



Direttore Sanitario Dr. Irvano Loatelli

SERVIZIO DI FISIOTERAPIA E TERAPIE FISICHE

Via Bini, 4 – Bozzolo (Mn)

Aperto dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 20.00

Orario continuato

Il sabato dalle 8.30 alle 12.30

Tel 0376 920997

www.centromedici.it

info@centromedici.it

TERAPIE FISICHE STRUMENTALI

IONOFORESI

Che cos'è?

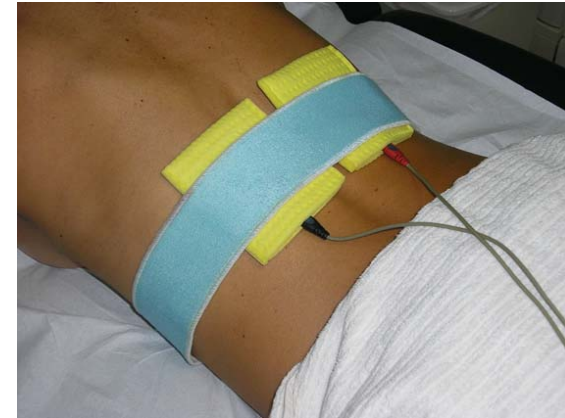
E' una terapia fisica elettroterapica che sfrutta una corrente continua prodotta da un'apposita strumentazione, per introdurre un farmaco nell'organismo attraverso l'epidermide.

Cosa cura?

Viene utilizzata nel trattamento della sintomatologia dolorosa di:

- Artrosi, artriti
- Sciatica
- Strappi muscolari

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento viene eseguito mediamente tutti i giorni, si consiglia un ciclo di 10 sedute. Ogni seduta ha una durata di circa 20 minuti.



TERAPIA CON ONDE D'URTO

Che cos'è?

E' una terapia costituita da impulsi pressori che stimolano i processi riparativi a livello osseo e la creazione di meccanismi con effetto antinfiammatorio ed analgesico nei tessuti molli.

Cosa cura?

Si riconoscono due campi di applicazione:

- Tessuti molli: tendiniti e tendinopatie inserzionali tendinopatie calcifiche
- Tessuti duri: pseudoartrosi, periostiti, artrosi in genere

Esempi di patologie trattate:

- Spina calcaneare, epicondilite (gomito del tennista) epitrocleite (gomito del golfista)

- Fascite plantare con sperone calcaneare
- Rigidità articolare spalla, gomito, anca, ginocchio
- Calcificazioni e ossificazioni
- Coxartrosi, gonartrosi
- Pubalgia, borsite
- Tendiniti, tendinopatie calcifiche spalla e dell'achilleo, contratture
- Cuffia dei rotatori, dito a scatto, periartrite calcifica, alluce valgo
- Periostiti reattive, da fratture da stress

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento viene eseguito mediamente 1 volta alla settimana. Ogni seduta ha una durata di circa 15 minuti. Il ciclo si compone di 3-4 sedute.



TECARTERAPIA

Che cos'è?

E' una terapia indolore, non invasiva ed efficace che sollecita e incrementa i naturali processi riparativi cellulari e antinfiammatori.

La terapia agisce su diversi strati tissutali (fascie muscolari, sistemi vascolare e linfatico, tendini articolazioni, legamenti, cartilagini e tessuto osseo) utilizzando i due sistemi capacitivo e resistivo a seconda della densità della zona da trattare.

La Tecarterapia ha trovato ottimi riscontri nella medicina dello sport, in ambito fisioterapico e riabilitativo e nella terapia antalgica, vista la possibilità di essere utilizzata immediatamente dopo un trauma e durante la fase acuta di un processo infiammatorio.

Cosa cura?

