

PROCEDURY S LÉKAŘSKÝM VYŠETŘENÍM

PODVODNÍ MASÁŽ

Masáž se provádí ve vodním prostředí. Spojuje se v ní účinek celkové tepelné koupele a masáže. Zajišťuje svalové uvolnění, prokrvení kůže a podkoží, stimulaci lymfatického systému, zlepšení kloubní pohyblivosti a zároveň zmírnění bolesti pohybového systému.

HYDROXER

Teplota koupele je 34°C - 37°C, jedná se o intenzivní vířivou masáž, která stimuluje jednotlivé body na zádech, horních a dolních končetinách, dle programu, který je nastaven. Dochází k prohřátí, uvolnění svalů, zlepšení prokrvení a relaxaci celého organismu.

UHLIČITÁ KOUPEL

Připravuje se sycením prosté či minerální vody oxidem uhličitým. Účinek uhličitě vody záleží na teplotě vody a na množství CO₂ ve vodě. Měla by být hypotermická 28°C – 34°C. Koupel je účinnější při nižších teplotách. Kde se stýká lázeň s kůží dochází k aktivní hyperemii, v periférii se kapiláry rozšiřují, efekt je jako u autotransfúze do periferie. Kůže je dostatečně prokrvená, vnímání chladu je sníženo, počáteční pocit chladu je střídán pocitem tepla. Vzhledem k minimální tepelné zátěži je vhodná u celé řady onemocnění, vždy však na doporučení lékaře (choroby srdce a oběhové soustavy, cévní choroby, nervové choroby)

RAŠELINOVÁ KOUPEL

Využívá se přírodní léčivý zdroj – rašelina, teplota koupele 37°C – 40°C, je silně hyperemizující. Má vynikající účinky při revmatických chorobách a artrózách, přináší úlevu při bolestech zad, kloubů i svalů, zlepšuje ekzémy, akné a kožní záněty, posiluje funkci potních žláz. Prokazatelně pozitivní vliv mají na onemocnění pohybového aparátu, při gynekologických zánětech, neurologických a civilizačních chorobách, pomáhají při léčbě lupénky, atopického ekzému, akné, upravují poruchy spánku a mají také výrazné detoxikační vlastnosti.

JODOBROMOVÁ KOUPEL

Jodobromová voda změkčuje vazivové struktury, uvolňuje svalové kontraktury, zlepšuje prokrvení tkání a orgánů, zmírňuje akutní i chronické zánětlivé procesy, zklidňuje kožní defekty.

ANTIREVMATICKÁ KOUPEL

Uvolňující regenerační koupel s obsahem levandulového a rozmarýnového oleje.
Pro uvolnění a prohřátí ztuhlých svalů a končetin.

OVESNÁ KOUPEL

Koupel se připravuje 34°C – 37°C, ze 100% práškového ovsa a minerální vody. Koupel mírně prohřívá, relaxuje a regeneruje. Je vhodná pro děti i dospělé s velmi atopickou a suchou pokožkou. Zklidňuje podrážděnou pokožku, tiší svědění, zklidňuje alergickou dermatitidu.

REFLEXNÍ MASÁŽ

Vysoce specializovaný rehabilitační výkon prováděný odborně vyškoleným fyzioterapeutem. Cílem je ovlivnit reflexní změny vzniklé patologickým procesem. Nachází se na kůži, v podkoží, ve svalech a periostu. Provádí se na sucho či za minimálního použití krému. Dochází ke stimulaci reflexních bodů, efekt pak nastupuje v místě ke kterému se daný bod vztahuje.

INDIVIDUÁLNÍ LÉČEBNÉ CVIČENÍ

Nejdůležitější a nejspecializovanější metoda rehabilitace. K dobrému výsledku je nutná oboustranná důvěra a spolupráce. Je vedená fyzioterapeutem. Cíleně dochází k ovlivnění potíží pohybového aparátu, nervosvalového aparátu. Klient je instruován k správnému provádění, aby v terapii mohl pokračovat i doma.

INDIVIDUÁLNÍ LÉČEBNÉ CVIČENÍ V BAZÉNU

Tato procedura využívá snadného pohybu ve vodním prostředí, kde působí teplota vody a zároveň snadnější provádění cviků. Dochází k zlepšení cirkulace, optimalizaci dýchání, zlepšení rozsahu pohybu v pohybovém aparátu. Aktivace klienta a dobré emoční působení na psychiku. Klient je potěšen vlastní šikovností.

