

PRIJAVA

KINEZITEJPING METOD, KONCEPT I PRIMENA

Ime

Prezime

Specijalnost

Broj licence

Naziv ustanove

Mesto i poštanski broj

Kontakt telefon

E-mail

Potpis

CENTAR ZA KONTINUIRANU MEDICINSKU EDUKACIJU

Kinezitejping metoda je rehabilitaciona tehnika koja kao terapijsko sredstvo koristi aplikaciju specijalno dizajniranih traka na kožu tela, a u cilju stimulisanja procesa oporavka. Ova metoda istovremeno omogućava podršku i stabilnost mišićima i zglobovima bez ograničenja obima pokreta ali i produženu manipulaciju tretiranog tkiva shodno potrebi. Kinezi traka, koja se koristi u okviru ovog metoda, je bezbedna za upotrebu kod svih dobnih grupa u dužem vremenskom periodu za tretiranje različitih ortopedskih, neuromuskularnih, neuroloških i drugih stanja. Utičući na različite vrste i tipove receptora koji su smešteni u koži, i deo su somatosenzornog sistema, Kinezitejping metoda je rehabilitaciona tehnika koja kao terapijsko sredstvo koristi aplikaciju specijalno dizajniranih traka na kožu tela, a u cilju stimulisanja procesa oporavka. Ova metoda istovremeno omogućava podršku i stabilnost mišićima i zglobovima bez ograničenja obima pokreta ali i produženu manipulaciju tretiranog tkiva shodno potrebi. Kinezi traka, koja se koristi u okviru ovog metoda, je bezbedna za upotrebu kod svih dobnih grupa u dužem vremenskom periodu za tretiranje različitih ortopedskih, neuromuskularnih, neuroloških i drugih stanja. Utičući na različite vrste i tipove receptora koji su smešteni u koži, i deo su somatosenzornog sistema, aplikacijom trake smanjuje se bol i povećava limfna drenaža, zahvaljujući mikroskopskim odizanjem pojedinih delova tretirane kože. Efektom podizanja kože, stvaraju se nabori u koži koji povećavaju intersticijalni prostor i na taj način omogućavaju bolju drenažu tečnosti i smanjenje zapaljenja u zahvaćenom tkivu.

Smanjujući pritisak na nervne završetke i receptore koji se nalaze u koži ili stimulišući iste, utiče na smanjenje bola. U zavisnosti od kliničkog nalaza i potreba korekcije i lečenja, zavisi i specifičan način aplikacije kinezi trake. Različiti načini oblikovanja i sečenja trake, bilo da se koristi kao I traka ili X ili Y sečenje ili druge specifične oblike uz korišćenje različitog pravca, kao i stepena tenzije tokom aplikacije trake, dozvoljava hiljade različitih načina tretiranja bolesnog tkiva. Rezultat aplikacije je reedukacija neuromišićnog sistema, smanjenje zapaljenja, bola, poboljšanje performansi, prevencija nove povrede, poboljšanje cirkulacije i ozdravljenja u cilju pomoći telu da vrati svoju homeostazu. Koriste se specifične aplikacione tehnike za smanjenje prenapregnutosti mišića, stimulaciju slabih mišića, smanjenje otoka, bola, povećanje ili smanjenje obima pokreta, mobilizaciju fascije, uticaj na ožiljke, itd. kroz razne korektivne i funkcionalne tehnike. Samo odgovarajući i dobro procenjen način aplikacije trake može dovesti do željenog rezultata i zbog toga treba da je koriste samo oni koji su dobro obučeni za ovu tehniku. Tačna procena stanja je ključ uspeha u lečenju bilo kog poremećaja, zbog toga je neophodna i početna dobra evaluacija pacijenta. Ova procena uključuje stanje kože, potkožnog tkiva, postojanje otoka, stanja senzornog sistema, testiranje mišićne snage, stanja zglobova kao i obima pokreta, stanja tetiva i ligamenata, analiza šeme hoda i pokreta. Nakon toga se pravi specifičan protokol lečenja i izbor tehnike aplikacije. Dokazano je da kinezi traka ima pozitivne efekte na kožu, limfu i cirkulaciju, fasciju, mišiće, ligamente, tetive i zglobove. Može se koristiti zajedno sa drugim modalitetima lečenja u akutnoj, subakutnoj i hroničnoj fazi ali i u prevenciji.

Ključne reči: kinezitejping, bol, kožni receptori, fasia, protokoli.