- Contratture, stiramenti e strappi muscolari
- Linfedemi post-chirurgici;
- Cervicalgia, cervicobrachialgia;
- Lombalgie, lombo sciatalgie
- Periartrite di spalla, capsulite adesiva, conflitto sub-acromiale, tendinite capo lungo bicipite e del sovra e sottospinoso, borsiti;
- Epicondilite, epitrocleite;
- Sindrome del tunnel carpale, stiloidite radiale, rizoartrosi;
- Coxartrosi e coxalgie;
- Pubalgia;
- Gonartrosi, tendinite rotulea, cisti di Baker
- Distorsione di caviglia, tendinite dell'achilleo, fascite plantare, metatarsalgia, borsiti;
- Esiti di traumi ossei e articolari;

➤ Post-chirurgici (anche interventi di artroprotesi)

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento viene eseguito mediamente 3-5 volte alla settimana. Ogni seduta ha una durata di circa 20-30 minuti. Il ciclo si compone mediamente di 5-10 sedute.



LASERTERAPIA

Cos'è?

Viene utilizzata una luce laser in grado di stimolare i processi riparativi, inibitori del dolore ed anti-infiammatori in grado di interessare i vari strati cellulari (derma, tendini, muscoli, ossa) coinvolti di volta in volta dalla patologia presa in considerazione.

Cosa cura?

- Lussazioni
- Artriti e periartrite
- Epicondilite/Epitrocleeite
- . Borsite
- . Contusioni, Distorsioni, Contratture, Strappi muscolari
- . Coxartrosi, Gonartrosi
- . Tendinite achillea e tendiniti in genere
- . Infiammazione del tallone e infiammazioni in genere
- . Artrosi
- . Sindrome del tunnel carpale
- . Cervicalgie/Cervicobrachialgie
- . Fascite plantare
- . Piaghe da decubito

- . Cheloidi
- . Postumi da flebiti, Edema



Frequenza - Durata del trattamento: si consiglia un ciclo di almeno 5-10 sedute a distanza ravvicinata; la seduta ha una durata di circa 20-25 minuti e si possono trattare sia zone molto piccole che zone più ampie.

MAGNETOTERAPIA

Che cos'è?

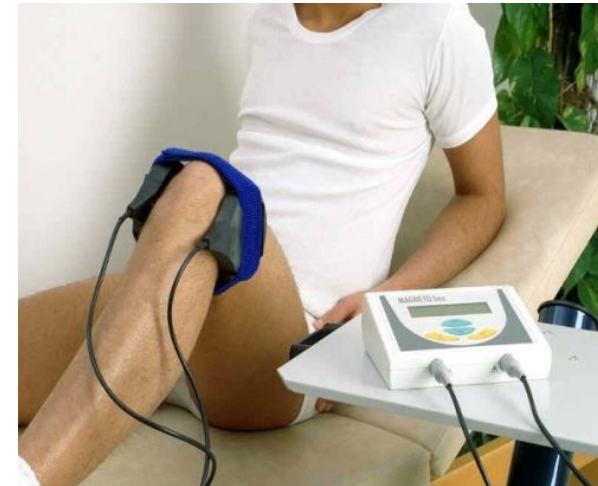
La magnetoterapia utilizza i campi magnetici con un'azione antinfiammatoria, antiedemigena (contrasta la ritenzione di liquidi), ha inoltre un effetto stimolante nella riparazione tissutale (in particolare il tessuto osseo, influenzato direttamente da questo tipo di terapia).

Indicazioni

- Patologie in cui è richiesta una maggiore microvascolarizzazione e/o rigenerazione tissutale, quali l'attecchimento di autotrapianti, il consolidamento di calli ossei.
- Riparazione di ulcere post-traumatiche, da decubito, da ustioni, venose (specialmente di tipo cronico).
- Malattie reumatiche; patologie articolari quali artrosi, tendiniti, borsiti, periartriti, cervicalgie, lombalgie, mialgie; trattamento delle fratture sia durante sia dopo la gessatura.

- Afezioni dermatologiche: psoriasi, dermatit papuloedematose, herpes zoster.
- Osteoporosi distrettuali: sindrome algodistrofica.

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento viene eseguito mediamente tutti i giorni, si consiglia un ciclo di 10-15 sedute. Ogni seduta ha una durata di circa 30 minuti.



TENS

Che cos'è?

E' una terapia fisica elettroterapica con finalità analgesico-antalgiche efficaci per molte patologie neuronali, osteoarticolari, dei legamenti e dei tendini.

Come funziona?