LYMFODRENÁŽ PŘÍSTROJOVÁ

Působí na drenáž lymfatických uzlin a cév pomocí vzduchových komor, které naplňuje kompresor z distálních do proximálních partií s nastavitelným tlakem i programem, následně je vzduch vypuštěn a cyklus se opakuje. Procedura je vhodná pro unavené dolní končetiny, jako prevence vzniku varixů a otoků, k zlepšení cirkulace, stavy postoperativní a posttraumatické, vybraná neurologická onemocnění.

SLATINNÉ OBKLADY

Hypertermní procedura, při které se používá přírodní léčivý zdroj „peloid“, který je připravován v jednorázových obkladech, ty se dle předpisu lékaře přikládají na léčenou část těla a za pomoci tepelného nosiče dochází k intenzivnímu prohřátí ošetřovaného místa. Slatinný obklad působí zvýšené prokrvení v dané části, relaxuje – uvolňuje napětí, urychluje vstřebávání, teplem dochází k změkčení vaziva, uvolnění ligament, fascií, kloubních pouzder. Je to vhodná příprava před další terapii např. individuálním cvičením.

SUCHÉ UHLIČITÉ KOUPELE

Spočívá v uzavření těla (mimo hlavy) do speciálního igelitového vaku, naplněného oxidem uhličitým. Základní reakcí organismu je rozšíření periferních kapilár, snížení krevního tlaku, pozitivně ovlivňuje látkovou výměnu, má proticelulitický efekt. Potlačuje tvorbu křečových žil a zjemňuje a zvláčňuje kůži. Účinky jsou identické jako u vodní uhlíčné koupele, rozdíl je, že procedura se provádí v suchém prostředí.

TRAKCE

Tzv. přístrojová trakce je vykonávána pomocí speciálního zařízení, které pracuje v režimu intermitentních trakcí, když se nastavuje nejen síla tahu a trvání celé trakce, ale také trvání dynamického tahu a trvání klidového intervalu. Přístroje mají nastaveny speciální programy. Procedura podléhá předpisu lékaře, který specifikuje druh požadované trakce a lokalitu. Tahová síla působí zásadně jen na úrovni měkkých tkání pohybového systému (svaly, vazy, šlachy, kloubové pouzdra).

SKOTSKÉ STŘIKY

Silně stimulující procedura, provádí se vodním paprskem s tlakem cca 3 atmosféry ze vzdálenosti cca 3 m. Začíná se teplou vodou o teplotě 38°C – 42°C, střídá se s vodou studenou okolo 15°C vždy v poměru 3:1. Kombinace těchto dvou faktorů vede k výraznému prokrvení tkání, zlepšení buněčného metabolismu a v důsledku toho zvýšeného vylučování odpadních látek. Příznivý vliv má také na podporu imunity a to nejen té fyzické, ale rovněž psychické. Střídání teplot dále pomáhá uvolnit svalové napětí a přináší tak úlevu od případné bolesti. Indikuje se proto právě při svalových bolestech, onemocněních pohybového aparátu.

PNEUMOPUNKTURA

Léčebný výkon prováděný speciálně vyškoleným fyzioterapeutem. Jedná se o reflexní metodu – využívá se kombinace efektu akupunktury a lokální aplikace CO₂ podkožně. Dochází k ovlivnění bolestivých stavů a funkčních poruch. Je vhodná při onemocnění pohybového aparátu, ischemických chorob DK, příznivě ovlivňuje činnosti vnitřních orgánů v rámci reflexního účinku. Pneumopunktura má vynikajícími účinky na snížení bolestí páteře a kloubů.

MAGNETOTERAPIE

Magnetoterapie využívá pulsního elektromagnetického pole. Aplikace se provádí pomocí válcových nebo plochých aplikátorů. Má protizánětlivý a protibolestivý účinek. Způsobuje roztažení cév, uvolňuje svalové napětí a spasmy. Urychluje hojení kostí i měkkých tkání. Indikací jsou především degenerativní, zánětlivá a funkční onemocnění pohybového aparátu.

