**Kiedy warto się do mnie umówić?**

Zastanawiasz się, kiedy wizyta u fizjoterapeuty może okazać się pomocna? Odpowiedź brzmi: w wielu sytuacjach! Fizjoterapeuta to specjalista od układu ruchu, który pomaga w powrocie do sprawności po urazach, operacjach, ale także w przypadku dolegliwości bólowych, które utrudniają codzienne funkcjonowanie.

Z jakimi problemami możesz się do mnie zgłosić:

* **Bóle związane z układem ruchu:** Bóle mięśniowe,bóle kręgosłupa, bóle i ograniczenia ruchomości stawów np. kolan, bioder barków itp. Mogą być wynikiem m.in.: urazów, przeciążeń, stanów zapalnych czy zmian zwyrodnieniowych.
* **Stany pooperacyjne:** Po operacjach ortopedycznych, takich jak endoproteza stawu biodrowego czy kolanowego, rehabilitacja jest kluczowa dla odzyskania pełnej funkcji operowanego obszaru.
* **Blizny:** Blizna znacznie może wpływać na problemy bólowe oraz ograniczać ruchomość. Jej odpowiednie opracowanie jest bardzo istotne.
* **Problemy z układem nerwowym:** Drętwienia, mrowienia, promieniowanie do kończyn np. zespół cieśni nadgarstka, rwa kulszowa/udowa/barkowa.
* **Bóle głowy i migreny:** Niektóre bóle głowy, w tym migreny, można znacznie ograniczyć poprzez odpowiednio dobraną terapie manualną i ćwiczenia.
* **Problemy trzewne:** Refluks, problemy jelitowe itp.
* **Inne dolegliwości:** Mogę również pomóc w przypadku problemów ze snem, nadmiernym stresem czy też problemami natury psychosomatycznej.

Zapraszam do kontaktu!