更有意识地练习
- 探索"张力团"一词的起源和发展, 及其在瑜伽练习中的应用
- 确定不同的肌筋膜通路以及每条通路的具体姿势
- 在瑜伽练习中应用筋膜的生物力学, 提高活动能力、力量和柔韧性
- 确定主要的姿势失衡, 以及如何通过练习瑜伽和筋膜生物力学来纠正它们



一旦你成功完成了这个学位, 你就会离你的职业目标更近一步”

03 课程管理

该项目的教学人员的选择是为了提供高质量的更新并保证与治疗瑜伽领域相关的主题不断现代化。通过这种方式, 学生将能够获得由具有多年专业经验的专家和专家介绍的该领域的最新知识。因此, 学生将确保由负责的教学人员提供专门的培训。





“

TECH 为您汇集了专家和
专家开发的最佳学术内容”

国际客座董事

Dianne Galliano 是 Integral Yoga Institute 纽约分部的教授总监兼培训主管,她在国际上是该领域最重要的人物之一她的学术重点主要是治疗瑜伽,教学和继续教育的记录时数超过 6000 小时。

因此,她一直在指导、制定培训协议和标准,并为整体瑜伽学院的导师提供继续教育。她还在其他机构担任治疗师和讲师,如 14TH Street Y、Integral Yoga Institute Wellness Spa 或教育联盟:平衡生活中心。

她的工作还包括创建和领导瑜伽课程、开发练习和评估可能出现的挑战。在她的职业生涯中,她接触过不同类型的人群,包括老年和中年男女、产前和产后人群、年轻人,甚至是有各种身心健康问题的退伍军人。

她曾为骨质疏松症患者、心脏手术后或乳腺癌术后恢复期患者、眩晕症患者、背痛患者、肠易激综合征患者和肥胖症患者提供治疗。她拥有多项认证,包括瑜伽联盟颁发的 E-RYT 500 认证、美国健康培训中心颁发的基本生命支持(BLS)认证以及体感运动中心颁发的运动教练认证。



Galliano, Dianne 女士

- 美国纽约整体瑜伽学院院长
- 14TH Street Y 的瑜伽治疗教练
- 纽约 Integral Yoga Institute Wellness Spa 的瑜伽治疗师
- 教育联盟的治疗讲师:平衡生活中心
- 纽约州立大学小学教育学士
- 马里兰大学瑜伽治疗硕士学位

“

感谢 TECH, 你将能够与世界上最优秀的专业人士一起学习”

管理人员



Escalona García, Zoraida 女士

- ◆ 西班牙治疗瑜伽协会副主席
- ◆ Air Core 方法 (将 TRX 和功能性训练与瑜伽相结合的课程) 的创始人
- ◆ 瑜伽治疗培训师
- ◆ 马德里自治大学生物科学学士
- ◆ 教师课程: 阿斯汤加渐进瑜伽, FisiomYoga, 筋膜瑜伽, 瑜伽与癌症
- ◆ 普拉提地板普拉提教练课程
- ◆ 植物疗法和营养学课程
- ◆ 冥想教师课程



04

结构和内容

TECH 提供了一个非常完整的研究计划,使物理治疗师能够构建更全面的课程来解决每位患者的情况。用瑜伽疗法治疗的病症专科文凭为学生提供了深入研究脊柱、脊柱侧弯和筋膜系统等主题的机会。所有这些都汇集在虚拟校园和舒适的 100% 在线格式中,可以通过任何具有互联网连接的设备轻松访问。



