

Spotkaj się z Fizjoterapeutą. Kolejna odsłona bezpłatnych konsultacji ze specjalistami w Sali Obsługi Klienta w Lubuskim Oddziale NFZ.

Z bólami oraz dyskomfortem samopoczucia fizycznego spotykamy się coraz częściej. Nie zawsze dotyczy to osób z niepełnosprawnościami lub po wypadkach ale także osób które ze względu np. na siedzący, stresujący tryb życia zmagają się z różnymi bólami, przeciążeniami i napięciami w ciele. Nasze konsultacje z fizjoterapeutami to przede wszystkim edukacja w tym zakresie oraz sposoby radzenia sobie na co dzień. Podczas indywidualnych spotkań specjalistki będą mogły określić pacjentowi potencjalne przyczyny problemu i omówić z nim, skąd one się biorą a co najważniejsze jak je niwelować czy im zapobiegać. Pamiętajmy, że nasze zaangażowanie ma również bardzo duży wpływ na to jak sprawne jest nasze ciało dzisiaj i jakie będzie w przyszłości. Odpowiedni zestaw ćwiczeń do samodzielnego wykonywania np. w domu czy w pracy jest idealnym rozwiązaniem. I w tym zakresie również będziemy mogli liczyć na profesjonalne sugestie fizjoterapeutów, bo ważne jest to, by każdy ćwiczył adekwatnie do swoich możliwości. Konsultacje odbędą 22 maja, w godzinach 13.30-15.30. Partnerem akcji jest KIF Oddział Lubuski.