

## THÔNG BÁO TỔ CHỨC ĐÀO TẠO LIÊN TỤC

### “Quản lý đau cổ không đặc hiệu dựa trên bằng chứng trong Vật lý trị liệu”

#### 1. Tên chương trình

Theo nhu cầu cập nhập kiến thức, nâng cao năng lực lâm sàng và phát triển áp dụng lý luận lâm sàng dựa trên bằng chứng để can thiệp cho người bệnh mắc đau cổ không đặc hiệu, Hội Vật Lý Trị Liệu Việt Nam sẽ tổ chức chương trình đào tạo liên tục “**Quản lý đau cổ không đặc hiệu dựa trên bằng chứng trong Vật lý trị liệu**”. Chương trình sẽ được Thạc sĩ Kentaro Tanaka phụ trách, dự kiến diễn ra các ngày 23-25 tháng 05 năm 2026.

#### 2. Mục tiêu khóa học

Sau khi học xong, học viên có khả năng:

- Phân biệt được các loại đau cơ xương dựa theo cơ chế (đau thụ thể, đau thần kinh, đau do rối loạn xử lý đau) trong thực hành lâm sàng.
- Áp dụng lý luận lâm sàng khi gặp người bệnh: khai thác bệnh sử có hệ thống, sàng lọc- phân loại, nhận biết dấu hiệu cờ đỏ.
- Thực hiện khám lâm sàng toàn diện cho người bệnh đau cổ: quan sát tư thế, hoạt động, đánh giá tầm vận động, khám thần kinh và các thử nghiệm động thần kinh, đánh giá chức năng cơ và kiểm soát vận động.
- Phân tích và xác định các yếu tố liên quan đến đau cổ không đặc hiệu, bao gồm: yếu tố cơ học và chức năng vận động, yếu tố thần kinh, yếu tố tâm lý- sinh lý- xã hội.
- Xây dựng kế hoạch điều trị cá nhân hóa cho người bệnh.
- Áp dụng các phương pháp điều trị chính trong đau cổ không đặc hiệu: Trị liệu bằng tay, kê đơn chương trình tập luyện, can thiệp kiểm soát vận động và ổn định tư thế.
- Tích hợp điều trị đa mô thức: kết hợp với giáo dục người bệnh.
- Áp dụng mô hình chăm sóc lấy người bệnh làm trung tâm.
- Nhận diện các hiệu ứng giả dược trong các bối cảnh điều trị.
- Vận dụng kiến thức và kỹ năng đã học được để đưa ra quyết định lâm sàng một cách độc lập, có cơ sở và phù hợp với từng người bệnh cụ thể.

#### 3. Đối tượng

Hội viên chính thức Hội Vật lý trị liệu Việt Nam và các Chi hội trực thuộc.

Nhân viên y tế trong và ngoài nước đang hành nghề Vật lý trị liệu có bằng cấp chuyên môn phù hợp theo qui định cơ quan chức năng.

#### 4. Chương trình chi tiết

Ngày	Thời gian	Nội dung	Giảng viên
23/05/2026	8h30-12h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hiểu về đau: định nghĩa mới của IASP, mô hình tâm lý - sinh lý - xã hội.</li> <li>- Phân loại đau dựa trên cơ chế: đau thụ thể, đau do thần kinh và đau do rối loạn xử lý cảm giác đau.</li> </ul>	Thạc sĩ Kentaro Tanaka
	13h30-17h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lý luận lâm sàng vùng cổ: tầm quan trọng của hỏi bệnh sử, sử dụng mô hình các khung ICF và Curtin.</li> <li>- Sàng lọc và phân loại: nhận diện các dấu hiệu “cờ đỏ” và bệnh lý mạch máu vùng cổ.</li> </ul>	Thạc sĩ Kentaro Tanaka
24/05/2026	8h30-12h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thăm khám thực thể: quan sát và đánh giá tư thế, tầm vận động. Đánh giá sự kiểm soát cảm giác vận động và các rối loạn vận động vùng cổ.</li> <li>- Thực hành kỹ thuật thăm khám: các test lâm sàng chuyên biệt cho vùng cổ và đám rối thần kinh cánh tay. Cách xác định cơ chế đau chiếm ưu thế trên thực thể.</li> </ul>	Thạc sĩ Kentaro Tanaka
	13h30-17h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quản lý đau cổ không đặc hiệu và trị liệu bằng tay.</li> <li>- Thực hành: di động cột sống cổ/ngực, kỹ thuật di động mô</li> </ul>	Thạc sĩ Kentaro Tanaka

		<p>mềm và giải phóng điểm co thắt cơ.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kỹ thuật Mulligan ứng dụng cho vùng cổ: thực hành kỹ thuật NAGs, SNAGs.</li> </ul>	
25/05/2026	8h30-12h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hành các bài tập vùng cổ: tái huấn luyện các cơ gập cổ sâu và cơ duỗi cổ; kiểm soát vùng bả vai; cách thiết kế các bài tập cá nhân hóa cho từng người bệnh.</li> <li>- Chăm sóc lấy người bệnh làm trung tâm: xây dựng liên minh trị liệu, giao tiếp hiệu quả với người bệnh.</li> </ul>	Thạc sĩ Kentaro Tanaka
	13h30-17h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Giáo dục người bệnh và tự quản lý: hướng dẫn người bệnh về khoa học thần kinh của đau, chiến lược đối phó với việc sợ hãi vận động và lo âu.</li> <li>- Tổng kết và lượng giá.</li> </ul>	Thạc sĩ Kentaro Tanaka

### 5. Tài liệu sử dụng đào tạo

- Tanaka, K. (2026). Evidence-Informed Management of Non-Specific Neck Pain: Course Handbook.
- Magee, D. J., & Manske, R. C. (2020). Orthopedic Physical Assessment.
- Blanpied, P. R., et al. (2017). Neck Pain: Revision 2017 (JOSPT).

### 6. Phương pháp dạy- học

- Trình bày lý thuyết bằng tiếng Anh (có thông dịch) với Powerpoint song ngữ Anh-Việt.
- Thảo luận nhóm và phân tích.
- Thực hành nhóm.
- Báo cáo.

### 7. Phương pháp lượng giá

- Thi trắc nghiệm 10 câu về áp dụng.

### 8. Báo cáo viên

- Thạc sĩ Kentaro Tanaka, Giảng viên Vật lý trị liệu tại Đại học UCLouvain (Bỉ).

### **9. Thiết bị học liệu cần cho khóa học**

- Màn chiếu, projector.
- Microphone.
- Bảng trắng và viết lông.
- Giường học thực hành.

### **10. Hướng dẫn tổ chức thực hiện chương trình**

- Số lượng học viên dự kiến: 24 học viên
- Toàn bộ chi phí ăn ở và đi lại của giảng viên từ nguồn học phí thu được từ hội thảo. Dự kiến thu phí:
  - Hội viên Hội Vật lý trị liệu Việt Nam: 3.000.000 đồng/người
  - Không phải hội viên Hội Vật lý trị liệu Việt Nam: 4.500.000 đồng/người

### **11. Thời gian và địa điểm tổ chức**

- Địa điểm: 224 Điện Biên Phủ, P.Xuân Hòa, TP. Hồ Chí Minh
- Thời gian học: 8h30-17h30 ngày 23-25/05/2026.

*Hà Nội, ngày 11 tháng 05 năm 2026*

