



## **CENTRO PRENOTAZIONI**

Piazza della Vittoria 14/8, 16121 Genova - Tel. 010.584158  
Via Piave 10/4, 17100 Savona - Tel. 019.801378

[info@reabilia.it](mailto:info@reabilia.it) | [www.reabilia.it](http://www.reabilia.it)

# Visita Fisiatrica Specialistica

Il **fisiatra** è un medico, quindi laureato in medicina e chirurgia, specializzato in medicina fisica e riabilitativa, con particolare esperienza nel trattamento di disabilità causate dalle diverse affezioni patologiche e con competenze specifiche in ambito neuromuscolare, biomeccanico - ergonomico, osteoarticolare, cognitivo - relazionale. Possiede peculiari conoscenze sulle problematiche funzionali cardiovascolari, respiratorie, uro - ginecologiche, metaboliche e nutrizionali.



Il fisiatra ha competenze per valutare e approfondire le problematiche relative alla limitazione dell'autonomia e partecipazione della persona in relazione al proprio ambiente fisico, familiare, lavorativo e sociale; mira, pertanto, al massimo recupero delle funzioni ed abilità con un approccio olistico alla persona.



Lavora in team multiprofessionale e interdisciplinare coordinandolo nella realizzazione del **Progetto Riabilitativo Individuale (PRI)**, avendo come obiettivo l'outcome attraverso il massimo recupero delle funzioni e abilità della persona.

Attraverso la visita fisiatrica si individua il protocollo medico specialistico e le prestazioni riabilitative necessarie, le modalità di intervento, la durata e frequenze delle prestazioni.

Il fisiatra effettua la diagnosi e la prognosi riabilitativa, è responsabile del progetto riabilitativo ed ha anche il compito di coordinare i diversi tipi di interventi tecnici.

L'atto medico del fisiatra si concretizza nelle prestazioni valutative cliniche, prestazioni diagnostiche strumentali (stabilometria, elettromiografia dinamica, gait analysis, etc), prescrizione di terapie farmacologiche, terapie riabilitative, ortesi e ausili, **esecuzione diretta di terapie mediche** (infiltrazioni articolari, tossina botulinica, casting, terapie manipolative, etc).



# Onde d'Urto Focali Duolith Storz Medical

Le onde d'urto sono onde acustiche ad alta energia utilizzate per effettuare un trattamento non invasivo: si tratta di impulsi pressori che generano una forza meccanica diretta, con l'obiettivo di trasferire energia sui tessuti corporei al fine di stimolarne i processi riparativi.

Le onde d'urto focali sono una prestazione esclusivamente medica ed utilizzano il sistema elettromagnetico e permettono di eseguire il trattamento con una gamma di energia compresa tra  $0,01 \text{ mJ/mm}^2$  e  $0,55 \text{ mJ/mm}^2$ , con una azione focale che può arrivare fino a 65 mm ed una efficacia terapeutica fino a 125 mm di profondità.



Grazie a queste specifiche onde d'urto è possibile regolare esattamente la profondità di penetrazione e focalizzare l'energia direttamente sull'area patologica da trattare, sia che essa si trovi in superficie sia che si trovi in profondità.

## INDICAZIONI

- Fratture e sindromi da stress
- Necrosi asettica testa omero/femore
- Ritardi di consolidamento/pseudoartrosi
- Algoneurodistrofia
- Rigidità articolare
- Calcificazione e ossificazione
- Fibromatosi di muscoli, legamenti, fasce
- Tendinopatia calcifica
- Epicondilite
- Tendiniti
- Fascite plantare con o senza spina calcaneare
- Disfunzione erettile
- Dolore pelvico cronico
- Induratio penis plastica

## CONTROINDICAZIONI

- Infezioni ossee
- Nei soggetti in giovane età, sulle cartilagini di accrescimento
- Alterata funzione della coagulazione
- Gravidanza
- Neoplasie

# Onde d'Urto Focali

## Dolore Urologico e Disfunzione Erettile

L'onda d'urto DUOLOTH SD1 ULTRA Storz Medical è impiegata efficacemente per il trattamento della disfunzione erettile di origine organica, della malattia di La Peyronie (Induratio penis Plastica) e della sindrome dolorosa pelvica cronica. Studi scientifici hanno dimostrato l'efficacia delle onde d'urto focalizzate in queste indicazioni.