LASER

Je koherentní, monochromatické záření, které se aplikuje na kůži pacienta v místě zdravotních problémů. Má účinky bio-stimulační, analgetický, protizánětlivý, baktericidní, viricidní, antiedematózní, vazodilatační. Používá se při kožním onemocnění, při hojení kožních ran, při revmatických onemocnění, u poúrazových stavů, při degenerativních onemocnění.

ULTRAZVUK

Ultrazvuk je mechanické vlnění hmotného prostředí (zvuk) s frekvencí vyšší než je možné zachytit lidským uchem. Terapeut lehce přejíždí aplikační hlavici přes postiženou oblast těla, kontakt hlavičky přístroje s tkání musí být vždy udržován kontaktním médiem (parafínový olej nebo vodivý gel). Zlepšuje prokrvení a výživu tkání; má výrazný spasmolytický (uvolňuje křeče) a analgetický (utišuje bolest) účinek. Doporučuje se u poúrazových stavů, chronických zánětlivých onemocnění kloubů a dalších degenerativních onemocnění.

ELEKTROTERAPIE

Pozitivně ovlivňuje léčení onemocnění pohybového aparátu. Využívají různé druhy proudů s nejrůznějším účinkem, dle použitého typu proudu je účinek analgetický, tonizační, spazmolitický, hyperemizační. Vše se řídí předpisem lékaře, aby došlo k požadovanému účinku.

LYMFODRENÁŽ RUČNÍ

Manuální lymfodrenáž je speciální jemná masážní technika ovlivňující lymfatický systém s tlakem 40-60 mmHg. Při této technice nedochází masírování svalů na těle, ale k pohybu kůže a podkoží. Tím se rozpohybovává lymfatický systém, který je uložen pod povrchem těla. Manuální lymfodrenáž povzbuzuje lymfomotoriku, zmírňuje bolestivé napětí. Má hluboce sedativní účinky, analgetický a spasmolytický efekt na krevní a mízní systém.

RÁZOVÁ VLNA

Přístroj vytváří rázové vlny, které jsou svým účinkem mnohonásobně silnější než běžný ultrazvuk. Úspěšně se používá k léčbě tenisového lokte, jiných entezopathií, dále k ošetření patní ostruhy, syndromu bolestivého ramene, zánětu Achillovy šlachy. Je vhodné několik opakování k zdárnému vyléčení.

PROCEDURY BEZ LÉKAŘSKÉHO VYŠETŘENÍ

SKUPINOVÉ LÉČEBNÉ CVIČENÍ V BAZÉNU

Tato procedura využívá snadného pohybu ve vodním prostředí, kde působí teplota vody a zároveň snadnější provádění cviků. Dochází k zlepšení cirkulace, optimalizaci dýchání, zlepšení rozsahu pohybu v pohybovém aparátu. Aktivace klienta a dobré emoční působení na psychiku. Klient je potěšen vlastní šikovností.

PARAFÍNOVÉ ZÁBALY NA RUCE

Teplota parafínu je kolem 52°C. Ruce opakovaně (3x až 5x) namočí až po zápěstí na několik vteřin do rozehřátého parafínu. Necháte vosk okapat a ruce vložíte do mikroténového nebo igelitového sáčku, navléknete froté rukavice (díky tomu může působit teplo delší dobu). Vrstva parafínu do hloubky prohřívá malé klouby rukou, ošetřuje pokožku, uvolňuje ztuhlé svaly a klouby, zvýší krevní oběh. Pomáhá při chorobách pohybového aparátu, revmatické artritidě, dochází k maximálnímu prokrvení periferie.

INHALACE

Pomocí ultrazvuku se vytváří aerosol, který působí na horní i dolní dýchací cesty. Účinnost závisí na velikosti aerosolových částic a účinných látkách podávaných roztoků. U nás využíváme Boříkův roztok s velkým obsahem Anýzu nebo Vincentka – minerální, léčivá voda. Během inhalace dochází k zvlhčení dýchacích cest a k jejich pročištění.

VÍŘIVÁ MASÁŽNÍ KOUPEL

Teplota koupele je 34°C – 37°C, jedná se o vířivou koupel, období hydroxeru, masírování není postupné, ale najednou celotělové. Dochází k zlepšení prokrvení, uvolnění, relaxaci, zlepšení funkce látkové výměny. Podporuje dobrou funkci lymfatického systému.

