

PRIPREMA ZA ČAS

2025 / 2026. godina

Obrazovni program i nivo obrazovanja: FIZIOTERAPEUTSKI TEHNIČAR - IV1

Modul: HIDRO - PELOIDO TERAPIJSKE PROCEDURE

Broj i naziv ishoda učenja: Po završetku ovog modula učenik će biti sposoban da:

- 8. Izvrši primjenu parafina

Oblik nastave: Teorijska nastava

Redni broj časa/Ukupan broj časova za oblik nastave: 49/ 54

Aktivnosti za dostizanje ishoda učenja iz Plana realizacije ishoda učenja:

- Upoznavanje učenika sa fiziološkim i terapijskim dejstvom parafina, indikacijama i kontraindikacijama za njegovu primjenu
- Diskusija o fiziološkom i terapijskom dejstvu parafina, indikacijama i kontraindikacijama za njegovu primjenu

Nastavna sredstva, materijali i oprema: Udžbenik, poster, ilustracije

Nastavne metode:

- Metoda usmenog izlaganja
- Metoda razgovora
- Metoda demonstracije
- Metoda diskusije

Oblici rada:

- Frontalni
- Individualni

Korelacija modula sa predmetima/ modulima:

- Primijenjena hemija sa biohemijom u fizioterapiji

Literatura i drugi izvori:

- Mihajlović V., Fizikalna terapija, Zavod za udžbenike i nastavna sredstva, Beograd, 2002

Odjeljenje/a: II- 4

Nastavnik: Ime i prezime nastavnika

Uvodni dio časa:

Vrijeme potrebno za realizaciju: 10 min.

Opis aktivnosti:

Uvodni dio časa predviđen je za ponavljanje prethodnog gradiva vezanog za peloidoterapiju, vrstama peloida, terapijskom dejstvu, indikacijama i kontraindikacijama. U skladu sa tim biće postavljena sljedeća pitanja za obnavljanje prethodnog gradiva i za razmišljanje:

- Šta su to peloidi?
- Koje vrste peloida koristimo u terapijske svrhe?
- Koja su to fizičko-hemijska svojstva peloida?
- Kako se vrši deponovanje, priprema i regeneracija peloida?
- Koje su indikacije i kontraindikacije za primjenu peloida u terapijske svrhe?

Glavni dio časa:

Vrijeme potrebno za realizaciju: 30 min.

Opis aktivnosti:

U glavnom dijelu časa učenici će biti upoznati sa pojmom parafina, tehnikama primjene, dejstvu parafina, indikacijama i kontraindikacijama.

Informisanje učenika o parafinu

Diskusija o tome da li je učenicima poznat pojam parafin i na šta ih asocira.

Nakon učeničke asocijacije nastavnik informiše i upoznaje učenike sa pojmom parafina i načinu pripreme istog.

Upoznavanje učenika sa tehnikama primjene parafina u fizioterapijske svrhe

Nakon informisanja učenika o pojmu parafina, nastavnik upoznaje učenike sa tehnikama primjene parafina u fizioterapijske svrhe, o njihovim prednostima, nedostacima i primjeni u svakodnevnom fizioterapijskom tretmanu vodeći diskusiju o tome koja tehnika primjene odgovara određenom dijelu tijela.

Tehnike primjene parafinoterapije

-Aplikacije četkom za lak, s velikom površinom premaza. Parfin se nanosi u slojevima, tako da se postigne debljina od 1 do 2 cm.

-Potapanje – imerzija. Na šaku se parafin aplikuje višekratnim potapanjem. Pri prvom potapanju aplikuje se na prste, zatim na dlan i korijen šake. Aplikovani dio se umota u plastičnu foliju, ubrus i vunjenu tkaninu i aplikacija traje 20 - 40 minuta. Parafin se lako skida sa tijela, a u predjelu aplikacije koža je topla, crvena i vlažna.

-Parafinska maska. Aplikacija se nanosi na lice. Primjenjuje se kako u terapijske tako i u kozmetičke svrhe. Koristi se parafin iz posebnog lonca i s nižom temperaturom. Pri aplikovanju potrebno je da se zaštite oči, nos i usne. Prvo se postavlja zavoj, preko gaze 2-3 sloja parafina. Maksimalan broj slojeva je četiri. Prilikom nanošenja potrebno je paziti da rubovi zavoja od gaze ostanu izvan parafinske maske – tako će se lakše ukloniti.

-Komprese. Gaza potrebne veličine natopi se rastopljenim parafinom, a zatim se u nekoliko slojeva postavlja na tijelo.

Nakon upoznavanja učenika o tehnikama primjene parafinoterapije, nastavnik navodi učenike na razmišljanje o tehnikama primjene kroz sljedeća pitanja:

1. Od čega zavisi koju tehniku treba primijeniti?
2. Naveći koje od tehnika mogu da se izvode u terapijske i kozmetičke svrhe?