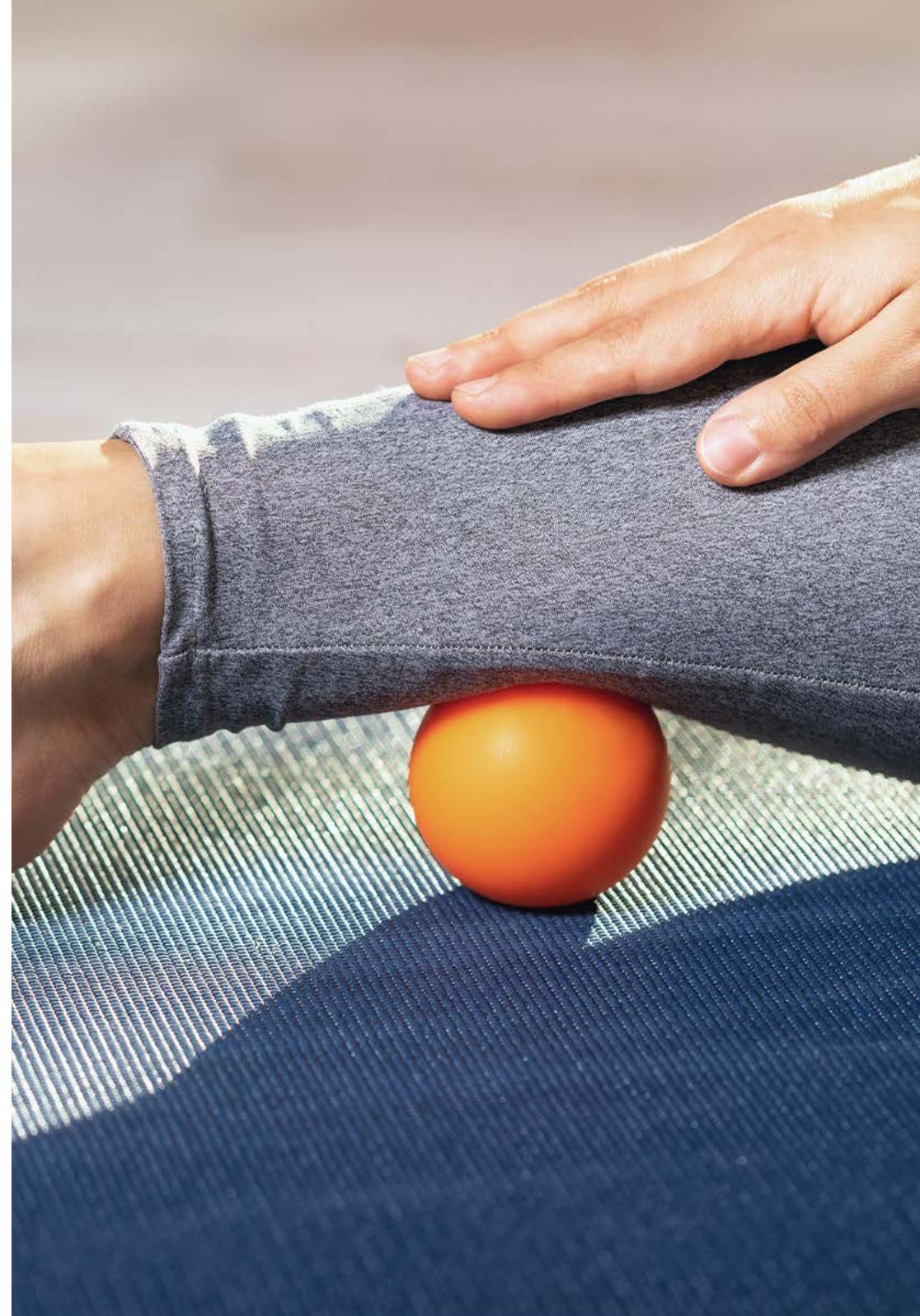


“

您将深入研究机械感受器的类型及其在不同风格的瑜伽中的重要性”

