

Diplomerad Massage- och Friskvårdsterapeut

MODUL 1

Vetenskapliga studier om massage
Ditt arbete som massör
Kundbemötande
Tystnadsplikt
Etik
Bokning
Mottagning
Journalföring
Massagens förebyggande och
rehabiliterande effekter
Massagens primära effekter
Massagens indikationer/effekter
Massagens relativa kontraindikationer
Massagens absoluta kontraindikationer
Mikrobiologi, bakterier och virus
AIDS/HIV, salmonella och tuberkulos
Smittvägar
Hygien på klinik
Ventilation
Desinfektion
Arbetskläder
Massageolja

Diplomerad Massage- och Friskvårdsterapeut

MODUL 2

Anatomi
Fysiologi
Makroskopisk anatomi
Mikroskopisk anatomi
Topografisk anatomi
Tillämpad anatomi
Funktionell anatomi
Biomekanik
Systematisk anatomi
Anatomi variationer/skillnader
Könsskillnader
Olika kroppstyper
Skelettet
Muskler
Terminologi
Snitt & Plantermer
Lägestermer
Rörelsetermer
Idrottsskador
Överbelastningsskador
Artros/ledförslitning
Traumatiska skador
Skelettskador
Ligamentskador
Luxation
Muskelskador
Senskador
Vävnadsskador
Akut omhändertagande
Rehabilitering
Behandlingsmetoder
Mjukdelsskador
Inflammation
Stretchning
Hållning

Diplomerad Massage- och Friskvårdsterapeut

MODUL 3

Fysiologi
Blodomloppet
Blodkärlellens uppbyggnad
Blodkärlellens anatomi
Stora kretsloppet
Lilla kretsloppet
Blodet
Blodets funktioner
Blodkropparna
Hjärtat
Luftvägarna, lungorna
Mage och tarmar
Njurarna
Nervsystemets anatomi
Ämnesomsättningen
Cellernas funktion
Immunsystemet
Allergier
Hudens uppbyggnad
Skelettet
Ryggraden
Kotorna
Bäckenet
Skulderbladet
Nedre extremiteternas skelett
Övre extremiteternas skelett
Bröstkorgen thorax
Huvudets skelett

Diplomerad Massage- och Friskvårdsterapeut

MODUL 4

Leder

Muskulatur

Ryggens muskler

M erector spinae (djupa ryggmusklerna)

Trapezius (kappmuskeln)

Latissimus dorsi (breda ryggmuskeln)

Rhomboideus major

Skulderbladsmusklerna, rotatorkuffen

Bröstkorgens muskler

M pectoralis

M pectoralis minor

Deltoideus

Bäckenets muskler

Gluteus maximus

Gluteus medius

Gluteus minimus

M piriformis

M iliopsoas (höftböjarmuskeln)

Hamstring baksida lårmuskeln

Triceps surae (vadmuskeln)

Quadriceps (fyrhövdade lårmuskeln)

Adduktörer (benets införandemuskler)

Armens muskler

Underarmens muskler

Bukens muskler

Diplomerad Massage- och Friskvårdsterapeut

MODUL 5

Massagens olika grepp
Korsgrepp
Effleurage
Petrissage
Friktioner/ tvåhandsfriktioner
Omvända friktioner
Kantning
Saxning
Vibrationer
Tapotement
Triggerpunkter
Programmering för massage
Praktisk tentamen massage
Teoretisk tentamen massage
Kommunikation
Kommunikation och sinnena
Friskvård
Hälsofrämjande friskvård
Hälsoarbete, friskvård på företag
Friskvårdsbidrag
Friskvårdsaktiviteter
Friskvårdstimme
Motivera inspirera

Diplomerad Massage- och Friskvårdsterapeut

MODUL 6

Lagstiftning
Hälsoanalys
BMI
Mäta rörelse
Mäta kondition
Stress
Kartläggning av stress
Skolans hälsoarbete
Vård och omsorg
Hälsoarbete för personal
Hälsofrämjande säkerhet
Hälsofrämjande arbete i skolan
Förebygga krissituationer
Rutiner i kris för personal
Rutiner för krissituation
Krisplansbeskrivning
Säkerhetsarbete i näringslivet
Målen för säkerhetsarbete i Sverige
Krisantering företag
Krisantering Vård och omsorg
Krisanteringsgrupper i samhället
Bris Barnens rätt i samhället
Krisinformation Sverige
Sjukhuskyrkan
Hälsofrämjande sociala aktiviteter
Aktiviteter som rehabilitering
FaR
Ergonomi
Examensuppgift



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

Diplomerad Massage- och Friskvårdsterapeut

Utbildningens omfattning

Studierna bedrivs i valfri studietakt och omfattar ca 20 veckors heltidsstudier