Centar za kontinuiranu medicinsku edukaciju

Telefon/Faks

+381 (0)21 425 509



UNIVERZITET U NOVOM SADU
MEDICINSKI FAKULTET NOVI SAD



CENTAR ZA KONTINUIRANU MEDICINSKU EDUKACIJU



UDRUŽENJE ZA ISTRAŽIVANJE I
TRETMAN BOLA SRBIJE

EDUKATIVNI KURS

PRIMENA ELASTIČNIH TRAKA (KINEZITEJPING) U
TERAPIJI POREMEĆAJA MIŠIĆNO-KOŠTANOG SISTEMA

KINEZITEJPING METOD KONCEPT I PRIMENA



Kurs je akreditovan sa
12 bodova za predavače i
6 bodova za polaznike

29. novembar 2025. godine

Medicinski fakultet Novi Sad
Hajduk Veljkova 3

KINEZITEJPING METOD, KONCEPT I PRIMENA

Novi Sad
29. novembar 2025.

Šef Edukacionog tima
Prof. dr Snežana Tomašević Todorović

Predavači

Prof. dr Snežana Tomašević Todorović
specijalista fizikalne medicine i rehabilitacije,
Medicinski fakultet Univerziteta u Novom Sadu,
Klinika za medicinsku rehabilitaciju UKCV,
UITBS predsednica, EFIC Councillor

Prof. dr Dušica Marić
Zavod za anatomiju
Medicinski fakultet Univerziteta u Novom Sadu

Prim. dr sc. med. Jelena Aleksić
specijalista fizikalne medicine i rehabilitacije
reumatolog, Zavod za zdravstvenu zaštitu radnika
“Železnice Srbije” Beograd

Dr Aleksandar Vojvodić
specijalista ortopedije,
Kliničko bolnički centar “Zemun”

P R O G R A M

8:30-9:00	Registracija učesnika
9:00-9:05	Pozdravna i uvodna reč
9:05-9:15	Ulazni test
9:15-9:30	Kinezitejping-uvod, definicija, indikacije i kontraindikacije Prof. dr Snežana Tomašević Todorović
9:30-9:50	Povezanost tkiva: mišići, fascije, kožni receptori Prof. dr Dušica Marić
9:50-10:15	Primena kinezitejpinga u akutnom mišićnoskeletnom bolu - iskustva Dr Aleksandar Vojvodić
10:15-10:30	Kafe pauza
10:30-11:00	Kinezitejping Metod. Teorija. Osobine i kvalitet trake. Demonstracija Finger-printa. Oprez u korišćenju. Vodič za aplikaciju. Fiziološki sistemi na koje utiče Kinesio Traka Prim. dr sc. med. Jelena Aleksić
11:00-11:15	Aplikacija - nabori. Uklanjanje trake Prim. dr sc. med. Jelena Aleksić, dr Aleksandar Vojvodić
11:15-12:15	Fiziološki sistemi na koje utiče Kinesio Traka-nastavak. Stimulacija kože. Kinezitejping procena - Epidermis i Dermis. Aplikacija - Epidermis i Dermis Prim. dr sc. med. Jelena Aleksić
12:15- 12:45	Manuelni testovi. Fascija i korekcija fascije, aplikacija. EDF tehnika, demonstracija Prim. dr sc. med. Jelena Aleksić
12:45- 13:15	Pauza

13:15-14:00 Mišićna korekcija, teorija, način procene i vežbe-aplikacija na mišiće vrata, gornjih i donjih ekstremiteta, mišiće grudnog, trbušnog i karličnog dela
Prim. dr sc. med. Jelena Aleksić, dr Aleksandar Vojvodić

14:00-14:30 Korektivne tehnike-mehanička korekcija, aplikacija (rame, koleno i skočni zglobovi)
Prim. dr sc. med. Jelena Aleksić, dr Aleksandar Vojvodić

14:30-15:30 Korektivne tehnike: Korektivna tehnika za ligamente i tetive, aplikacija. Funkcionalna korekcija, aplikacija. Cirkulatorna/ limfatička korekcija, aplikacija
Prim. dr sc. med. Jelena Aleksić

15:30-15:45 Savremeni vodiči o primeni elastičnih traka (kinezitejping) metodi u rehabilitaciji
Prim. dr sc. med. Jelena Aleksić

15:45-16:00 Diskusija

16:00-16:15 Izlazni test i evaluacija kursa

16:15 Dodela sertifikata

Rok za prijavljivanje je 24. 11. 2025. godine
Broj polaznika je ograničen

Prijave:

Adresa: Medicinski fakultet Novi Sad,

Hajduk Veljkova 3, 21000 Novi Sad

Tel: 021/425-509; E-mail: ckezn@mf.uns.ac.rs

Učesnici kursa plaćaju kotizaciju od 12.000,00 dinara (u kotizaciju je uračunat PDV), na račun Medicinskog fakulteta Novi Sad, broj 840-1633666-55 (poziv na broj 291 -500/15).

Edukativni kurs je namenjen lekarima, fizioterapeutima, medicinskim sestrama i zdravstvenim tehničarima.