E' un'elettroterapia; gli impulsi elettrici vengono a contatto delle fibre nervose situate sotto la pelle attraverso delle placche elettro-conduttive applicate sulla cute. Stimolando le fibre nervose con impulsi TENS di appropriata frequenza, si possono neutralizzare gli impulsi del dolore i quali, non giungendo al nostro cervello, non verranno percepiti. Contemporaneamente gli impulsi TENS comandano al cervello la produzione di sostanze fisiologiche con azione analgesica.

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento viene eseguito mediamente tutti i giorni, si consiglia un ciclo di 10 sedute. Ogni seduta ha una durata di circa 20 minuti.

ULTRASUONOTERAPIA

Che cos'è?

È una terapia fisica attraverso la quale si fanno penetrare delle onde sonore nei tessuti producendo un'azione di tipo meccanico, termico e chimico con i seguenti effetti terapeutici:

- analgesico e antinfiammatorio;
- decontratturante (rilasciamento muscolare);
- fibronolitico e trofico (riassorbimento di ematomi eliminazione di tenui calcificazioni, stimolazione della guarigione dei tessuti).

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento viene eseguito mediamente tutti i giorni, si consiglia un ciclo di 10 sedute. Ogni seduta ha una durata di circa 20-30 minuti.



TRATTAMENTI MANUALI

OSTEOPATIA

Che cos'è?

E' un procedimento terapeutico che usa metodi manuali di valutazione e trattamento e che focalizza l'attenzione sulla struttura del corpo umano. E' usata per trattare i meccanismi in disfunzione che impediscono alle varie parti del corpo di compiere le loro funzioni naturali. L'obiettivo della pratica manuale osteopatica è quello di ristabilire la mobilità dei differenti sistemi del corpo.

Qualunque potenziale punto debole determinerà un malfunzionamento del corpo che a sua volta influenzerà la salute in generale.

Come agisce?

Il fine dell'osteopata è di ridare movimento, armonia e fisiologia, ricreando le condizioni migliori affinché il corpo ritrovi lo stato di salute. Il trattamento osteopatico si avvale di un sistema di tecniche esclusivamente **manuali** che mirano a correggere disordini meccanici capaci di provocare alterazioni patologiche.

Cosa cura?

L'osteopatia ha un campo di applicazione vastissimo ed è adatta a tutte le età, risultando efficace in problemi:

- Articolari: affezioni dell'apparato muscolo scheletrico (mal di schiena e collo, sciatalgia brachialgia, esiti di colpo di frusta, problematiche temporo mandibolari)
- Cranici: cefalea, emicrania, otiti, rinofaringiti
- Circolatori
- Viscerali: a livello cardiocircolatorio, digerente e uro ginecologico
- Neurologici
- Posturali

Il ricorso periodico dall'osteopata può essere indicato anche in funzione preventiva. Il lavoro combinato di osteopatia e fisioterapia porta ad una sensibile riduzione degli infortuni e delle recidive.

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento viene eseguito mediamente una volta alla settimana. La prima seduta dura 1 ora in quanto comprende la valutazione globale dell'utente mentre le successive

hanno una durata di circa 45 minuti. Il numero di sedute necessarie viene valutato dall'Osteopata in base alla patologia dell'utente e ai risultati ottenuti.

METODOLOGIA MCKENZIE

Che cos'è?

La metodologia McKenzie è un metodo conservativo di valutazione e trattamento dei disturbi meccanici della colonna vertebrale. Si basa sul mantenimento di posture corrette e sull'esecuzione di esercizi specifici per trattare alcune forme di mal di schiena e di collo, quelle cioè causate da cause di tipo meccanico (legate al mantenimento di posture scorrette o all'esecuzione di movimenti dannosi).

Ha lo scopo di migliorare la postura, a recuperare un arco di movimento completo e senza dolore in tutte le direzioni ed a ristabilire la piena funzionalità per attività domestiche, occupazionali e ricreative. Punta sul coinvolgimento e la partecipazione attiva del paziente per la risoluzione dell'episodio in corso, e soprattutto gli fornisce i mezzi per prevenire le ricadute.

Un programma di auto-trattamento basato sullo stile di vita del paziente, metterà il paziente in grado di controllare e trattare il proprio dolore con sicurezza ed efficacia.