PERLIČKOVÁ KOUPEL

Je lehce hypertermní 34°C – 37°C. Jedná se o mikromasáž kůže a její relaxaci. Je velmi příjemná pro pacienta. Má uklidňující efekt u neuróz, nemocí pohybového aparátu, bolestech kloubů, páteře, regeneraci svalstva, poruchách spánku a zlepšuje krevní oběh. Součástí je vždy olejová, bylinná přísada do koupele.

KOUPEL – SŮL MRTVÉ MOŘE

Koupel napomáhá uvolnit svalovou bolest, zlepšuje pohyblivost bolestivých míst, vyživuje pokožku a stimuluje krevní oběh. Kombinace minerálů příznivě ovlivňuje nervový systém a koupel má rovněž zklidňující relaxační účinky.

BYLINNÁ KOUPEL

Z DUBOVÉ KŮRY

Má stahující a protizánětlivý efekt, odstraňuje nadměrné pocení, napomáhá při omrzlinách, mírných popáleninách a zklidňuje kožní záněty. Je tradičním prostředkem při problémech s hemeroidy.

Z LEVANDULE

Příznivě působí při depresích, vyčerpanosti a pocitu psychického napětí. Mírní bolesti hlavy.

Z HEŘMÁNKU

Má protizánětlivý a hojivý účinek. Brání tvoření jizev.

ČOKOLÁDOVÁ KOUPEL

Koupel je hyperemizující, teplota se pohybuje okolo 37°C, připravuje se ze 100% holandského kakaa, mandlového oleje a přídavku éterického oleje. Koupel má anticelulitický efekt, rovněž opečovává pokožku celého těla, dodává mnoho cenných vitamínů a minerálů.

KONOPNÁ KOUPEL

Obsahuje extrakt z konopí a panenský konopný olej. Obě tyto složky jsou zdrojem přírodních antioxidantů, které účinně odbourávají volné radikály způsobující stárnutí a ztrátu elasticity pokožky. Právě pro to se konopný olej s oblibou využívá k ošetření pokožky suché, dehydrované, zánětlivé nebo přecitlivělé. Koupel je vhodná na zklidnění a zmírnění svědění, pocitu pálivosti nebo dráždivosti při kožních potížích.

KOUPEL KLEOPATRA

Teplota koupele je 34°C – 37°C, tato relaxační koupel je vhodná pro suchou pokožku. Je velice vyživující, příjemně voní (jedinečné aroma námi připravované). Pleť po té zůstává vláčná a jemná. Jedná se o směs syrovátky, éterických olejů a minerální vody. Při Kleopatře medové (Medový sen) použití olejů pouze medových.

VINNÁ KOUPEL

Teplota koupele je 34°C – 37°C, obsahuje pravé červené víno v kombinaci s olejovou složkou - hroznovým/vinným olejem, který je zdrojem přírodních antioxidantů, které účinně odbourávají volné radikály, způsobující stárnutí pokožky a ztrátu elasticity. Koupel přitom zanechává příjemné osvěžující pocity, příjemnou vůni a jemnou, hedvábně vláchnou pokožku a účinně pomáhá v boji proti celulitidě. Červené víno dodává koupeli jemnou narůžovělou barvu.

PIVNÍ KOUPEL

Je pěnivá tonizující koupel s obsahem pravého piva. Má jemnou a příjemnou vůni. Koupel je vhodná pro relaxaci při únavě, stresu. Navozuje pocit uvolnění a tělesné pohody, podporuje celkovou regeneraci organismu. Koupel obsahuje přírodní olivový olej, který má zjemňující a zvláčňující účinky, proto je koupel vhodná zejména pro suchou pokožku, kdy zklidňuje, zvláčňuje a udržuje přirozenou vlhkost pokožky.

OXYGENOTERAPIE

Vdechuje se vzduch obohacený na 40 - 60% kyslíkem, přiměřeně zvlhčeného, aby nevysušoval sliznice. Vzduch se inhaluje nosním katétrem nebo různými maskami. Podávání kyslíku zvyšuje kvalitu a délku života, zvyšuje toleranci fyzické zátěže, snižuje střední tlak v plicnici, zabraňuje progresivní plicní hypertenzi a rozvoji cor pulmonale (plicního srdce). Vícestupňovou oxygenoterapií se snažíme o zvýšení obsahu kyslíku v krvi, a tím o léčení některých nemocí a potíží, ke kterým dochází ve vyšším věku nebo při dlouhodobě nesprávné životosprávě. Oxygenoterapie má široké spektrum účinků, osvědčila se při doléčování stavů po mozkových mrtvicích, srdečních infarktech nebo po operacích (např. ischemická choroba srdeční, srdeční arytmie, záchvaty anginy pectoris, arterioskleróza, poruchy mozkového prokrvení, zapomnětlivost, tinnitus (ušní šelest)).