Nakon diskusije o tehnikama primjene parafinoterapije, nastavnik upoznaje učenike o dejstvu parafina.

Dejstvo parafina: termičko, mehaničko, terapijsko (parafin izaziva resorpciju otoka, smanjuje bol i

Glavni dio časa:

Vrijeme potrebno za realizaciju: 30 min.

povišeni tonus mišića, povećava trofiku i elastičnost kože).

Nakon upoznavanja sa dejstvom parafina i diskusije o istom, nastavnik navodi učenike na razmišljanje o dejstvu parafinoterapije kroz sljedeća pitanja:

1. Šta podrazumijevamo pod termičkim i mehaničkim efektom primjene parafinoterapije?
2. U čemu se sastoji njegovo terapijsko dejstvo i zbog čega je ono bitno?

Nakon diskusije, nastavnik upoznaje učenike o indikacijama i kontraindikacijama za njegovu primjenu

Indikacije: fibromialgija, kontuzije, distenzije, distorzije, stanja posle isčašanja zglobova i preloma kostiju, artritis, posttraumatske kontrakture zglobova, tendinitis, burzitis, neuritis, neuralgije, cervikalni sindrom, lumbalni sindrom, reumatoidni artritis i periartitis.

Kontraindikacije: krvarenje i sklonost ka krvarenju, infekcije, posjekotine, maligni tumori, tuberkuloza, dekompenzacija srca, pluća, jetre, bubrega i proširene vene.

Nakon što je nastavnik kroz diskusiju upoznao učenike o indikacijama i kontraindikacijama pri primjeni parafinoterapije, učenicima postavlja sljedeća pitanja:

1. Šta podrazumijevamo pod pojmom inspekcija i palpacija?
2. Koji su mogući neželjeni efekti u toku tretmana parafinoterapije?

Nakon upoznavanja učenika sa indikacijama i kontraindikacijama primjene parafinoterapije, nastavnik stavlja akcenat na dijagnoze koje su najčešće tretirane parafinoterapijom.

Cervikalni sindrom je skup poremećaja u vratnom dijelu kičme i mekog tkiva koji ga okružuje. Prate ga neugodan bol i ukočenost kao jedan od dominantnih simptoma bola vratne regije. Bol kao glavni simptom započinje svoje „putovanje“ u vratnom dijelu, da bi se postepeno širio preko ramena niz jednu ili obje ruke.

Lumbalni sindrom predstavlja skup poremećaja u slabinskom dijelu kičme. Prate ga bol, ukočenost, spazam lumbalne regije, trnjenje jedne ili obje noge.

Reumatoidni artritis je hronična autoimuna inflamatorna bolest. Obično pogađa male sitne zglobove na prstima ruku i nogu, ali i veće zglobove kao što su: rame, lakat, kuk i koljeno. Simptomi koji prate reumatoidni artritis su: otok, bol, crvenilo, skraćanje mišića i tetiva, oštećenje hrskavice i slično.

Fibromialgije predstavljaju sindrom mišićno – skeletnog bola. Simptomi koji prate fibromialgiju su: glavobolja, osjetljivost na svjetlost i buku, jutarnja ukočenost, sindrom nemirnih nogu, trnjenje i peckanje duž ekstremiteta i problemi sa digestivnim traktom.

Neuralgije se definišu kao bolovi u distribuciji pojedinačnog perifernog nerva.

Periartitis ili bolno rame predstavlja zapaljenje vanzglobnog tkiva ramenog zgloba kao što su:

- Pripoji tetiva (entezitis)
- Ovojnice tetiva (tendosinovitis)
- Burze (burzitis)

Uzrok nastanka su promjene na tetivi m. Supraspinatusa nastale dugotrajnom iritacijom kroz pokret bočnog dizanja ruke (abdukcija ruke od 90 stepeni).

Završni dio časa:

Vrijeme potrebno za realizaciju: 5 min.

Opis aktivnosti:

U završnom dijelu časa učenici postavljaju pitanja za eventualne nejasnoće iz okvira predenog gradiva.

Evaluacija časa: kroz razgovor sa učenicima nastavnik utvrđuje koja su bila njihova očekivanja, koji su

Završni dio časa:
Vrijeme potrebno za realizaciju: 5 min.
ciljevi postignuti i šta su naučili na datom času. Domaći zadatak: Izrada prezentacije na temu: „Pripremne aktivnosti za aplikaciju parafina na pacijentu“

Napomena: Zadate prezentacije će učenici prezentovati na sljedećem času nakon slanja prezentacije na mejl nastavnika.

Osvrt na realizaciju: Cilj časa je postignut, a aktivnost učenika je bila na visokom nivou.