

Lower limb tendinopathy course

Tutor:

Dr Peter Malliaras

BPhysio (Hons) PhD

Delivered by Peter Malliaras, physio PhD and tendinopathy clinician scientist. In this course Peter will introduce a rehabilitation and management model for all the commonly injured tendons in the lowerlimb, including Achilles, gluteal and aka trochanteric bursitis, hamstring, patellar, tibialis posterior and plantar fascia.

Whether you are a new graduate or very experienced clinician, you will come away with many answers to your questions as well as clinical gems to take away. The course is a mixture of lectures and practical workshops.

Peter Malliaras är verksam sjukgymnast i Melbourne med specialisering på tendinopatier. Han behandlar dagligen såväl motionärer som idrottare inom världseliten. På meritlistan står bl.a. arbete med flertal fotbollsklubbar i Premier league, Skottlands rugbylandslag, Storbritanniens friidrottslandslag och Kungliga baletten i London. Han gjorde sin avhandling på besvär i patellarsenan hos volleybollspelare och har sedan dess fortsatt att inrikta sig på tendinopatier. Han delar idag sin vardag mellan klinik, forskning och undervisning. Peter har högre examen i ultraljudsdiagnostik med specialisering på muskuloskeletal ultraljudsscanning av senor. Han har publicerat flertalet studier på tendinopatier, både avseende diagnostik och behandlingsmetoder. Han är en internationellt eftertraktad föreläsare och hans kurser, som har en tydlig överbryggningsfunktion från forskningen till kliniken, har genom åren varit otroligt populära.

What you will come away with

Pathology and risk factors

- ✦ Review of tendon function, pathology models and pain mechanisms
- ✦ Normal and abnormal tendon response to load - providing a framework for rehabilitation
- ✦ Identifying different tendon pain presentations and how this influences management
- ✦ Tendinopathy imaging demystified – e.g tear versus tendinopathy, when to send for imaging, how imaging influences your clinical treatment decisions
- ✦ Understand what causes tendon break down – load related vs systemic risk factors and how this influences management

Assessment skills

- ✦ Assessment of key biomechanical, muscle capacity and power, flexibility & movement patterns and how these influence rehabilitation
- ✦ Top tips for differential diagnosis – be able to apply a clinical reasoning framework to differentiate tendon, bursa, paratenon, fat pad and less common diagnoses
- ✦ Key running and walking related gait patterns that predispose to lower limb tendinopathy and how to correct and/or compensate for them

Management skills

- ✦ A complete loading progression for all commonly injured lower limb tendons
- ✦ Clearly understand the different types of exercise interventions and when they are indicated – including eccentric, concentric, isometric and stretch-shortening cycle exercise
- ✦ Rehabilitation strategies for treating pain vs function
- ✦ Specific stretch shorten cycle and return to sport progressions for different patient groups
- ✦ Key progression criteria from initial to end stage tendon rehabilitation
- ✦ Clinical indications and mechanisms of manual therapy, medications and injections
- ✦ Understand how individual factors influence management – activity/sport, systemic health, age, jumpers vs runners, in season vs off season

Key advantages of this tendinopathy course

- ✦ Peter spends most his time treating difficult tendons, so this course has a clinical focus whilst still covering the latest research
- ✦ Hands on and practical – key skills include biomechanical, muscle capacity and power, flexibility & movement pattern assessment, and exercise prescription
- ✦ Clear loading progressions for all common tendinopathies rather than general principles.



Complete
SportsCare
Injury experts. Trusted by champions



SPECIALISTGRUPPEN
MODERN ANPASSAD HÄLSOVÅRD

Datum: Sön-mån 31/5-1/6 - 2015
Tid: 09:00 – 17:00
Plats: Specialistgruppens klinik, Stockholm
Pris: Pris 4300:- före 30/4 därefter 4800:- ex moms.
Betaling via faktura
Kontaktperson: Martin Asker (martin@specialistgruppen.se)
Anmälan: via: info@specialistgruppen.se - skriv ämne
"Anmälan Malliaras"
Övrigt: Kursen hålls på engelska

**OBS! Max 20 deltagare! Vi har noterat ett väldigt stort intresse för denna kurs så vi misstänker att den kommer blir fulltecknad på kort tid.
Först till kvarn!**

Vill du veta mer om Peter Malliaras forskning och arbete inom tendinopatier, gå gärna in på hans hemsida <http://www.completesportscare.com.au/courses/tendinopathy-courses/>. Där kan du också titta på videoklipp och podcasts där Peter diskuterar senbesvär.

Snittbetyg från tidigare kursdeltagare 4,8/5

"Mycket kompetent föreläsares som kan leverera mycket kunskap på ett väldigt pedagogiskt sätt"

"Väldigt bra kurs. Jag lärde mig otroligt mycket nya tips och idéer"

"Jag hade rätt höga förväntningar på kursen efter vad jag hade hört från andra som hade gått kursen och dessa förväntning infriades verkligen. Stort tack!"

Om du har några frågor så tveka inte att kontakta oss.

Mvh,

Martin Asker (Specialistgruppen)

Dr Peter Malliaras (Complete Sports Care)

Välkomna!