BIOLAMPA

Jednoduchý, dostatečně účinný zdroj léčebného biostimulačního světla, pracující na principu polarizace světla.

Biolampa generuje polarizované záření, podobně jako ozařovací lasery, ale její záření je polychromatické s odfiltrovanou chromatickou složkou. Vhodná k léčbě kožních onemocnění, urychlení hojení pooperačních jizev, zmírnění bolesti páteře a kloubů, nachlazení, stomatologie a kosmetika.

UŠNÍ SVÍČKY

Ušní svíčky vám pomohou uvolnit zevní zvukovod a tlak v oblasti ucha, čela a nosních dutinách. Teplo vytvořené hořením svíčky změkčuje nahromaděný ušní maz a mírný podtlak ho komínovým efektem vysaje. Zároveň dochází k vyrovnání tlaku přes Eustachovu trubici celé oblasti hlavy, což může mít příznivý účinek při bolestech v uších, svědění, hučení nebo při pocitu tlaku v uších či v hlavě. Je určena všem, kteří chtějí důkladně vyčistit uši od mazu nebo z nich odstranit překážející vodu po koupání.

KLASICKÁ MASÁŽ

Provádí ji vyškolený zdravotník – masér, který využívá speciálních hmatů k ovlivnění trofiky kůže, podkoží, svalů.

Ovlivňuje svalový tonus, ve smyslu snížení i zvýšení, přispívá k vstřebávání otoků, podporuje metabolismus, porušuje tkáňové srůsty. Má jak relaxační účinky místní, tak i celkové. K jejímu provádění se používají masážní krémy či masážní oleje. Účinkem masáže je dráždění receptorů, podpora metabolismu, trofiky a oběhu v tkáních masírované oblasti. Jedná se o příjemnou metodu s výrazným psychoterapeutickým účinkem.

KLASICKÁ MASÁŽ CELKOVÁ (ZÁDA, ŠÍJE, NOHY, RUCE)

Odstraňuje únavu a posiluje regeneraci organismu. Tato procedura se uplatňuje zejména při onemocnění pohybového aparátu (např. k utišení bolesti), je doplňkem léčby tam, kde je nutné uvolnit ztuhlé svaly, ošetřit bolestivé kontraktury. Má celkový relaxační efekt pro organismus.

AROMA MASÁŽ

K přípravě aromatického oleje se používá mandlový za studena lisovaný olej plný vitamínů, do kterého se dodávají přírodní éterické oleje. Dle použitého éterického oleje jsme schopni navodit požadovaný efekt. Vždy se jedná o relaxační příjemnou celotělovou masáž, je vhodné olej po masáži hned nesmívat, pokud je možné nechat ještě vonné esence působit. Silice pronikají během masáže kůží do těla a zároveň se inhalují, čímž se spojuje prožitek z vůně s ozdravnou silou doteku.

REFLEXNÍ MASÁŽ PLOSKY NOHY

Reflexní terapie využívá tlaku a masáží reflexních zón a ploch nohou a spojitosti reflexních plošek na chodidle s příslušnými orgány těla. Dochází k zlepšení prokrvení, mobilizaci drobných kloubů nohy, protažení zkrácených svalů, k stimulaci reflexních bodů. Procedura efektivně regeneruje přetížené nohy a zlepšuje citlivost nohou, mozek dostává kvalitnější informace z periferie.

NORDIC WALKING

(doslovně přeloženo severská chůze) je běžná chůze se speciálními hůlkami. Nordic walking je velice příjemný druh pohybu, který může vykonávat každý, výkonnostní sportovec i začátečník, mladý člověk i lidé v pokročilém věku. Pomocí hůlí jsou namáhány svaly celého těla a klouby dolních končetin jsou odlehčeny.

DIAGNOSTIKA IN-BODY

Jedná se o diagnostiku měření tuku, svalů, složení těla a BMI. Výsledkem testu je dokument A4 s detailním popisem.