

REHABILITACJA KĘBŁOWO

OFERTA

- **Fizykoterapia**
- **Masaże**

1. FIZYKOTERAPIA jest jedną z dziedzin z fizjoterapii, która wykorzystuje działanie czynników fizycznych w celach leczniczych. Fizykoterapia stymuluje układ odpornościowy do walki z różnymi stanami chorobowymi np. obrzękami, stanami zapalnymi o różnym podłożu i wysiękami po urazach.

ZABIEGI FIZYKOTERAPEUTYCZNE:

- **ELEKTROTERAPIA** leczenie z wykorzystaniem prądów. Jest to zabieg podczas którego stosuje się różnego typu lecznicze prądy stałe lub zmienne o różnej częstotliwości .



JONOFOREZA- polega na wprowadzeniu w chore miejsce na ciele lektarstwa, którego wchłanianie przyspiesza się za pomocą przepływu prądu stałego. Jonoforeza jest zabiegiem krótkim zazwyczaj trwa około 10 minut i jest całkowicie bezbolesne.

GALWANIZACJA to dość powszechny zabieg wykorzystujący lecznicze właściwości energii elektrycznej podczas jej przepływu przez tkanki. W tym celu na ciele pacjenta (okolica uzależniona od dolegliwości) umieszcza się dwie elektrody anodę oraz katodę aby umożliwić wykonanie zabiegu. W trakcie zabiegu pacjent odczuwa zazwyczaj delikatne mrowienie. Galwanizacja pozwala na poprawę krążenia obwodowego .Dzięki niej zwiększa się utlenienie tkanek. Pobudzone prądem tkanki znacznie szybciej regenerują się po wypadkach, zwiększa się również tempo gojenia się ran.

DIADYNAMIK czyli **prądy Bernarda** jest zabiegiem wykorzystującym oddziaływanie prądu elektrycznego o odpowiednich parametrach na ludzkie ciało kształt impulsu to połówka sinusoidy. Sinusoidalnie zmienny prąd zostaje nałożony na prąd stały o małej częstotliwości. Działa

przeciwzapalnie i przeciwbólowo wspomagając leczenie schorzeń takich jak rwa kulszowa, neuralgia nerwu trójdzielnego czy dyskopatia.

TENS to metoda terapii polegająca na wysyłaniu impulsów elektrycznych do zakończenia nerwów czuciowych. Impulsy te hamują docieranie bodźców bólowych do mózgu. Tens to metoda elektroterapii korzystająca z prądów o niskich częstotliwościach (1-20Hz) zabieg ma zastosowanie zarówno w ostrych jak i przewlekłych zespołach bólowych narządu ruchu w zaburzeniach krążenia oraz stymulacji włókien mięśniowych

PRĄDY INTERFERENCYJNE to rodzaj elektroterapii wykorzystującej prąd średniej częstotliwości. Dzięki nałożeniu się działań dwóch prądów średniej częstotliwości uzyskuje się leczniczy efekt głęboko w tkankach i na rozległym obszarze. W zależności od parametrów można uzyskać efekt przeciwbólowy, zwiększający przekrwienie i odżywienie tkanek lub rozluźniający. Prądy te stosowane są w terapii do pobudzenia mięśni do skurczu, rozszerzenia naczyń krwionośnych, zwiększenia metabolizmu w tkankach. Główną zaletą prądów jest to że wnikają głęboko w tkanki. Stosowane są w leczeniu zmian zwyrodnieniowych stawów kończyn, zespołów bólowych kręgosłupa, zaników mięśni w wyniku bezczynności, stanów pourazowych i pooperacyjnych mięśni, reumatyzmu, tkanek miękkich, nerwobólów.

ELEKTROSTYMULACJA polega na wywołaniu skurczu mięśnia za pomocą impulsowego prądu małej i średniej częstotliwości. Impulsy o odpowiedniej częstotliwości za pomocą włókien nerwowych docierają do komórek wywołując określone reakcje. Zadaniem jest przede wszystkim wzmocnienie i przywrócenie prawidłowej funkcji mięśnia.

- **MAGNETOTERAPIA** wspiera prawidłowe działanie tkanek, ma zdolność przenikania ludzkiego ciała i dociera do każdej komórki organizmu mobilizuje je do regeneracji. Działa

przeciwobrzękowo,
przeciwzapalnie łagodzi ból,
zwiększa ukrwienie, przyspiesza
gojenie się ran i złamań, zwiększa
metabolizm komórkowy i
usprawnia transport przez błony
komórkowe.