Consiste di tre componenti fondamentali:

1. Diagnosi meccanica
2. Trattamento meccanico
3. Prevenzione delle recidive o profilassi

1. Diagnosi meccanica

L'approccio McKenzie classifica i pazienti in tre sindromi (Sindrome Posturale, Sindrome da Disfunzione e Sindrome da Derangement), sulla base del meccanismo di produzione del dolore, in base alla localizzazione del dolore ed alla presenza od assenza di deformità spinale acuta. La diagnosi si raggiunge attraverso un'accurata anamnesi e l'analisi dell'effetto di movimenti ripetuti e di posizioni mantenute sul quadro doloroso del paziente.

2. Trattamento meccanico

La strategia di trattamento è determinata dalla diagnosi meccanica. La procedura utilizzata è una progressione di forze meccaniche che inizia con le posizioni ed i movimenti propri del paziente (forze auto-generate) e quando necessario, prosegue con mobilizzazioni e

manipolazioni eseguite da un terapeuta. Questi esercizi sono messi a punto per ciascun paziente, poiché i problemi meccanici alla base del mal di schiena variano da individuo ad individuo.

Gli esercizi, se eseguiti correttamente, a poco a poco comportano una sensibile diminuzione del dolore che, dalle zone più "periferiche" del corpo, si porterà più vicino alla colonna vertebrale, fino a scomparire gradualmente (*fenomeno della centralizzazione*). In pazienti con dolore di origine recente, tale processo può essere estremamente rapido ed in alcuni casi può verificarsi nell'arco di pochi minuti.

Scopi generali del trattamento sono:

- a) eliminare il dolore
- b) ristabilire la piena funzionalità

3. Prevenzione delle recidive

Si consegue attraverso l'educazione del paziente ad effettuare delle modifiche comportamentali (ad esempio della loro postura da seduti) ed a continuare con gli esercizi di auto trattamento. Le procedure di auto-trattamento che determinano o concorrono al recupero

dell'episodio attuale divengono punto focale del programma di profilassi individuale per il paziente. In tal modo il trattamento si traduce in profilassi e si sviluppa un programma a lungo termine specifico ed individualizzato.



Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento viene eseguito mediamente 2-3 volte alla settimana. Ogni seduta ha una durata di circa 30 minuti. Il ciclo si compone mediamente di 10 sedute.

RIEDUCAZIONE POSTURALE R.P.G.

Che cos'è?

La Rieducazione Posturale Globale si basa su un semplice principio: tutta l'attività muscolare - statica e dinamica è sempre concentrica e comporta un accorciamento

muscolare, ragione per la quale bisogna rieducare permanentemente il muscolo in stiramento.

La RPG fa parte delle discipline terapeutiche che considerano l'essere nella sua globalità. Osserva l'individuo da un punto di vista sia strutturale che funzionale. Individua le disfunzioni che sono alla base della patologia al fine di eliminare o ridurre le cause. Guida il paziente al proprio e originale stato di salute, modificandone il modo di percepirsi e di usare le parti del proprio corpo, con particolare riguardo alla postura, ai muscoli ed alla mobilità articolare. In questo senso si applica sia in condizioni fisiologiche che patologiche.

Il riequilibrio posturale riflette la conformazione di base del paziente, con una correzione dell'equilibrio muscolare patologico indotto dalla malattia o dalle deformazioni muscolo-scheletriche. Da questo punto di vista il danno in un singolo segmento corporeo (per esempio la pianta del piede) può evolvere in una attitudine posturale che coinvolge la colonna vertebrale.

Come si attua?

Attraverso movimenti precisi eseguiti dal fisioterapista ed esercitando i muscoli "dimenticati" si lavorerà per restituire lunghezza, elasticità e benessere alla

muscolatura contratta. Il paziente prende coscienza dell'organizzazione dei propri movimenti e diviene artefice del ripristino della sua postura ideale. Ogni seduta si apre e si chiude con una valutazione della propria morfologia in diverse posture. Queste posture sono semplici posizioni con le quali il paziente apprende come poter riequilibrare, allineare e stirare lungo l'asse un corpo che, per ragioni diverse, devia. Il paziente potrà progressivamente mantenere la postura per tutta la durata di una seduta, in un allineamento rigoroso restituendo alla muscolatura la sua lunghezza fisiologica ed al corpo un nuovo schema di utilizzo delle proprie catene articolari con delle immagini motorie più giuste.

