**Załącznik Nr 3**

**OPIS OFEROWANYCH USŁUG**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **l.P** | **RODZAJ USŁUGI** | **SPOSÓB REALIZACJI USŁUGI PRZEZ OFERENTA** |
| **1** | **KINEZYTERAPIA –** pod pojęciem kinezyterapia kryje się leczenie ruchem. Podstawą kinezyterapii są różnego rodzaju ćwiczenia lecznicze, inaczej nazywane gimnastyką leczniczą. Celem tych ćwiczeń jest przywrócenie pacjentowi pełnej sprawności lub, jeśli nie ma możliwości powrotu do pełnego zdrowia, chociaż częściowej sprawności fizycznej. Należy pamiętać, że kinezyterapia ma działać korzystnie nie tylko na układ ruchu, czyli kości, mięśnie i stawy, ale ma ona za zadanie wywierać również pozytywny i korzystny wpływ na inne układy naszego organizmu. Zadaniem kinezyterapii jest zatem również jak największe przywrócenie sprawności układu krążenia, układu oddechowego i nerwowego oraz przewodu pokarmowego i układu moczowo-płciowego. Kinezyterapia polega na wykonywaniu różnego rodzaju ćwiczeń, które mają za zadanie poprawić stan zdrowia pacjenta i przywrócić mu jak największą sprawność, która będzie mu umożliwiała dalszą rehabilitacje. Zabiegi kinezyterapii można podzielić na miejscowe i ogólne. Czym zatem różnią się od sobie ćwiczenia kinezyterapii? Ćwiczenia miejscowe dotyczą bezpośrednio zmienionego chorobowo narządu, zaś ćwiczenia ogólne składają się z zabiegów kinezyterapii, które dotyczą też części ciała nieobjętych chorobą. Wśród miejscowych ćwiczeń kinezyterapii wyróżnia się kilka rodzajów ćwiczeń. Zalicza się do nich zatem ćwiczenia bierne, które polegają na tym, że są one wykonywane przez kinezyterapeutę lub też specjalistyczną aparaturę bez czynnego udziału chorego. Kolejny rodzaj ćwiczeń kinezyterapii to ćwiczenia czynne, czyli takie, które pacjent wykonuje samodzielnie. Połączeniem tych dwóch rodzajów ćwiczeń są ćwiczenia czynno -bierne. Ponadto, jeszcze jednym zabiegiem kinezyterapii są ćwiczenia izometryczne, w przebiegu których dochodzi do czynnego napinania mięśni bez zmiany ich długości. Wyróżnia się także ćwiczenia w odciążeniu, w przebiegu których do wykonania ruchu dochodzi przy odciążeniu przez terapeutę ćwiczonego odcinka ciała. Jeszcze jednym rodzajem ćwiczeń miejscowych są ćwiczenia samowspomagane - pacjent siłą mięśni zdrowej kończyny wspomaga prace osłabionych mięśni. Do ćwiczeń miejscowych kinezyterapii zalicza się również wyciągi i ćwiczenia oddechowe. Jeśli zaś chodzi o ogólne zabiegi kinezyterapii, to obejmują one ćwiczenia w wodzie, ćwiczenia ogólnokondycyjne, ćwiczenia gimnastyki porannej oraz sport inwalidów. |  |
| **2.** | **METODA VOJTY STOSOWANA U DOROSŁYCH** W terapii Vojty aktywowane są wrodzone wzorce ruchowe. Terapeuta pracuje z pacjentem przez stymulowanie, w określony sposób, określone miejscu na ciele. Miejsce to określane jest strefą. Pacjent znajduje się w pozycji na brzuchu, plecach lub na boku. Poprzez powtarzanie aktywacji, na drodze odruchowej lokomocji, nieprawidłowa postawa i zaburzenia ruchu są korygowane. Odruchowa lokomocja buduje neurologiczną podstawę, dzięki której odtwarzają się drogi nerwowe. Na ich bazie powstają wzorce ruchowe dające spontanicznie poprawę postawy lub poprawę zaburzeń ruchu. Dzięki powtarzalności wyzwalania odruchowej lokomocji doprowadzamy u pacjentów do „odtwarzania połączeń” i/lub tworzenia się nowych połączeń w układzie nerwowym (między mózgiem a rdzeniem kręgowym).Określone funkcje mięśniowe są uruchamiane nieświadomie, co umożliwia automatyczne i sprawne wykonywanie spontanicznie codziennych czynności. Wyzwalanie u pacjentów określonych wzorców ruchowych odbywa się przeważnie w trzech określonych pozycjach wyjściowych. W tych pozycjach wyjściowych stosowane są różne kombinacje stref oraz różne ustawienia kątowe kończyn, co daje możliwość dostosowania programu terapii do indywidualnych potrzeb pacjenta. Terapia Vojty nie jest ograniczona do określonych jednostek chorobowych, daje możliwość zastosowania u pacjentów z różnymi dolegliwościami. Może być stosowana jako leczenie podstawowe przy każdym zaburzeniu ruchu i wykorzystywana u pacjentów w każdym wieku. Oprócz poprawy funkcji motorycznych terapia metody Vojty pozytywnie wpływa na funkcje:   * wegetatywne * psychiczne * emocjonalne   Terapia Vojty bazuje na wrodzonych wzorcach ruchowych, które są aktywowane bez udziału świadomości pacjenta, dając dostęp do informacji zawartych w układzie nerwowym. Po terapii Vojty ćwiczenia lub trening funkcjonalny pacjenta są łatwiejsze.  Wraz z poprawą ruchu i sterowaniem postawą wzrasta również zdolność koncentracji i wytrzymałość pacjenta. Dzięki temu terapia Vojty może budować podstawę dla innych terapii, jak logopedia, ergoterapia i psychoterapia. |  |