模块 1. 脊柱和四肢

- 1.1. 肌肉系统
 - 1.1.1. 肌肉:功能单元
 - 1.1.2. 肌肉的类型
 - 1.1.3. 肌张力和肌相位
 - 1.1.4. 等长和等张收缩及其与瑜伽风格的关系
- 1.2. 神经系统
 - 1.2.1. 神经元:功能单元
 - 1.2.2. 中枢神经系统:大脑和脊髓
 - 1.2.3. 躯体外周神经系统:神经
 - 1.2.4. 外周自主神经系统:交感神经和副交感神经
- 1.3. 骨骼系统
 - 1.3.1. 骨细胞:功能单元
 - 1.3.2. 轴向和附属骨骼
 - 1.3.3. 肌腱
 - 1.3.4. 韧带
- 1.4. 脊柱
 - 1.4.1. 脊柱的演变和功能
 - 1.4.2. 结构
 - 1.4.3. 椎骨类型
 - 1.4.4. 脊柱运动
- 1.5. 颈部和背部
 - 1.5.1. 颈椎--典型和非典型
 - 1.5.2. 背椎
 - 1.5.3. 颈部主要肌肉
 - 1.5.4. 背侧的主要肌肉
- 1.6. 腰部
 - 1.6.1. 腰椎
 - 1.6.2. 荐骨
 - 1.6.3. 尾骨
 - 1.6.4. 主要肌肉



- 1.7. 骨盆
 - 1.7.1. 解剖学:男性和女性骨盆的区别
 - 1.7.2. 两个关键概念:前倾角和后倾角
 - 1.7.3. 主要肌肉
 - 1.7.4. 骨盆底
 - 1.8. 上肢
 - 1.8.1. 肩关节
 - 1.8.2. 肩袖肌肉
 - 1.8.3. 手臂、肘部和前臂
 - 1.8.4. 主要肌肉
 - 1.9. 下肢
 - 1.9.1. 髋臼关节
 - 1.9.2. 膝关节:胫股关节和髌股关节
 - 1.9.3. 膝关节韧带和半月板
 - 1.9.4. 腿部主要肌肉
 - 1.10. 横膈膜和核心
 - 1.10.1. 横膈膜的解剖
 - 1.10.2. 横膈膜和呼吸
 - 1.10.3. 核心肌肉
 - 1.10.4. 核心及其在瑜伽中的重要性
- ## 模块 2. 最常见的病症
- 2.1. 脊柱病理学
 - 2.1.1. 保护
 - 2.1.2. 疝气
 - 2.1.3. 脊柱前凸
 - 2.1.4. 整改
 - 2.2. 退行性疾病
 - 2.2.1. 关节病
 - 2.2.2. 肌肉萎缩症
 - 2.2.3. 骨质疏松症
 - 2.2.4. 脊椎病
 - 2.3. 腰痛和坐骨神经痛
 - 2.3.1. 腰部疼痛
 - 2.3.2. 坐骨神经痛
 - 2.3.3. 锥体综合症
 - 2.3.4. 转子炎
 - 2.4. 脊柱侧弯
 - 2.4.1. 了解脊柱侧弯症
 - 2.4.2. 类型
 - 2.4.3. 我们必须做的
 - 2.4.4. 应避免的事项
 - 2.5. 膝关节错位
 - 2.5.1. 元懒惰
 - 2.5.2. O型腿
 - 2.5.3. 柔版印刷
 - 2.5.4. 复发基因
 - 2.6. 肩部和肘部
 - 2.6.1. 滑囊炎
 - 2.6.2. 肩峰下综合征
 - 2.6.3. Epicondylitis
 - 2.6.4. 上睑下垂
 - 2.7. 膝盖
 - 2.7.1. 髌骨股骨痛
 - 2.7.2. 软骨病
 - 2.7.3. 半月板损伤
 - 2.7.4. 鹅掌楸肌腱炎
 - 2.8. 手腕和脚踝
 - 2.8.1. 腕管
 - 2.8.2. 扭伤
 - 2.8.3. 拇趾外翻
 - 2.8.4. 扁平足和穴状足

- 2.9. 姿势基础
 - 2.9.1. 不同级别
 - 2.9.2. 铅垂技术
 - 2.9.3. 上交叉综合征
 - 2.9.4. 下交叉综合征
- 2.10. 自身免疫性疾病
 - 2.10.1. 定义
 - 2.10.2. 狼疮
 - 2.10.3. 慢性疾病
 - 2.10.4. 关节炎