Cosa cura?

- Anomalie strutturali, quali scoliosi, iperlordosi, ipercifosi, ginocchia vare o valghe, piedi piatti o cav
- Anomalie articolari cervicali, dorsali o lombar
- Anomalie respiratorie che riguardino l'escursione toracica, diaframmatica, la frequenza ed il ritmo ventilatorio
- Limitazioni funzionali post - traumatiche e post operatorie
- Patologie dello sport, agonistico e non
- Malattie neurologiche

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento viene eseguito mediamente 2-3 volte alla settimana. Ogni seduta ha una durata di circa 30/45 minuti. Il ciclo si compone mediamente di 10 sedute.

METODO MÉZIERES

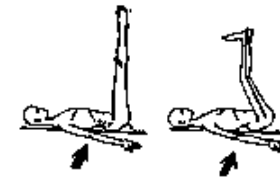
Che cos'è?

E' una tecnica di riabilitazione individuale ad approccio globale che, attraverso il ripristino della simmetria corporea, permette il recupero funzionale.

Il paziente è valutato nella sua totalità al fine di ricercare le contratture muscolari presenti e responsabili del problema.

Si tratterà di individuare come le tensioni muscolari, presenti in ognuno, alterino la normale simmetria corporea. Attraverso movimenti precisi ed esercitando i muscoli "dimenticati", si lavorerà per restituire lunghezza, elasticità e benessere alla muscolatura contratta. L'approccio è "dolce" applicabile in condizioni di ridotta resistenza o stress corporeo, adatto anche ai

bambini e alle persone anziane.



Cosa cura?

Il campo d'interesse è quello della patologia ortopedica:

- **Vertebrale** (scoliosi, iperlordosi, dorso curvo, compressione dei dischi intervertebrali e relative radicolopatie, sciatalgia, cervico-brachialgia, ecc.)
- **Articolare** (artrosi, periartrite scapolo-omerale, coxartrosi, ecc.)
- **Muscolare** (lombalgia, torcicollo, mialgie, ecc.)
- **Dismorfica** (lussazione temporo-mandibolare, scapolo-alate, ginocchia vare o valghe, piede piatto o cavo, alluce valgo, ecc.).

Prevenzione:

Il Metodo trova inoltre applicazione nell'ambito della medicina preventiva: si rivolge a coloro che, pur non

manifestando una patologia ortopedica, desiderano raggiungere e mantenere uno stato di benessere.

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento viene eseguito mediamente 3-5 volte alla settimana. Ogni seduta ha una durata di circa 30/45 minuti. Il ciclo si compone mediamente di 10 sedute.

MASSAGGIO DECONTRATTURANTE

Che cos'è?

Il massaggio decontratturante è un massaggio che scioglie le tensioni e le contratture che viene considerato un vero e proprio trattamento di benessere per i soggetti con dolore muscolare localizzato in distretti specifici a seguito di posture scorrette, sforzi fisici inadeguati, incidenti automobilistici o sul lavoro, cause organiche, emotive, da disordine alimentare o da stanchezza.

Quando un muscolo si contrae, si accorcia e, di conseguenza, limita l'ampiezza dell'estensione dei nostri movimenti. Questo dà la sensazione di sentirsi legati e irrigiditi. In alcuni casi provoca dolore e, in fase acuta, può bloccare i movimenti.

Il massaggio decontratturante è indicato nel trattamento:

- delle contratture: contrazione muscolare involontaria insistente e dolorosa;
- dei dolori e degli spasmi muscolari: possono dipendere da moltissime cause come esiti di una contusione, uno stato di stanchezza generale, da accumulo di cataboliti o da una scorretta alimentazione, oppure dovuti a contratture involontarie in persone ansiose che si mantengono in "difesa" e contratte;
- della rigidità: diminuito movimento articolare dovuto o ad indurimento dei muscoli o a blocco meccanico dell'articolazione
- dell'ansia: sensazione di angoscia che si accompagna a malessere e agitazione.