| **3.** | **TERAPIA RĘKI** jest terapią skupiającą się na obręczy barkowej i kończynach górnych. Celem terapii jest rozwijanie motoryki małej, czyli zdolności manualnych dziecka, oraz poprawa ruchów precyzyjnych. Terapia w podejściu całościowym obejmuje ruchomość łopatek i stawów kończyn górnych oraz normalizację napięcia mięśniowego. W zależności od występujących zaburzeń praca opiera się na wzmacnianiu siły mięśniowej kończyn górnych (niezbędnej do podporu), stymulacji czucia powierzchniowego lub głębokiego (dostarczenie bodźców dotykowych), doskonaleniu zdolności chwytu, doskonaleniu kontroli wzrokowo-ruchowej oraz skoordynowaniu pracy oburącz. |  |
| **4.** | **MASAŻE REHABILITACYJNE** można stosować zwłaszcza po różnego typu wypadkach, by odzyskać sprawność mięśni i ciała. Są świetnym dodatkiem do ćwiczeń wykonywanych podczas fizjoterapii; czasem mogą występować samoistnie. Są one niezwykle skuteczne w przypadku łagodzenia bólu kręgosłupa, stawów, mięśni oraz migrenowych bólów głowy. |  |
| **5.** | **PNF** (Proprioceptive Neuromuscular Facilitation) oznacza neurofizjologiczne oddziaływanie terapeutyczne na receptory ciała ludzkiego, które poprzez połączenia nerwowo-mięśniowe wpływa na ośrodkowy układ nerwowy i ułatwia choremu wykonanie upośledzonej czynności ruchowej  **Celem metody PNF** jest praca nad funkcją, której chory potrzebuje (np.: sięganie po przedmiot i podnoszenie, siadanie, chodzenie, utrzymywanie prawidłowej postawy ciała). Wykorzystuje się do tego zdrowe elementy jego narządu ruchu. PNF jest jedną z najlepszych metod fizjoterapeutycznych i ma szerokie zastosowanie w współczesnej rehabilitacji ruchowej.  W tradycyjnej fizjoterapii pracuje się nad siłą mięśni i zakresem ruchów w stawach – **w terapii PNF** są one środkiem terapeutycznym do zrealizowania utraconej w wyniku choroby funkcji. Terapia obejmuje: wykorzystywanie silnych i zdrowych regionów ciała - aby uruchomić rezerwy tkwiące w organizmie – siłę i potencjał poszukuje się w najsprawniejszych, bezbolesnych sferach ruchowych na ciele pacjenta, które poprzez mechanizm irradiacji, czyli przeniesienia pobudzenia wpływają na okolice chore i słabe;  ruchy naturalne – przebiegające trójpłaszczyznowo, zbliżone do aktywności dnia codziennego przez co aktywizują największą ilości mięśni;  wielokrotnie powtarzanie ruchów – które odtworzy przewodnictwo nerwowe i przypomni choremu jak je wykonywać samodzielnie;   * **pobudzanie wielu zmysłów chorego** – wykorzystuje się szereg stymulacji: dotykowej (kontakt manualny z chorym, poprzez odpowiedni chwyt), wizualnej (kontakt wzrokowy, aby kontrolować i korygować ruch wykonywany przez pacjenta), werbalnej (słowny opis ruchu poprzez krótkie i jasne komendy), pobudzenie proprioreceptorów (w mięśniach, ścięgnach, czy torebkach stawowych za pomocą odpowiednich technik); * możliwość pracy na materacu, na leżance, z piłami lub innym sprzętem oraz naukę chodzenia; * **usprawnianie funkcji wegetatywnych** – praca nad mimiką twarzy, funkcją połykania, artykulacji, regulacja pracy układu nerwowego oraz oddechowego poprzez oddziaływanie w obrębie tułowia i klatki piersiowej; * elementy treningu samoobsługi z wykorzystaniem przedmiotów codziennego użytku: nauka zmian pozycji ciała i ruchów globalnych, sięganie po przedmioty, poruszania się w obrębie łóżka, przesiadania się z wózka na toaletę, siadanie, wstawanie oraz chodzenie; * specjalne techniki uczące ruchu, koordynacji, stabilizujące, rozluźniające, mobilizujące, przeciwbólowe, m.in.: opór manualny (przekazuje informacje na temat kierunku, kolejności i szybkości wykonywanego ruchu), trakcja (rozciąganie mięśni by przygotować je do ruchu), kompresja (poprawa stabilizacji i czucia głębokiego), stretching (pobudzenie mięśni do skurczu), rytmiczne pobudzanie ruchu (ułatwienie) i kombinacja skurczów izotonicznych (poprawa koordynacji ruchów). |  |

**……………………………………………………………………**

**Podpis oferenta**