

Certifierad Rehabcoach

MODUL 1

FYSIOLOGI DEL 1

Cirkulationssystemet
Hjärtat
Lungorna
Blodomloppet
Blodkärlellens uppbyggnad
Blodkärlellens anatomi
Lilla kretsloppet
Stora kretsloppet
Blodets funktioner
Blodkroppar
Våra muskler
Skelettet
Leder
Rörelseapparaten
Kroppens nervsystem
Nervsystemets anatomi
Kroppshållning

FYSIOLOGI DEL 2

Födans nedbrytning
Näringsämnet kolhydrater
Näringsämnet protein
Näringsämnet fett
Lymfan
Munhålan
Magsäcken
Tunntarmen
Tjocktarmen
Njurarna
Bukspottskörteln
Levern
DNA
Celler
Immunsystemet
BMI
Kroppens sammansättning

MODUL 2

FYSIOLOGI DEL 3

Cellmembranets byggnad och funktion
Fett
Kolhydrater
Protein
Receptorfunktion
Endocytos
Exocytos
Cellskelettet
Celldelning
Cellkontakter
Cellkommunikation
Celldöd
Åldersförändringar i cellen

FYSIOLOGI DEL 4

Endokrina systemet
Hormonerna
Aminosyrgruppen
Hormoneffekten
Hormonkontrollen
Tallkottkörteln
Hypotalamus
Hypofysen
Adenohypofysens hormoner
Neurohypofysens hormoner
Sköldkörteln
Bisköldkörteln
Brässen
Hjärtat
Binjurarna
Binjuremärgen
Binjure balken
Njurarna
Mag-tarmkanalen
Fettväven
Bukspottkörteln
Äggstockarna
Testiklarna

Certifierad Rehabcoach

MODUL 3

Livsstilssjukdomar

- Stressrelaterade sjukdomar
- Sjukdomar i rörelseapparaten
- Hjärt-kärlsjukdomar
- Metabola sjukdomar
- Åldersrelaterade sjukdomar
- Diabetes typ 2

Skadetyper

- Idrottsskador
- Arbetssskador
- Psykiskt relaterade sjukdomar

Stresshantering

- Kartläggning stress
- Positiv stress
- Negativ stress
- PSD
- Stresstest

Rehabilitering

- Konditionstester
- Rörelsetester
- Rehabilitering
- Rehabiliteringsutredning
- Uppföljning och dokumentation
- Journalföring

MODUL 4

Fysisk aktivitet på recept

- FASS

Patienten

- Patientmottagande
- Patientanamnes

Programmering

- Fackliga termer inom fysioterapi
- Individanpassad medicinsk träning
- Individualiserat sjukdomsförebyggande träning
- Individualiserat rehabiliteringsträning

Praktiska moment

- Planera och genomföra rehabiliteringsträning
- Utvärdera fysisk träning
- Coachningsmetoder

Examinationsuppgift



Målet med utbildningen

Målet med utbildningen är att studenten efter fullgjord utbildning tillägnat sig de kunskaper som krävs för ett kvalificerat och självständigt arbete inom området.

Behörighetskrav

Inga särskilda behörighetskrav

Bedömningskriterier

Efter genomförd utbildning, med godkänt resultat på samtliga inlämningsuppgifter och prov erhåller studenten ett certifikat. Huvudläraren för utbildningen är den som examinerar studenten.

Examensbenämning

Certifierad Rehabcoach

Utbildningens omfattning

Studierna bedrivs i valfri studietakt och omfattar ca 16 veckors heltidsstudier