

Centrum Rehabilitacji Medycznej przy Podkowińskiej Wyższej Szkole Medycznej

ul. Modrzewiowa 45, 05-807 Podkowa Leśna,
Informacja i zapisy - tel. 022 758 90 51



Szanowni Państwo,

w 2013 roku mija 10 lat funkcjonowania Centrum Rehabilitacji Medycznej przy Podkowińskiej Wyższej Szkole Medycznej. W tym czasie mogliśmy zadbać o zdrowie blisko 2000 mieszkańców Podkowy Leśnej i okolic – dziękujemy Państwu za zaufanie.

W trosce o najlepszą jakość świadczonych przez nas usług, stale się rozwijamy. Wprowadziliśmy kilka nowych procedur medycznych, z którymi chcielibyśmy Państwa zapoznać.

REHABILITACJA:

- ortopedyczna
- pourazowa
- chorób reumatycznych (stawów i tkanek miękkich)
- neurologiczna
- zaburzeń i uszkodzeń ośrodkowego i obwodowego układu nerwowego
- lecznicza skolioz kręgosłupa, wad postawy i płaskostopia

TERAPIA MANUALNA:

- bóle kręgosłupa
- dyskopatie
- bóle promieniujące do kończyn górnych i dolnych
- bóle stawów (barkowych, biodrowych, kolanowych i innych)
- zaburzenia napięcia mięśniowego
- bóle głowy, zawroty głowy, dolegliwości typu migrenowego
- cierpięcia, mrowienia kończyn

FIZYKOTERAPIA:

- krioterapia
- laseroterapia
- elektroterapia
- pole elektromagnetyczne
- ultradźwięki
- jonoforeza
- ciepłolecznictwo

KONSULTACJE FIZJOTERAPEUTYCZNE



TERAPIA MANUALNA – SKUTECZNA METODA LECZENIA BÓLU

○ Terapia manualna - czym jest i czym się zajmuje?

- Terapia manualna jest jednym z działów medycyny; zabiegi terapii manualnej są nowoczesnym sposobem leczenia, opartym o poznane mechanizmy fizjologiczne, zasady biomechaniki oraz szeroką wiedzę medyczną.
- Terapia manualna zajmuje się diagnostyką, leczeniem bólu oraz zapobieganiem jego powstawania.
- Wykorzystywane są specjalne techniki ręczne (manualne) do badania oraz leczenia tkanki nerwowej, mięśni, stawów.
- Wszystkie techniki wykonywane są rękoma terapeuty i dlatego określa się je mianem terapii manualnej.
- Terapia manualna jest wykorzystywana w poszczególnych specjalnościach lekarskich, takich jak neurologia, rehabilitacja, ortopedia i reumatologia.

○ Wskazania do stosowania terapii manualnej:

- bóle kręgosłupa,
- bóle promieniujące do kończyn górnych i dolnych,
- bóle stawów (barkowych, biodrowych, kolanowych),
- zaburzenia napięcia mięśniowego,
- bóle głowy, zawroty głowy, dolegliwości typu migrenowego,
- cierpięcia, mrowienia kończyn,
- zaburzenia czucia mięśniowego i skórnoego.

Należy jednak pamiętać, że terapia manualna wykorzystując specyficzne techniki, pozwala usunąć przyczynę bólu, jeśli ból nie wynika ze zmian organicznych. Zmiany organiczne to takie zmiany, gdzie zaburzeniu ulega budowa danej struktury. Przeciwnie tym procesom są zaburzenia czynnościowe, czyli odwracalne. Dlatego też terapia manualna ma szerokie zastosowanie w chorobach, gdzie w obiektywnych badaniach lekarskich nie znajduje się ich organicznej przyczyny. Należy przyjąć wtedy, że źródłem tych dolegliwości są dysfunkcje narządów ruchu, w tym przede wszystkim dysfunkcje kręgosłupa. Wszystkie dolegliwości, których przyczyna leży w zaburzeniach czynnościowych narządu ruchu, są dolegliwościami typu odwracalnego. Oznacza to, że można je wyleczyć. W takich przypadkach terapia manualna jest bardzo skuteczna.

○ Proces leczenia - na czym polega leczenie?

Można powiedzieć, że istotą zabiegu terapii manualnej jest usunięcie bólu. Najważniejszym celem terapii jest jednak poznanie i wyeliminowanie przyczyn powstawania bólu, a tym samym odtworzenie równowagi statycznej stawowej i mięśniowej, czyli przywrócenie prawidłowej funkcji stawów i prawidłowego napięcia mięśni.

Proces leczenia ma kilka etapów.

1. Etap - uwolnienie wszystkich ruchów kręgosłupa i innych stawów od bólu.
Bardzo często praktykowane jest kończenie leczenia na tym etapie. Zaprzestanie leczenia w tym okresie powoduje powrót bólu po krótszym lub dłuższym okresie czasu.
2. Etap - poprawa elastyczności odpowiednich mięśni i więzadeł.
3. Etap - odzyskanie równowagi statycznej mięśni i więzadeł.

Równowagę tę osiągamy wówczas, gdy uzyskamy normę zakresu ruchu w stawach.

Podczas realizacji wyżej wymienionych etapów muszą być przestrzegane ogólne zasady wykonywania zabiegów terapii manualnej.

Wszystkie techniki zabiegowe wykonuje się zgodnie z zasadą bezbolesności i ruchu przeciwnego według Maigne'a.

Oznacza to, że zabiegu nie wolno wykonywać w bólu, a jeśli w jakimś ruchu występuje ból, to terapię wykonujemy w kierunku przeciwnym do bólu. Stosując tę zasadę, można przystąpić do odblokowania stawów, czyli odtworzenia równowagi stawowej. Aby to osiągnąć należy posłużyć się technikami mobilizacji i manipulacji stawu. Zabieg manipulacji kończy się charakterystycznym "trzaskiem" i wówczas staw powraca do pozycji prawidłowej. Ten sam efekt można osiągnąć w dłuższym czasie stosując technikę mobilizacji, czyli wykonywania powtarzanych kilkunastokrotnie ruchów w stawie w określonym kierunku.

Aby utrzymać stan prawidłowy należy także zadbać o mięśnie i więzadła. W zależności od celu jaki chcemy osiągnąć, stosuje się szeroki wybór metod.

Proces leczenia, wykonywanie różnych technik są kolejnymi etapami po bardzo wnikliwej i szczegółowej diagnozie, która w terapii manualnej jest bardzo rozbudowana i niezwykle ważna.

○ Zalety i korzyści wynikające ze stosowania terapii manualnej:

- jest bardzo skuteczna,
- jest bezbolesna,
- leczy nie tylko objawy, ale także przyczyny, co redukuje nawroty choroby,
- wszystkie zabiegi wykonywane są rękoma terapeuty i nie wymagają dodatkowych urządzeń.

Podsumowując, można stwierdzić, iż terapia manualna wykonywana zgodnie z jej wskazaniami to bardzo skuteczna, niebolesna i bezpieczna metoda leczenia.