模块 3. 筋膜系统

- 3.1. 楣板
 - 3.1.1. 历史
 - 3.1.2. 筋膜对比肌腱
 - 3.1.3. 类型
 - 3.1.4. 职能
- 3.2. 机械感受器的类型及其在不同瑜伽风格中的重要性
 - 3.2.1. 重要性
 - 3.2.2. Golgi
 - 3.2.3. Paccini
 - 3.2.4. Ruffini
- 3.3. 肌筋膜链
 - 3.3.1. 定义
 - 3.3.2. 在瑜伽中的重要性
 - 3.3.3. 张拉结构概念
 - 3.3.4. 三个隔膜
- 3.4. LPS: 浅后防线
 - 3.4.1. 定义
 - 3.4.2. 解剖路径
 - 3.4.3. 被动姿势
 - 3.4.4. 积极的姿势





- 3.5. LAS:浅前线
 - 3.5.1. 定义
 - 3.5.2. 解剖路径
 - 3.5.3. 被动姿势
 - 3.5.4. 积极的姿势
- 3.6. LL:侧线
 - 3.6.1. 定义
 - 3.6.2. 解剖路径
 - 3.6.3. 被动姿势
 - 3.6.4. 积极的姿势
- 3.7. LE:螺旋线
 - 3.7.1. 定义
 - 3.7.2. 解剖路径
 - 3.7.3. 被动姿势
 - 3.7.4. 积极的姿势
- 3.8. 功能线
 - 3.8.1. 定义
 - 3.8.2. 解剖路径
 - 3.8.3. 被动姿势
 - 3.8.4. 积极的姿势
- 3.9. 线臂
 - 3.9.1. 定义
 - 3.9.2. 解剖路径
 - 3.9.3. 被动姿势
 - 3.9.4. 积极的姿势
- 3.10. 主要失衡
 - 3.10.1. 理想模式
 - 3.10.2. 屈伸组
 - 3.10.3. 开幕和闭幕小组
 - 3.10.4. 吸气和呼气模式

05 方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的：**Re-learning**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用，并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。





“

发现 Re-learning, 这个系统放弃了传统的线性学习, 带你体验循环教学系统: 这种学习方式已经证明了其巨大的有效性, 尤其是在需要记忆的科目中”

在TECH, 我们使用案例法

在特定情况下, 专业人士应该怎么做? 在整个课程中, 你将面对多个基于真实病人的模拟临床案例, 他们必须调查, 建立假设并最终解决问题。关于该方法的有效性, 有大量的科学证据。物理治疗师/运动学家随着时间的推移学习得更好, 更快, 更持久。

和TECH, 你可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式。



根据Gérvás博士的说法, 临床病例是对一个病人或一组病人的注释性介绍, 它成为一个“案例”, 一个说明某些特殊临床内容的例子或模型, 因为它的教学效果或它的独特性或稀有性。至关重要的是, 案例要以当前的职业生活为基础, 努力再现物理治疗专业实践中的真实状况。

“

你知道吗, 这种方法是1912年在哈佛大学为法律学生开发的? 案例法包括提出真实的复杂情况, 让他们做出决定并证明如何解决这些问题。1924年, 它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法”

该方法的有效性由四个关键成果来证明:

1. 遵循这种方法的物理治疗师不仅实现了对概念的吸收, 而且还, 通过练习评估真实情况和应用知识来发展自己的心理能力。
2. 学习内容扎实地转化为实践技能, 使物理治疗师/运动学家能够更好地融入现实世界。
3. 由于使用了从现实中产生的情况, 思想和概念的吸收变得更容易和更有效。
4. 投入努力的效率感成为对学生的一个非常重要的刺激, 这转化为对学习的更大兴趣并增加学习时间。



Re-learning 方法

TECH有效地将案例研究方法与基于循环的100%在线学习系统相结合, 在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究: Re-learning。