- **LAMPA SOLLUX** to elektryczna lampa lecznicza, emitująca niewidzialne dla oka promieniowanie podczerwone, które wnika głęboko w ludzkie ciało. Jest to urządzenie emitujące promieniowanie krótkie. W zależności od tego jaki efekt chcemy uzyskać dobiera się odpowiedni filtr; **czerny** działa przeciwzapalnie wskazany jest również w przypadku odleżyn, przyspiesza gojenie się ran, **filtr niebieski** działa przeciwbólowo na głowę i mięśnie.



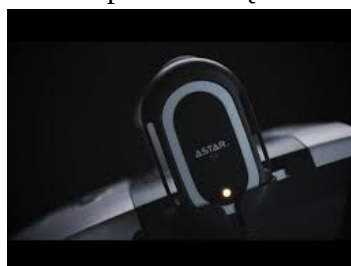
- **LASEROTERAPIA** polega na naświetlaniu ciała pacjenta promieniami lasera. Podczas zabiegu energia z lasera jest pochłaniana przez skórę i wnika na daną głębokość, stymulując niżej położone tkanki.

- **KRIOTERAPIA** czyli leczenie zimnem pomaga w walce z bólem. Zimnolecznictwo wykorzystuje naturalne reakcje obronne organizmu na działanie bardzo niskich temperatur. Krioterapia między innymi prowadzi do zmniejszenia stanu zapalnego, łagodzi ból, nasila regenerację tkanek, rozluźnia mięśnie, poprawia funkcjonowanie stawów.



- **ULTRADŹWIEKI** to fale akustyczne o wysokiej częstotliwości. Tkanka naświetlana tego typu falami podczas zabiegu podlega mikro-masażowi, którego efektem jest zwiększona temperatura, przyspieszone mikrokążenie. Działają przeciwbólowo, rozluźniająco, przyspieszają gojenie ran.

- **FONOFOREZA** zabieg polega na wprowadzeniu przez skórę do tkanek określonego leku za pomocą ultradźwięków



2. MASAŻE

MASAŻ LECZNICZY znacznie poprawia i zwiększa ukrwienie oraz odżywia tkanki, poprawiając jednocześnie ich funkcjonowanie w życiu codziennym. Masaż potrafi wpłynąć na naszą skórę, układ nerwowy, tkanki łączne, układ oddechowy, krążeniowy, pokarmowy, a także moczowo-płciowy. Masaż leczniczy ma przede wszystkim na celu ukoić ból towarzyszący kręgosłupowi oraz jego odcinkom. Działa on także pozytywnie na inne części układu nerwowego. Przede wszystkim zwiększa ukrwienie i dodatkowo utlenia układ nerwowy, dzięki czemu gwarantuje prawidłowość wszelkich procesów metabolicznych na każdym odcinku.

Masaż leczniczy przyczynia się także do uelastyczniania stawów oraz utrzymania ich prawidłowej ruchomości -zwiększa tym samym ruchomość kończyn w sytuacji występowania mocnego przykurczu.



DRENAŻ LIMFATYCZNY – to manualny masaż ciała który pobudza krążenie krwi oraz chłonki inaczej limfy. Nadrzędnym celem masażu limfatycznego jest stymulowanie przepływu krwi oraz limfy w organizmie. Określone techniki ruchowe przepychają nagromadzone płyny w ciele, likwidując obrzęki oraz poprawiając krążenie. Główne wskazania do wykonywania masażu to zastoje limfatyczne, obrzęki powstałe na skutek operacji (np po operacji tarczycy czy po mastektomii), cukrzyca.



Podczas masażu drenującego ruchy są prowadzone od części proksymalnych do dystalnych.



MASAŻ RELAKSACYJNY to delikatny masaż który ma na celu pobudzenie organizmu do zwiększonego wydzielania endorfin, co skutkuje natychmiastową poprawą samopoczucia. Techniki

stosowane podczas masażu oraz ich intensywność są zawsze dostosowywane do indywidualnych potrzeb i odczuć. Zabieg pozytywnie wpływa na układ nerwowy, przywraca prawidłowy rytm serca, poprawia krążenie i stan skóry.

To idealny sposób na wyciszenie się dla osób pracujących w warunkach szczególnie uciążliwych, w których są one narażone na różnego rodzaju bodźce.

