



## MIKROKLIMAT MEDICAL SPA

Gabinety MIKROKLIMAT MEDICAL oferują bogaty wachlarz usług leczniczych i rehabilitacyjnych. Dobór terapii jest zawsze indywidualny i opiera się na zaleceniach lekarza lub fizjoterapeuty. Zajmujemy się profilaktyką oraz pomagamy w powrocie do pełni zdrowia w zakresie m.in. bóli i przykurczy mięśni, bóli kostno-stawowych, bóli kręgosłupa, stanów pourazowych, przeciążenia mięśni i narządów ruchu, obrzęków, stanów zapalnych układu mięśniowo-szkieletowego.

### KONSULTACJA

#### **Konsultacja z fizjoterapeutą**

15 min / 50 PLN

Podczas konsultacji fizjoterapeuta dobierze zabiegi lecznicze i rehabilitacyjne do indywidualnych potrzeb zdrowotnych.

### FIZJOTERAPIA

#### **Drenaż limfatyczny**

30 min / 160 PLN

Manualny masaż ciała, który pobudza krążenie krwi i limfy. Określone techniki ruchowe przepychają nagromadzone w ciele płyny, likwidując obrzęki i poprawiając krążenie. Dzięki temu motywujemy układ limfatyczny do szybszego pozbycia się toksyn.

#### **Masaż leczniczy**

20 min / 120 PLN

Masaż klasyczny rozluźnia mięśnie, poprawia ruchomości stawów, wzmacnia przepływ krwi i limfy. Swoim zasięgiem może objąć całe ciało, ale może też dotyczyć wybranych jego części. Podczas zabiegu stosuje się różne techniki masowania od głaskania przez rozcieranie, ugniatanie czy oklepywanie.

#### **Masaż tkanek głębokich**

30 min / 180 PLN

Współczesna forma masażu mająca na celu zmniejszenie dolegliwości bólowych i napięć w obrębie mięśni oraz powięzi. Masaż polega na umiejętnym rozluźnianiu tkanek pacjenta, poprawie ich przesuwalności i zniesieniu restrykcji w jak najszybszy i najskuteczniejszy sposób.

Techniki wykonywane podczas masażu tkanek głębokich są bezpieczne dla pacjenta, a sam masaż jest bardzo skuteczny i efektywny. Rezultaty zauważalne są już po krótkiej sesji.

Wszystkie ruchy wykonuje się wolno i precyzyjnie, z odpowiednią siłą nacisku dobraną indywidualnie do napięcia tkanek w ciele pacjenta. Tempo masażu jest bardzo wolne, co zapobiega bólom oraz obronnemu napięciu mięśni przy głębokich ruchach. Masaż ten przynosi doskonałe rezultaty w przypadku problemów o charakterze przewlekłym, jak i ostrym.

### **Sportowy masaż nóg z użyciem lodu**

30 min / 160 PLN

Uelastycznia i napina skórę, pobudza krążenie krwi i limfy, przyspiesza metabolizm skóry, przeciwdziała obrzękom. Idealnie sprawdzi się w odnowie biologicznej po intensywnym treningu, zmniejsza bolesność mięśni, przyspiesza ich regenerację.

### **Okład z borowiny na wybraną partię ciała**

15 min / 50 PLN

Okłady borowinowe rozszerzają naczynia krwionośne co poprawia obieg krwi w organizmie. Ponadto poprzez rozgrzanie i rozluźnienie mięśni i stawów zniesione jest uczucie bólu. Okłady borowinowe stosuje się w leczeniu: dolegliwości bólowych pochodzenia reumatycznego i artretycznego; chorób narządu ruchu, stanów bólowych i obrzęków po stłuczeniach, złamaniach, zwichnięciach, operacjach ortopedycznych, chorób skóry, schorzeń kręgosłupa, schorzeń ginekologicznych, zapalenia korzonków nerwowych, schorzeń naczyń krwionośnych, chorób układu krążenia, przewlekłe niedokrwienie kończyn dolnych.

### **Kinesiotaping**

1 okolica / 40 PLN

Kinesiotaping, czyli plastrowanie dynamiczne, to coraz bardziej popularna technika wykorzystująca specjalne plastry, za pomocą których możliwa jest redukcja bólu poprzez korekcję dysfunkcji narządu ruchu. Taping rehabilitacyjny zapobiega również kontuzjom i zaburzeniom przemieszczania powięzi, a więc ma duże znaczenie w sporcie zawodowym i amatorskim. Taping ma bardzo szerokie zastosowanie w fizjoterapii. Redukuje bóle o różnym pochodzeniu oraz napięcie mięśniowe, pomaga w nadwyrężeniach, niweluje skurcze i problemy z krążeniem.

## **FIZYKOTERAPIA**

### **Elektroterapia**

10 min / 20 PLN

### **Magnetoterapia**

15 min / 30 PLN

### **Fonoforeza borowinowa (ultradźwięki)**

10 min / 30 PLN

### **Laser podczerwieni (punktowy)**

10 min / 30 PLN

Zabiegi są wykonywane przez podmiot zewnętrzny - Rehabilis Centrum Rehabilitacji i Terapii mgr Marcin Lis.