物理治疗师/运动学家将通过真实案例和在模拟学习环境中解决复杂情况来学习。这些模拟情境是使用最先进的软件开发的, 以促进沉浸式学习。



处在世界教育学的前沿,按照西班牙语世界中最好的在线大学(哥伦比亚大学)的质量指标,Re-learning方法成功地提高了完成学业的专业人员的整体满意度。

这种方法已经培训了超过65,000名物理治疗师/运动学家,在所有的临床专业领域取得了前所未有的成功,在所有的作业/实践中都是如此。所有这些都是在一个高要求的环境中进行的,大学学生的社会经济状况很好,平均年龄为43.5岁。

Re-learning 将使你的学习事半功倍,表现更出色,使你更多地参与到训练中,培养批判精神,捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

在我们的方案中,学习不是一个线性的过程,而是以螺旋式的方式发生(学习,解除学习,忘记和重新学习)。因此,我们将这些元素中的每一个都结合起来。

根据国际最高标准,我们的学习系统的总分是8.01分。

该方案提供了最好的教育材料,为专业人士做了充分准备:



学习材料

所有的教学内容都是由教授该大学项目的专家专门为该课程创作的,因此,教学的发展是具体的。

然后,这些内容被应用于视听格式,创造了TECH在线工作方法。所有这些,都是用最新的技术,提供最高质量的材料,供学生使用。



物理治疗技术和程序的视频

TECH将最新的技术和最新的教育进展带到了当前物理治疗/运动学技术和程序的最前沿。所有这些,都是以第一人称,以最严谨的态度进行解释和详细说明的,以促进学生的同化和理解。最重要的是,你可以想看几次就看几次。



互动式总结

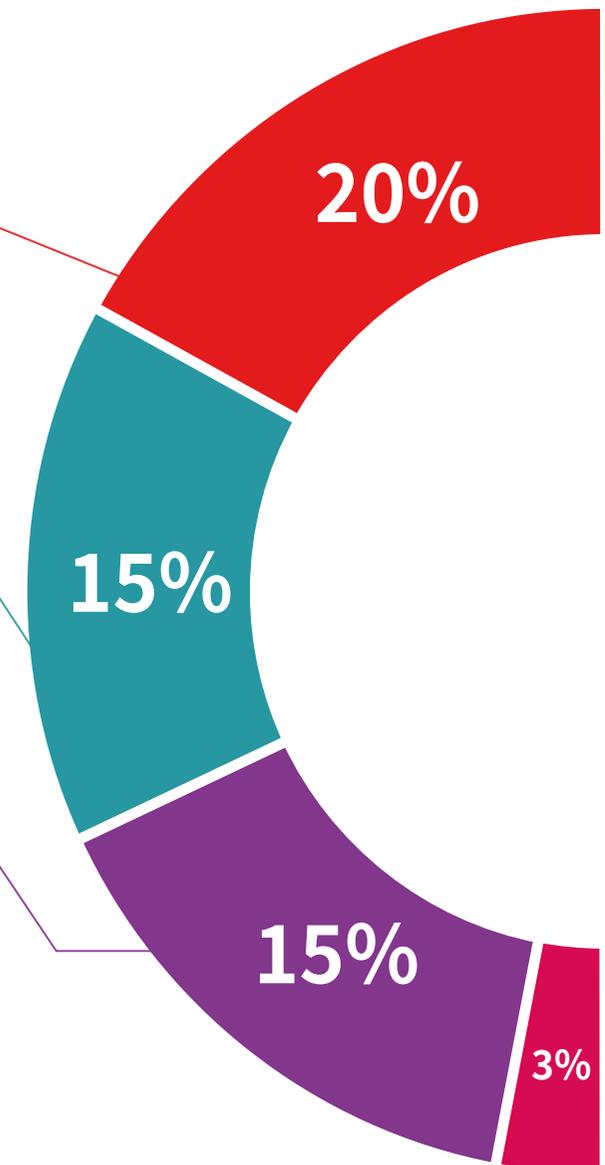
TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

