

MEDICINSKI WELLNESS PROGRAMI

"Medicinski Wellness" programi

Programi medicinskog wellnessa u Specijalnoj bolnici za ortopediju i rehabilitaciju „Martin Horvat“ Rovinj-Rovigno imaju cilj prevencije, ublažavanja tegoba boli i napetosti. Na sve veću pojavnost kroničnih nezaraznih bolesti utječe suvremeni način života kojeg karakteriziraju pretjerano sjedenje i nedostatak fizičke aktivnosti, stres, zagađen okoliš i rizična ponašanja po zdravlje.

Cilj programa medicinskog wellnessa jest podizanje opće razine zdravlja organizma vježbanjem, fizikalnom terapijom i boravkom u kvalitetnom i zdravom ambijentu.

Medicinski wellness bazira se na preventivnim programima očuvanja zdravlja ili podizanja životne energije. Antistresne terapije, programi za kralježnicu, kao i relax tretmani sve više postaju dio kulture življenja građana i privlače goste u destinaciju tijekom cijele godine. Preporučeni tretmani će svojim djelovanjem snažnije utjecati na očuvanje zdravlja ili ublažavanje kroničnih tegoba mogu biti smetnja u normalnoj svakodnevnici.

Sve navedene programe provodi medicinski kadar. U programima su definirani ciljevi koji se žele postići, plan provedbe programa te multidisciplinarni timovi koji će provoditi programe.

Programi medicinskog wellnessa:

1. Tjedni program za vratnu kralježnicu
2. Tjedni program za zdravu kralježnicu
3. Tjedni program za zdrava koljena
4. Jednodnevni reha-relax program

TJEDNI PROGRAMI

Tjedni program namjenjen je za one sa tegobama lokomotornog sustava (bol u vratu, napetost, bol u kralježnici, koljenima). Prije provođenja obavezan je pregled liječnika, te se fizikalna terapija provodi sukladno pregledu liječnika i zdravstvenom stanju osobe kroz 5 dana. Svi programi provode se nakon pregleda liječnika specijaliste, uz vođenje ili nadzor stručne osobe.

1. TJEDNI PROGRAM ZA VRATNU KRALJEŽNICU

- pregled liječnika
- grupne terapijske vježbe za kralježnicu u bazenu sa morskom vodom 5x
- lokalno grijanje – solux 5x
- interferentne struje 5x
- parcijalna masaža (20 min) 3x

5 tretmana

2. TJEDNI PROGRAM ZA ZDRAVU KRALJEŽNICU

- pregled liječnika
- grupne terapijske vježbe za kralježnicu u bazenu sa morskom vodom 5x
- magnetoterapija 5x
- interferentne struje 5x
- parcijalna masaža leđa (20 min) 3x

5 tretmana

3. TJEDNI PROGRAM ZA ZDRAVLJE KOLJENA

- pregled liječnika
- grupne terapijske vježbe za donje ekstremitete u bazenu sa morskom vodom 5x
- elektrostimulacija mišića 5x
- interferentne struje 5x

5 tretmana

4. JEDNODNEVNI PROGRAM

Program je namjenjen svima koji žele smanjiti stres i napetost. Namjenjen je za otpuštanje fizičke i mentalne napetosti.

DNEVNI REHA-RELAX PROGRAM

- fizioterapijska procjena i evaluacija
- lokalno grijanje - solux
- grupne vježbe u bazenu sa grijanom morskom vodom
- izmjenične kupke
- relaksirajuća masaža