

CENNIK SIRVIS MED

cennik i opis usług realizowanych w ramach pobytu leczniczego

terapia manualna / masaż leczniczy lub sportowy 60 minut	110 zł
terapia manualna / masaż leczniczy lub sportowy 30 minut	70 zł
kinezyterapia	15-25 zł
kinezyterapia – zajęcia 1:1 z trenerem 60 minut	100 zł
terapia prądami	15-25 zł
jonoforeza	20 zł
fonoforeza	20 zł
pole magnetyczne	20 zł
ultradźwięki	20 zł
laseroterapia	20-30 zł
światłolecznictwo – lampa sollux	20 zł
kinesiotaping	30-50 zł
terapia ciepłem / terapia zimnem	15 zł
aromaterapia	15 zł
masaż witkami	35 zł
masaż solny	10 zł
masaż miodowy	20 zł
terapia ruchem – rower, marszobiegi, kajaki, łódka wiosłowa, itp.	Gratis

Masaż leczniczy stanowi formę zabiegu i stosowany jest w medycznej rehabilitacji. Jego główny cel to pomoc w przywróceniu sprawności fizycznej po przebytych kontuzjach czy urazach. Na masaż zdrowotny powinien zostać skierowany pacjent, po wcześniejszej konsultacji z lekarzem. Wykonuje się go na różnych częściach ciała.

Masaż sportowy jest intensywną formą masażu. Stosuje się w nim bardziej energiczne i silniejsze rozcieranie, ugniatanie, oklepywanie i wyciskanie. Jest jednym z elementów szeroko rozumianej odnowy biologicznej. Podstawowym celem jest zapobieganie objawom patologicznym, które mogą powstać w wyniku dużych przeciążeń. Innymi słowy chodzi o niedopuszczenie do przemęczenia i przetrenowania, co może prowadzić do poważnych kontuzji.

Kinezyterapia to leczenie za pomocą ruchu. Podstawą są różnego rodzaju ćwiczenia lecznicze, których celem jest przywrócenie pacjentowi sprawności fizycznej. Kinezyterapia ma działać korzystnie nie tylko na układ ruchu, czyli kości, mięśnie i stawy. Ma ona za zadanie wywierać również pozytywny wpływ na inne układy naszego organizmu, takie jak układ krążenia, układ oddechowy i nerwowy oraz przewód pokarmowy i układ moczowo-płciowy.

Kinezyterapia – zajęcia 1:1 z trenerem – trening motoryczny jest integralną częścią procesu rehabilitacji, stanowiąc jeden z jego ostatnich etapów przed powrotem do pełnej aktywności. Ma on na celu poprawę formy i zdrowia. Pracując z pacjentem, trener skupia się na poprawie takich cech jak szybkość, siła, zwinność, gibkość, skoczność, koordynacja, stabilność, dobierając indywidualny zestaw ćwiczeń.

Terapia prądami to zabiegi lecznicze polegające na stosowaniu różnego rodzaju prądów. Podczas zabiegu na poszczególne miejsca na ciele pacjenta nakłada się elektrody, przez które przepuszczany jest prąd o odpowiedniej częstotliwości. Prąd ma działanie przeciwbólowe i zmniejsza napięcie mięśniowe, poprawia ukrwienie, przyspiesza procesy regeneracji tkanek oraz sprawia, że obrzęki lepiej się wchłaniają.

Jonoforeza polega na wprowadzeniu w chore miejsce na ciele lekarstwa, którego wchłanianie przyspiesza się za pomocą przepływu prądu stałego.

Fonoforeza polega na wprowadzeniu leku za pomocą ultradźwięków. Drgania mechaniczne powodują mikromasaż tkanek. Dzięki ultradźwiękom zmniejsza się napięcie mięśni, rozszerzają się naczynia krwionośne, zmniejsza się ból.

Pole magnetyczne jest efektywne w przyspieszaniu procesów regeneracji chorych i uszkodzonych tkanek oraz łagodzi dolegliwości bólowe i ma działanie przeciwzapalne. Stosowane jest ono jako terapia wspomagająca leczenie wielu chorób i dolegliwości. W fizjoterapii korzysta się z pola magnetycznego o niskiej częstotliwości.

Ultradźwięki są to fale dźwiękowe niesłyszalne dla człowieka. Powodują one mikromasaż tkanek, poprawia się ich ukrwienie. Regularne stosowanie ultradźwięków zmniejsza dolegliwości bólowe, łagodzi stany zapalne, rozluźnia mięśnie, przyczynia się do zmniejszenia blizn.

