

Кинезитерапия



Мы никогда не задумываемся о проверке своего здоровья, пока что-нибудь не заболит. Почему так? Это происходит от

того, что половина населения совершенно не доверяет врачам. Что делать в таком случае? Ведь, сейчас так важно быть функциональным, чтобы познавать и ощущать весь мир на все 100%. Существует метод лечения, который не включает в себя препараты и операции.

Движение — жизнь

- * **Кинезитерапия** — это лечение движениями или специальными упражнениями, в простонародье ЛФК(лечебная физическая культура). Эти упражнения предназначены для человека после травм, болезней или операций. Специалисты утверждают, что кинезитерапией возможно нормализовать состояния организма.

Методики

Активная кинезитерапия (когда пациент двигается сам):

- * Лечебная физкультура
- * Подвижные игры (для детей)

Пассивные методы:

- * Массаж
- * Механотерапия (лечение физическими упражнениями с помощью специальных аппаратов)
- * Метод вытягивания
- * Кинезионика

Противопоказания

- * Онкология
- * Тромбофлебит
- * Вирусные заболевания в острой стадии
- * Сахарный диабет 1 типа (инсулинозависимые)

Показания

- * Курс кинезиотерапии, как правило, назначается людям, страдающим тем или иным заболеванием опорно-двигательного аппарата:
- * остеохондроз позвоночника;
- * дорсалгия;
- * коксартроз, гонартроз I—II ст.;
- * нестабильность сегментов позвоночника (шейного и пояснично-крестцового отделов);
- * плече-лопаточный периартроз;
- * сколиоз, нарушение осанки;
- * грыжи межпозвонковых дисков с рефлекторно-мышечными синдромами;
- * полинейропатии различного генеза, в т. ч. наследственные;
- * центральные и периферические параличи и парезы;
- * состояния после хирургических вмешательствах на конечностях (через 2—3 недели)
- * или функциональными нарушениями опорно-двигательного аппарата:
- * болевые ощущения в области крупных суставов и позвоночника с функциональными нарушениями.

Возрастной диапазон от 3,5 до 92 лет



Как проходят занятия

- * Первичный осмотр + снимки, заключения, рекомендации.
- * Все занятия под руководством специалиста по кинезитерапии.
- * Программы выздоровления составляются индивидуально.
- * Занятия проходят 3 раза в неделю, перерыв не более 2 дней.
- * Курс состоит из 12 занятий в реабилитационном зале + 3 групповых занятия (по назначению).

Дозировка

* РУКИ:

12-15 раз.



НОГИ:

20 раз.



Проведен ознакомительный семинар – практикум с педагогами





С нетерпением ждем новых тренажеров для дальнейшей работы



Будьте здоровы!!!