MASAŻ WYSZCZUPLAJĄCY - ANTYCELULITOWY polega na głębokim intensywnym ucisku tkanek, skóra jest rozmasowana i dobrze nawilżona, co pozwala uzyskać efekt napiętej jędrnej skóry. Masaż to również oklepywanie wybranej części ciała prowadzące do rozbicia tkanki tłuszczowej znajdującej się pod skórą.



Masaż kręgosłupa jest wskazany przy następujących schorzeniach:

- chorobie zwyrodnieniowej kręgosłupa,
- nadmiernym napięciu mięśni spowodowanych zmęczeniem,
- osłabieniu mięśni spowodowanym zbyt długą pozycją statyczną,
- przeciążeniach stawów kręgosłupa, w przewlekłej rwie barkowej i kulszowej,
- zesztywniającym zapaleniu stawów kręgosłupa, w przewlekłej dyskopatii,
- wadach postawy i skrzywieniach kręgosłupa,
- chorobach reumatycznych (ale nie w okresie zaostrzenia dolegliwości).

MASAŻU nie powinno się wykonywać w przypadku poważnego osłabienia odporności, aktywnej infekcji i w okresie rekonwalescencji po infekcjach wirusowych.

Przeciwwskazaniem do wykonania leczniczego masażu kręgosłupa są też:

- infekcje i choroby skórne, stany zapalne skóry,
- podwyższona temperatura,
- nowotwory (łagodne i złośliwe),
- wady i choroby serca,
- niewydolność krążeniowo-oddechowa,

- zakrzepica żył i tętnic,
- hemofilia i skazy krwotoczne,
- krwiaki, żylaki i tętniaki,
- nadciśnienie,
- padaczka,
- osteoporoza,
- kamica nerkowa,
- miażdżyca,
- zapalenie węzłów chłonnych.
- ciąża w I trymestrze.

Lecniczy masaż kręgosłupa jest też przeciwwskazany podczas **menstruacji**.

MASAŻ KRĘGOSŁUPA CZASEM BOLI!!!!

Po 3-5 zabiegach możesz czuć się gorzej. Techniki masażu podrażniają chore miejsca, potęgując dolegliwości bólowe. Czasem pojawia się pieczenie, mrowienie, uczucie gorąca, osłabienie, dreszcze, senność czy rozdrażnienie. **Ale nie przerywaj terapii!** Dolegliwości będą stopniowo ustępować. Po serii masaży (co najmniej 10) odczujesz poprawę. Oczywiście taka liczba zabiegów nie gwarantuje, że po pewnym czasie bóle kręgosłupa nie wrócą. Wtedy trzeba będzie je powtórzyć.

POZOSTAŁE ZABIEGI



Kinesiotaping zwany także plastrowaniem dynamicznym to jedna z metod terapeutycznych wykorzystywana przez fizjoterapeutów polega na oklejaniu wybranych partii ciała specjalnymi bawełnianymi plastrami kinezyjologicznymi o parametrach zbliżonych do właściwości skóry ludzkiej w celu łagodzenia bólu i

poprawy funkcjonowania struktur mięśniowo- powięziowych



OFERTA PROMOCYJNA ZABIEGÓW REHABILITACYJNYCH

CENNIK PAKIETÓW

ZABIEGI FIZYKOTERAPEUTYCZNE:

	Cena za 1 zabieg	Cena za 5 zabiegów	Cena za 10 zabiegów
Magnoterapia	15zł	65zł	140zł
Galwanizacja	15zł	65zł	140zł
Diadynamic	15zł	65zł	140zł
Prądy inerferencyjne	15zł	65zł	140zł
Tens	15zł	65zł	140zł
Jonoforeza	15zł	65zł	140zł
Ultradźwięki/ fonoforeza	15zł	65zł	140zł
Laser punktowy/ skaner	15zł	65zł	140zł
Sollux niebieski/ czerwony	13zł	60zł	120zł
Elektrostymulac ja	17zł	80zł	160zł
KRIOTERAPIA	20zł	90zł	190zł

MASAŻE PAKIETY

	<i>Cena za 1 masaż</i>	<i>Pakiet 5 masaży</i>	<i>Pakiet 10 masaży</i>
<i>Leczniczy częściowy do 15 minut</i>	45zł	220zł	440zł
<i>Leczniczy</i>	70zł	340zł	690zł

<i>całościowy do 30 minut</i>			
<i>Drenaż limfatyczny jednej kończyny do 30 minut</i>	65zł	320zł	640zł
<i>Masaż relaksacyjny 60 minut</i>	120zł	590zł	1190zł
Taping		30zł	