

## **Rehabilitacja - Fala uderzeniowa**

Czy wiesz, że przewlekły ból mięśni, ścięgien i przyczepów może utrzymywać się przez wiele miesięcy, utrudniając codzienne funkcjonowanie? To częsty problem, który dotyczy zarówno osób aktywnych fizycznie, jak i pracowników wykonujących powtarzalne ruchy lub pracę w wymuszonej pozycji. Dolegliwości mogą nasilać się podczas aktywności, powodując ból, tkliwość, ograniczenie ruchomości oraz osłabienie funkcji kończyny.

Główną przyczyną tego stanu są przeciążenia i mikrourazy tkanek. Powtarzające się obciążenia prowadzą do zaburzenia naturalnych procesów regeneracji, przez co organizm nie jest w stanie skutecznie odbudować uszkodzonych struktur. Z czasem dochodzi do przewlekłego stanu zapalnego i utrwalonego bólu.

Terapia falą uderzeniową skupia się na kilku kluczowych obszarach:

Stymulacja regeneracji tkanek: pobudzamy naturalne procesy gojenia, poprawiamy ukrwienie oraz przyspieszamy odbudowę uszkodzonych struktur.

Zmniejszenie dolegliwości bólowych: terapia wpływa na receptory bólowe, dzięki czemu stopniowo redukuje ból i poprawia komfort codziennego funkcjonowania.

Poprawa elastyczności tkanek: zmniejszamy napięcie mięśni i powięzi oraz przywracamy prawidłową ruchomość leczonej okolicy.

Rozbijanie zwapnień: w wybranych schorzeniach wspomagamy redukcję zwapnień, poprawiając funkcję stawów i ścięgien.

Wsparcie rehabilitacji: łączymy terapię falą uderzeniową z odpowiednio dobranymi ćwiczeniami oraz fizjoterapią, aby osiągnąć trwałe efekty leczenia.

### **Dla kogo?**

Pacjenci z przewlekłym bólem ścięgien i przyczepów mięśniowych, osoby z ostrogą piętową lub zapaleniem rozcięgna podeszwowego, pacjenci z łokciem tenisisty lub golfisty, osoby z bólem barku i zwapnieniami, sportowcy oraz osoby wykonujące pracę związaną z przeciążeniami układu ruchu.

Dzięki terapii zmniejszamy dolegliwości bólowe, przyspieszamy regenerację tkanek, poprawiamy ich funkcję oraz skracamy czas powrotu do codziennej aktywności i pracy.

### **Jak wygląda terapia?**

- Konsultacja fizjoterapeutyczna

Przeprowadzimy dokładny wywiad oraz badanie funkcjonalne, aby określić źródło problemu i zakwalifikować Cię do terapii.

- Zabieg falą uderzeniową (5 -15 minut)

Dobierzemy odpowiednie parametry zabiegu do rodzaju schorzenia i leczonej okolicy. Zabieg trwa zazwyczaj od kilku do kilkunastu minut.

- Zalecenia i ćwiczenia

Na tej podstawie przygotowujemy indywidualne zalecenia oraz dobierzemy ćwiczenia wspomagające leczenie, aby utrwalić efekty terapii i ograniczyć ryzyko nawrotu dolegliwości.

### **Zakres pakietu:**

- konsultacja fizjoterapeutyczna,
- 5 × terapia falą uderzeniową,
- zalecenia terapeutyczne i instruktaż ćwiczeń.

**Cena 600 zł**