

Φυσικοθεραπευτήριο Χαράλαμπος Ζαχαριάδης



Ακροπόλεως 17, Καλογρέζα
Τηλέφωνο για ραντεβού: 210 27 92 661
www.zachariadis.gr

Χαθαρωτικό Μασάζ

Ήπια μάλαξη με αργό ρυθμό.

- οξυγονώνει τους μύες του σώματος
- εκτονώνει την ένταση
- καταπραΰνει το stress
- προσφέρει ξεκούραση και ευεξία
- ανακουφίζει ημικρανίες και πονοκεφάλους
- Βοηθά στον καλό ύπνο
- Βοηθά στην αντιμετώπιση της κατάθλιψης
- Διάρκεια 15' ή 30'

Αθλητικό Μασάζ

Μάλαξη που βοηθά τους αθλούμενους.

- ανακουφίζει τους μυϊκούς πόνους και τους σπασμούς
- αποιρέπει τους τραυματισμούς και επιταχύνει την ανάρρωση
- αυξάνει την ελαστικότητα και την ευκαμψία
- ανακουφίζει τα trigger points
- Διάρκεια 15' ή 30'

Σουηδικό Μασάζ

Κλασικό μασάζ με ήπιους χειρισμούς.

- κατάλληλο για όλες τις ηλικίες
- διευκολύνει την κίνηση
- ανακουφίζει ημικρανίες και πονοκεφάλους
- διατηρεί την καλή υγεία
- προκαλεί ευεξία
- ευχάριστο και αναζωογονητικό
- Διάρκεια 15' ή 30'

Hot Stones

Χρησιμοποιούνται θερμές πέτρες από ηφαιστειακό υλικό σε συνδυασμό με το σουηδικό μασάζ.

- καταπραΰνει την μυϊκή ένταση
- διευκολύνει την κυκλοφορία του αίματος
- μειώνει τους πόνους
- ανακουφίζει ημικρανίες και πονοκεφάλους
- απελευθερώνει από το stress, Βοηθά στον καλό ύπνο
- Διάρκεια 30'

Θεραπευτική Γυμναστική

Άσκηση σχεδιασμένη για αποκατάσταση μετά από οποιαδήποτε σωματική δυσλειτουργία.

- εξατομικευμένο πρόγραμμα ασκήσεων
- στοχεύει είτε σε ένα εντοπισμένο σημείο του σώματος είτε στη συνολική βελτίωση της κινητικής κατάστασης του ατόμου.
- οδηγεί στην επαναφορά στις καθημερινές και στις αθλητικές δραστηριότητες.

Πελματογράφημα

Το πελματογράφημα είναι σύγχρονη διαγνωστική εξέταση, απόλυτα ασφαλής για την υγεία. Απευθύνεται σε όλους, στα παιδιά στους αθλητές, στους εργαζόμενους, σε ανθρώπους μεγαλύτερης ηλικίας. Οδηγεί στην κατασκευή εξατομικευμένων πελμάτων. Η σύγχρονη αυτή τεχνολογία αντιμετωπίζει προβλήματα όπως:

- πλατυποδία, κοίλοποδία
- βλαισοποδία, ραιβοποδία
- πτώση κεφαλών μεταταρσίων
- άκανθα πτέρνας
- πελματιαία σπασμωδικότητα
- βλαισός μεγάλος δάκτυλος (κότσι)
- σύνδρομο διαμερισμάτων κνήμης
- τενονίτιδες ποδοκνημικής
- παθήσεις γονάτων ισχίων
- σφραυαλγίες, ισχιαλγίες
- ανισοσκελίες
- νευρολογικές παθήσεις
- αστάθεια Βάδισης
- ταλαιπωρημένα πόδια

www.zachariadis.gr