

SPRAWOZDANIE ROCZNE Z DZIAŁALNOŚCI
STUDENCKIEGO KOŁA NAUKOWEGO REHABILITACJI
MEDYCZNEJ
za rok akademicki 2024/2025

W roku akademickim 2024/2025 Studenckie Koło Naukowe Rehabilitacji Medycznej aktywnie realizowało swoją misję popularyzowania wiedzy i umiejętności z zakresu rehabilitacji wśród studentów oraz społeczności lokalnej. Celem naszej działalności było poszerzanie wiedzy teoretycznej i doskonalenie kompetencji praktycznych członków Koła, jak również budowanie świadomości prozdrowotnej wśród młodzieży.

W ciągu roku zorganizowano **cztery spotkania naukowo-warsztatowe** dla członków Koła:

1. **Warsztaty z kinesiotapingu (listopad 2024)**
Podczas spotkania omówiono podstawy teoretyczne kinesiotapingu oraz przeprowadzono praktyczne zajęcia z aplikacji taśm w wybranych dysfunkcjach narządu ruchu.
2. **Ćwiczenia i metody terapeutyczne w zespole bólowym kręgosłupa (styczeń 2025)**
Spotkanie obejmowało prezentację aktualnych metod pracy z pacjentami cierpiącymi na przewlekłe zespoły bólowe kręgosłupa, z elementami praktyki ukierunkowanej na poprawę funkcji w czynnościach ADL i redukcję poziomu bólu.
3. **Autoterapia pacjenta – nauka automasażu i rozluźniania powięziowego z wykorzystaniem rollera i piłek (marzec 2025)**
Pokaz i nauka praktycznych technik autoterapii z użyciem prostych akcesoriów (foam roller, piłki do lacrosse, itp.).
4. **Ergonomia pracy – jak zapobiegać urazom i bólom kręgosłupa w codziennym życiu i pracy zawodowej (maj 2025)**
Praktyczne zajęcia o zasadach ergonomii oraz ćwiczeniach dla osób wykonujących pracę siedzącą.

Dodatkowe działania SKN:

- **Warsztaty edukacyjne dla uczniów liceum ogólnokształcącego (styczeń 2025)**
W ramach promocji zdrowego stylu życia i popularyzacji zawodu lekarza specjalisty rehabilitacji medycznej, członkowie SKN przeprowadzili warsztaty z podstaw kinesiotapingu w XXVI Liceum Ogólnokształcącym im. K. K. Baczyńskiego w Łodzi. Uczniowie mogli zapoznać się z podstawowymi technikami aplikacji taśm oraz dowiedzieć się, w jakich sytuacjach można stosować tę metodę w codziennym życiu i sporcie. Również promowaliśmy naszą Uczelnię wśród uczniów i zachęcaliśmy ich do rekrutacji.
- **Badanie naukowe**
SKN prowadziło również projekt badawczy pt. „Analiza świadomości i wiedzy mieszkańców Polski o chorobie zwyrodnieniowej stawów – badanie ankietowe”, którego celem jest ocena poziomu wiedzy społeczeństwa na temat choroby zwyrodnieniowej stawów. Wyniki tego badania posłużą do przygotowania artykułu, który zostanie opublikowany w czasopiśmie naukowym.

Podsumowanie i plany na przyszłość:

Rok akademicki 2024/2025 był dla naszego Koła czasem intensywnej pracy i rozwoju. Dzięki zaangażowaniu członków SKN udało się nie tylko zorganizować ciekawe i merytoryczne spotkania, ale także poszerzyć działalność o akcje promujące zdrowy styl życia wśród młodzieży.

W nadchodzącym roku planujemy m.in.:

- cykl spotkań z praktykami z różnych dziedzin rehabilitacji (ortopedia, neurologia, pediatria),
- publikację wyników badania ankietowego w czasopiśmie,
- promocję naszego Koła w social mediach wśród studentów Uniwersytetu Medycznego w Łodzi
- organizację warsztatów dla kolejnych szkół średnich w regionie.
- Zorganizowanie warsztatów w ramach udziału w „Drzwiach Otwartych” UMED w 2026r.

Opiekun Koła
dr Anna Puzder

Przewodniczący Koła
Jan Mikołajczyk