



Aleksandra Pietrzak

FIZJOTERAPEUTA

PROFIL

Fizjoterapeuta z szeszcioletnim doświadczeniem w rehabilitacji ortopedycznej i sportowej. Posiada prawo wykonywania zawodu fizjoterapeuty nr KIF-028431. Specjalizuje się w terapii manualnej, rehabilitacji pooperacyjnej stawu kolanowego i barkowego oraz pracy z zawodnikami sportów zespołowych. Przyjęła ponad 4 600 pacjentów indywidualnych.

WYKSZTAŁCENIE

mgr in Fizjoterapia

Akademia Wychowania Fizycznego im. B. Czecha w Krakowie, Krakow
Paź2014 – Cze 2019

UMIĘTNOŚCI

- Terapia manualna (Kaltenborn-Evjenth, Mulligan)
- Rehabilitacja pooperacyjna (ACL, endoproteza)
- Metoda PNF
- Metoda McKenzie (MDT)
- Kinesiotaping i dry needling
- Ocena funkcjonalna (FMS, Y-Balance Test)
- USG diagnostyczne układu ruchu
- Dokumentacja medyczna (KS-Somed)
- Planowanie programów rehabilitacyjnych

JZYKI

- Polski (ojczysty)
- Angielski (B2)

REFERENCJE

dr n. med. Piotr Stanczyk

Ordynator Oddziału Rehabilitacji, Carolina Medical Center
p.stanczyk@carolina.pl, +48 602 771 438

mgr Beata Wozniak

Kierownik Działu Fizjoterapii, SCANMED Wieliczka
b.wozniak@scanmed.pl, +48 515 332 891

DOWIADCZENIE

Starszy Fizjoterapeuta, Carolina Medical Center, Krakow

Cze 2022 – Obecnie

Rehabilitacja ortopedyczna i sportowa w klinice specjalizującej się w medycynie sportowej.

- Prowadzenie **8-10 pacjentów dziennie** — głównie po artroskopii kolana i rekonstrukcji ACL
- Opracowanie autorskiego protokołu powrotu do sportu po rekonstrukcji ACL — **92% pacjentów** wraca do pełnej aktywności w 9 miesięcy
- Współpraca z ortopedami przy kwalifikacji do zabiegu — **45+ konsultacji miesięcznie**
- Nadzór merytoryczny nad **3 młodszymi fizjoterapeutami**

Fizjoterapeuta, SCANMED Wieliczka — Centrum Rehabilitacji, Wieliczka

Sty 2020 – Maj 2022

Rehabilitacja ambulatoryjna i stacjonarna pacjentów ortopedycznych i neurologicznych.

- Realizacja **6-8 sesji dziennie** — terapia manualna, ćwiczenia, fizykoterapia
- Prowadzenie grupowych zajęć rehabilitacyjnych dla pacjentów po endoprotezoplastyce — **grupy 8-10 osób**
- Ocena funkcjonalna pacjentów skalami Barthel i VAS — dokumentacja w systemie KS-Somed

Fizjoterapeuta — Staz, 5. Wojskowy Szpital Kliniczny z Poliklinika, Krakow

Mar 2019 – Gru 2019

Staz w oddziale rehabilitacji ogólnoustrojowej — rotacje: ortopedia, neurologia, kardiologia.

- Obsługa **120+ pacjentów** w trakcie stazu pod nadzorem specjalisty
- Nauka technik PNF, Mulligan i McKenzie w warunkach klinicznych

CERTYFIKATY

Prawo Wykonywania Zawodu Fizjoterapeuty nr KIF-028431, Krajowa Izba Fizjoterapeutów Lip 2019

Terapia Manualna wg koncepcji Kaltenborn-Evjenth (poziom 1-3), Polskie Towarzystwo Fizjoterapii

Mar 2021 – Mar 2026

Dry Needling — Poziom 1 i 2, Dry Needling Institute Polska

Paź2022 – Paź2027

PROJEKTY

Protokol Return-to-Sport po rekonstrukcji ACL — Carolina Medical Center

Sty 2023 – Wrz 2023

Opracowanie i wdrożenie protokołu kwalifikacji do powrotu do sportu po operacji ACL.

- Zdefiniowanie **8 kryteriów** opartych na testach funkcjonalnych (LSI, hop tests, Y-Balance)
- **92% pacjentów** objętych protokołem wróciło do pełnej aktywności sportowej w 9 miesięcy
- Prezentacja na Kongresie Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii 2023

DZIAALNOŚĆ DODATKOWA

Fizjoterapeuta klubowy — KS Cracovia (sekcja piłki ręcznej kobiet)

Wrz 2022

Opieka fizjoterapeutyczna nad zespołem senierek w ramach wolontariatu. Obsługa meczów ligowych i treningów — średnio 6h tygodniowo.

Autorka bloga rehabilitacyjnego [rehabilitacja-sport.pl](#)

Cze 2021

Publikacja artykułów edukacyjnych z zakresu rehabilitacji urazów sportowych. 34 opublikowane artykuły, 12 000 unikalnych odwiedzin miesięcznie.