La tecnica consiste in manovre di pressione pura sfioramenti leggerissimi in fase acuta dolente o sfregamento profondo, vigoroso per una contrattura di vecchia data, impastamento per scollare e rendere più

elastici i tessuti, percussioni o battiture per avere effetto stimolante e vasodilatatorio.

A seconda del problema, del tessuto, della localizzazione e della fase in cui si trova la persona, si possono usare approcci e tecniche diverse per ogni soggetto.

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento può essere eseguito anche tutti i giorni oppure a giorni alterni. Ogni seduta ha una durata di circa 30 minuti. Il ciclo si compone mediamente di 5-10 sedute.



POMPAGE - TRAZIONI CERVICALI

Che cos'è?

Il Pompage è una forma di terapia che prevede la mobilizzazione delle fasce del corpo attraverso manovre di trazione manuale leggera e progressiva, applicate ai diversi distretti corporei. La tecnica si utilizza per il

trattamento delle sindromi dolorose di origine muscolo articolare e per le patologie artrosiche, ed è particolarmente indicata in quelle situazioni di elevata dolorabilità o in patologie del rachide legate alla presenza di protrusioni discali o ernie, nelle quali la decompressione articolare gioca un ruolo terapeutico fondamentale.

Frequenza - Durata del trattamento: il trattamento può essere eseguito anche tutti i giorni oppure a giorni alterni. Ogni seduta ha una durata di circa 30 minuti. Il ciclo si compone mediamente di 10 sedute.

TAPING NEURO MUSCOLARE

Che cos'è?

Il taping neuromuscolare è una tecnica basata su processi di auto guarigione del corpo: i muscoli sono responsabili non solo dei movimenti, ma anche del controllo della circolazione sanguigna e della circolazione linfatica, quindi il loro funzionamento non appropriato induce differenti tipi di sintomi e patologie.

La tecnica è basata su un concetto terapeutico in base al quale si agevolano i movimenti. I muscoli aiutano il corpo ad auto guarirsi e la sua efficacia si mostra attraverso l'attivazione dei sistemi neurologici e di circolazione.

Quando un muscolo è infiammato, gonfio e rigido, lo spazio tra la pelle e il muscolo è compresso e di conseguenza vi è una riduzione della circolazione sanguigna e del liquido linfatico.

Come funziona?

Il tape si applica con vari gradi di tensione che dipendono dall'effetto terapeutico desiderato dal fisioterapista.

Le applicazioni del bendaggio possono aiutare a ridurre l'infiammazione, la fatica muscolare, ridurre il dolore, correggere la postura, facilitando il drenaggio linfatico tramite il sollevamento della pelle.

Appena il corpo si muove, il tape funziona come una pompa, stimolando continuamente la circolazione linfatica. Quando la tecnica riduce la pressione locale sui recettori del dolore, il dolore muscolare si dovrebbe

ridurre.

L'applicazione precisa del tape è essenziale per drenare il fluido linfatico in una particolare direzione.





Fisiomedical

VIADANA • POMPONESCO • BOZZOLO

SERVIZIO DI FISIOTERAPIA E TERAPIE FISICHE

Attivo tutti i pomeriggi dal lunedì al venerdì su appuntamento

Corsi di ginnastica di gruppo dolce e/o riabilitativa

Fisiochinesiterapia (FKT)

Ionoforesi

Laserterapia

Magnetoterapia

Massaggio Decontratturante

Metodo sec. McKenzie

Metodo sec. Mézières

Osteopatia

Pompages – Trazioni cervicali

Riabilitazione neurologica e neuromotoria

Riabilitazione temporo-mandibolare

Riabilitazione ortopedica

Rieducazione Posturale Globale (RPG)

Taping Neuro Muscolare

Tecarterapia

Tens

Terapia con onde d'urto

Ultrasuonoterapia

TRATTAMENTI ANCHE DOMICILIARI

VALUTAZIONI GRATUITE

TARIFFA SCONTATA PER UTENTI CON ETA SUPERIORE AI 65 ANNI