Laseroterapia to działanie wiązką światła tak, aby wchłanianie promieniowania przynosiło pożądany efekt leczniczy. Wiązka lasera pobudza wydzielanie histaminy i serotoniny, co z kolei wiąże się ze wspieraniem układu odpornościowego i działaniem zapobiegającym bólowi, a także przeciwzapalnym oraz antyalergicznym.

Światłolecznictwo – lampa sollux – przyczynia się do poprawy ukrwienia oraz odżywienia komórek, wspomaga przemianę materii i zmniejsza napięcie mięśni. Lampa sollux wykorzystuje promieniowanie podczerwone IR.

Kinesiotaping to terapeutyczna metoda „plastrowania dynamicznego”, czyli oklejania ciała w szczególnie narażonych na ból miejscach elastycznym materiałem. Plaster przyczynia się do zmniejszenia obrzęku skóry oraz stanów zapalnych, poprawia krążenie, wpływa na stopień odczuwania bólu.

Terapia ciepłem / terapia zimnem, czyli sesja w saunie połączona z chłodzeniem w wodach jeziora. Sauna to najlepiej zbadany zabieg ciepłolecznictwa. W trakcie sesji następuje ogólne przegrzanie organizmu, wzrost ciśnienia krwi, przyspieszenie akcji serca oraz częstości oddechów. Wraz z potem organizm wydala sód, potas, żelazo, magnez, amoniak i mocznik. Należy zaznaczyć, że po ukończeniu zabiegu niewskazane jest dalsze pocenie, dlatego zawsze należy schłodzić organizm. Po zabiegach schładzania temperatura organizmu dość szybko wraca do normy. Aby maksymalnie wzmocnić zdrowotne działanie sauny, należy pamiętać o zasadzie zmiennych kąpielii gorących i zimnych.

Aromaterapia jest niekonwencjonalną metodą leczenia wykorzystującą naturalne olejki eteryczne, wprowadzane do organizmu przez drogi oddechowe, skórę i błony śluzowe. Olejki eteryczne działają uspokajająco, antybakteryjnie, antywirusowo, przeciwgrzybiczo, przyspieszają gojenie ran, uśmierzają ból głowy, przynoszą ulgę przy kaszlu i katarze.

Masaż witkami zalecany jest w połączeniu z terapią ciepłem w saunie. Zabieg powoduje wzrost obiegu krwi w skórze i tkankach głębszych – ciepło wnika głębiej w ciało, otwierają się szeroko pory, rozszerzają mocno podskórne naczynia krwionośne co przyspiesza wydalanie toksyn z organizmu i oczyszczenie ciała.

Masaż solny ma duże znaczenie kosmetyczne i terapeutyczne. Sól użyta do tego celu posiada właściwości antybakteryjne, przeciwgrzybicze oraz suplementujące skórę w pierwiastki śladowe. Zabieg polega na nakładaniu soli na skórę (zaczynając od stóp), a następnie masowaniu ciała okrężnymi ruchami w kierunku dosercowym. Omijamy okolice oczu i czoła, miejsca intymne, miejsca zranień i podrażnień.

Masaż miodowy w saunie pomaga usunąć napięcie mięśni i zmęczenie. Miód wykazuje silne działanie antyseptyczne, posiada właściwości oczyszczające i nawilżające, zabija bakterie, zmniejsza obrzęk i stany zapalne. Miód nakłada się na ciało dopiero po rozgrzaniu i splukaniu z potu. Nektar nakłada się cienką warstwą i rozsmarowuje równomiernie, po czym kontynuuje się sesję w saunie, a następnie zmywa resztki miodu podczas chłodzenia.

Terapia ruchem nabiera szczególnego znaczenia teraz, kiedy musimy sobie radzić z pandemią, chronić przed zachorowaniem lub walczyć z następstwami przebytej choroby. Wytyczne WHO wskazują jednoznacznie, aktywność fizyczna ma kluczowe znaczenie przy wzmacnianiu odporności i poprawie wydolności organizmu. Do dyspozycji gości mamy rowery, kije nordic walking, kajaki, łódkę wiosłową oraz wiele wyznaczonych tras spacerowych, biegowych, rowerowych na terenie Puszczy Augustowskiej.