

 PSSE – Phương pháp Schroth của Nikos Karavidas

Phương pháp tiếp cận 3D sáng tạo để điều trị chứng vẹo cột sống và gù lưng

Host: Pilates House Hanoi | Giảng viên: Larisa Iacob

Bài tập vật lý trị liệu dành riêng cho chứng vẹo cột sống (PSSE) – Phương pháp Schroth của Nikos Karavidas là phương pháp tiếp cận dựa trên bằng chứng và được hướng dẫn hỗ trợ để điều trị các dị tật cột sống như chứng vẹo cột sống vô căn và chứng gù lưng. Dựa trên **Concept Rigo** được công nhận trên toàn thế giới, phương pháp này tích hợp hiểu biết nâng cao về:

-  Nguyên tắc tự điều chỉnh 3D
-  Kiểm soát hơi thở để định hình lại lồng ngực
-  Tái đào tạo thần kinh cơ
-  Nhận thức về tư thế trong chức năng và hoạt động hàng ngày

Được chứng nhận bởi SOSORT (Hiệp hội điều trị chỉnh hình và phục hồi chức năng vẹo cột sống), PSSE tập trung vào các kiểu đường cong riêng lẻ, các chiến lược điều chỉnh tư thế chính xác và duy trì sự liên kết của cột sống lâu dài thông qua các bài tập trị liệu.

Tại sao nên chọn PSSE–Schroth?

- ✓ Được hỗ trợ khoa học và giảng dạy trên toàn cầu
- ✓ Được cá nhân hóa theo đường cong và nhu cầu của từng cá nhân
- ✓ Hiệu quả cho thanh thiếu niên, người lớn và thậm chí cả các trường hợp sau phẫu thuật
- ✓ Giúp giảm tiến triển, cải thiện tư thế và hỗ trợ chất lượng cuộc sống tốt hơn

Pilates House Hanoi rất vinh dự được tổ chức khóa đào tạo chuyển đổi này lần đầu tiên tại Việt Nam, cung cấp cả khóa học Cơ bản và Cấp độ 1.

MÔ TẢ KHÓA HỌC

- ◆ PSSE – Khóa học cơ bản về Phương pháp Schroth (Trực tuyến)

 Ngày: 12–14 tháng 9 năm 2025

 Địa điểm: Trực tuyến (Trực tiếp qua Zoom)

 Ai có thể tham gia: Mở cho tất cả mọi người – không yêu cầu có nền tảng y khoa hoặc trị liệu trước đó.

Những gì bạn sẽ học:

Giới thiệu thiết yếu về các bài tập dành riêng cho chứng vẹo cột sống, hệ thống phân loại Rigo, kiểm soát tư thế và điều chỉnh tập trung vào hơi thở. Tìm hiểu cách tiếp cận PSSE giải quyết tình trạng biến dạng cột sống bằng các chiến lược cá nhân hóa, không xâm lấn.

Khuyến nghị cho: huấn luyện viên thể dục, bệnh nhân vẹo cột sống, người chăm sóc, giáo viên yoga/Pilates và bất kỳ ai muốn hiểu những điều cơ bản về quản lý vẹo cột sống.

 Là điều kiện tiên quyết cho khóa học Cấp độ 1.

 Khóa học PSSE – Phương pháp Schroth Cấp độ 1 (Trực tiếp)

 Ngày: 25–30 tháng 11 năm 2025

 Địa điểm: Pilates House Hà Nội, Việt Nam

 Điều kiện: Chỉ dành cho bác sĩ vật lý trị liệu và bác sĩ y khoa được cấp phép

 Yêu cầu: Nộp bằng tốt nghiệp/giấy phép để xác minh

Những gì bạn sẽ học:

Khóa đào tạo chuyên sâu kéo dài 6 ngày này sẽ đi sâu vào quản lý vẹo cột sống lâm sàng. Người tham gia sẽ có được các kỹ năng đánh giá chi tiết bệnh nhân, phân tích X-quang (góc Cobb, xoay đốt sống), phân loại đường cong cụ thể, lập trình bài tập thực hành và các kỹ thuật điều chỉnh trị liệu bằng cách sử dụng các giao thức PSSE.

 Phải hoàn thành Khóa học cơ bản để được tham gia.

 Để đăng ký hoặc tìm hiểu: pilateshousehanoi@gmail.com

 Zalo: 089 665 08 65

 Truy cập: <https://schrothpsse.com>