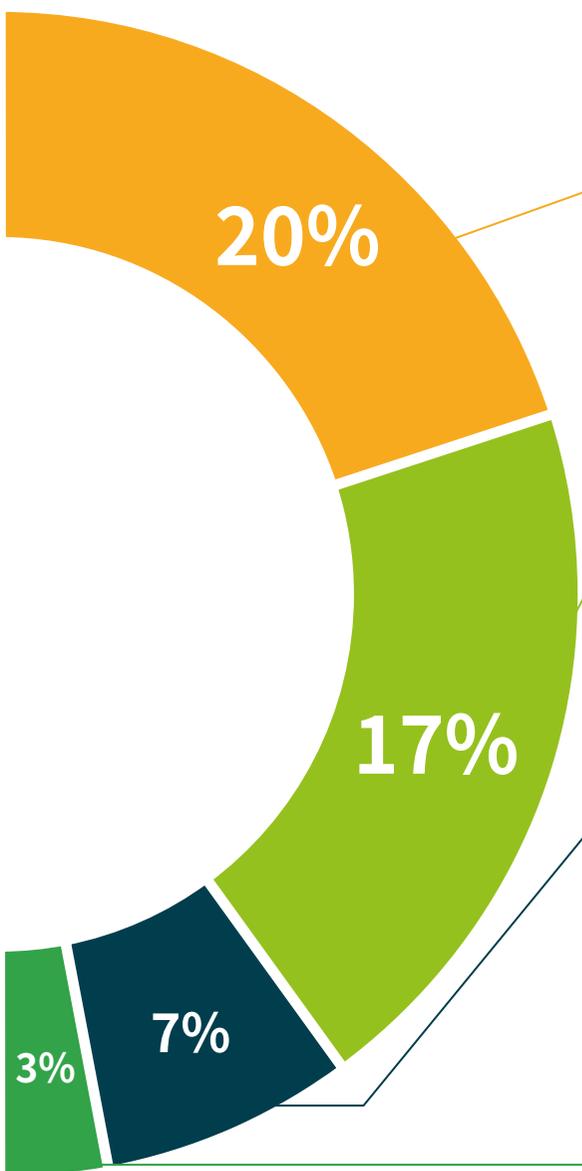
这个用于展示多媒体内容的独特系统被微软授予“欧洲成功案例”。



延伸阅读

最近的文章,共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里,学生可以获得他们完成培训所需的一切。





由专家主导和开发的案例分析

有效的学习必然是和背景联系的。因此, TECH将向您展示真实的案例发展, 在这些案例中, 专家将引导您注重发展和处理不同的情况: 这是一种清晰而直接的方式, 以达到最高程度的理解。



测试和循环测试

在整个课程中, 通过评估和自我评估活动和练习, 定期评估和重新评估学习者的知识: 通过这种方式, 学习者可以看到他/她是如何实现其目标的。



大师课程

有科学证据表明第三方专家观察的有用性。向专家学习可以加强知识和记忆, 并为未来的困难决策建立信心。



快速行动指南

TECH以工作表或快速行动指南的形式提供课程中最相关的内容。一种合成的, 实用的, 有效的帮助学生在在学习上取得进步的方法。



06 学位

用瑜伽疗法治疗的病症专科文凭除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由 TECH 科技大学颁发的专科文凭学位证书。



“

顺利完成这个课程并获得大学学位, 无需旅行或通过繁琐的程序”

这个用瑜伽疗法治疗的病症专科文凭包含了市场上最完整和最新的科学课程。

评估通过后, 学生将通过邮寄收到TECH科技大学颁发的相应的专科文凭学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在专科文凭获得的资格, 并将满足工作交流, 竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位: 用瑜伽疗法治疗的病症专科文凭

模式: 在线

时长: 6个月



健康 信心 未来 人 导师
教育 信息 教学
保证 资格认证 学习
机构 社区 科技 承诺
个性化的关注 现在 创新
知识 网页 质量
网上教室 发展 语言 机构

tech 科学技术大学

专科文凭
用瑜伽疗法治疗的病症

- » 模式:在线
- » 时长:6个月
- » 学位:TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

专科文凭

用瑜伽疗法治疗的病症