### **VANTAGGI:**

- Terapia senza farmaci o chirurgia
- Breve durata del trattamento
- Nessun effetto collaterale
- Non richiede anestesia

### **DISFUNZIONE ERETTILE (DE)**

La Disfunzione erettile è un disturbo sessuale che compare piuttosto frequentemente con l'avanzare dell'età. Negli uomini che ne sono colpiti si manifesta con una persistente incapacità di raggiungere o mantenere un'erezione sufficiente nonostante l'eccitazione sessuale. Nella maggior parte dei casi le cause sono di tipo organico, in particolare problemi vascolari. Nell'ambito della terapia della ED, si applicano onde d'urto a bassa intensità su varie zone di trattamento del pene e dell'area perineale.

### **INDURATIO PENIS PLASTICA**

L'Induratio Penis Plastica (IPP) detta anche malattia di La Peyronie o più semplicemente "curvatura peniena acquisita", designa generalmente una malattia progressiva a carico del pene. La IPP si riscontra spesso nel momento in cui si tastano delle fibrosi dette placche. Durante il decorso si instaurano poi dolori e una curvatura del pene eretto che rende più difficile, o addirittura impossibile, avere rapporti sessuali. In caso di IPP cocclamata, i punti dolenti sul pene vengono trattati con onde d'urto extracorporee.

## SINDROME DOLOROSA PELVICA CRONICA

La sindrome dolorosa pelvica cronica (CPPS) è caratterizzata dalla presenza di dolore nella zona delle pelvi. Un altro sintomo è rappresentato dai disturbi della minzione senza che sia riscontrabile un'infezione delle vie urinarie. Una parte dei pazienti, inoltre, soffre di disturbi della funzione sessuale. Per la CPPS le onde d'urto sono applicate nella zona perineale e il trattamento si focalizza sulla muscolatura del diaframma pelvico e sulla prostata.



# Disfunzione Erettile (DE) Trattamento onde d'urto

## CHE COS'È LA DE?

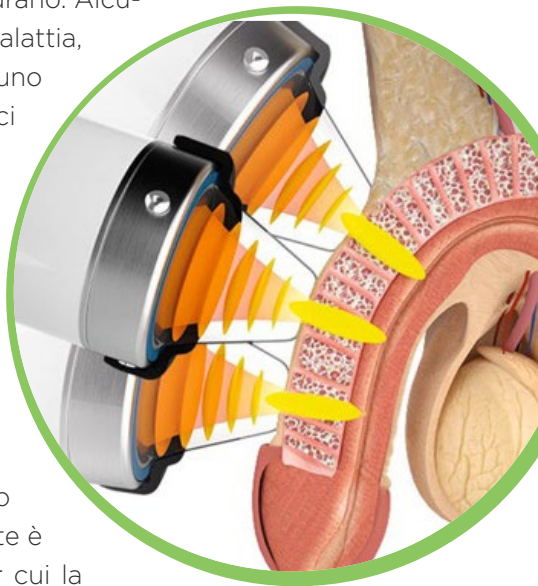
La disfunzione erettile è un disturbo sessuale largamente diffuso. Negli uomini che ne sono colpiti, si manifesta con una persistente incapacità di raggiungere o mantenere un'erezione sufficiente nonostante l'eccitazione sessuale. Tali disfunzioni possono peggiorare notevolmente la qualità di vita di coloro che ne sono colpiti e dei rispettivi partners.

Colpisce oltre 150 milioni di uomini in tutto il mondo e in Italia ben 3 milioni di uomini ne soffrono ma due su tre non si curano. Alcuni non percepiscono il problema come malattia, altri hanno difficoltà ad affrontarlo con uno specialista per imbarazzo. Un uomo su dieci con più di 21 anni soffre di disturbi legati all'erezione ma il disturbo compare piuttosto frequentemente con l'avanzare dell'età. La maggior parte degli uomini ne ha sofferto almeno una volta nella propria vita e questo è un dato assolutamente normale.

## CAUSE E TRATTAMENTO

Il disturbo può avere cause organiche o psicologiche, una causa piuttosto frequente è la **scarsa vascolarizzazione** del pene, per cui la quantità di sangue nei corpi cavernosi non basta a garantire una erezione soddisfacente. Per questo si parla di disfunzione erettile di origine vascolare.

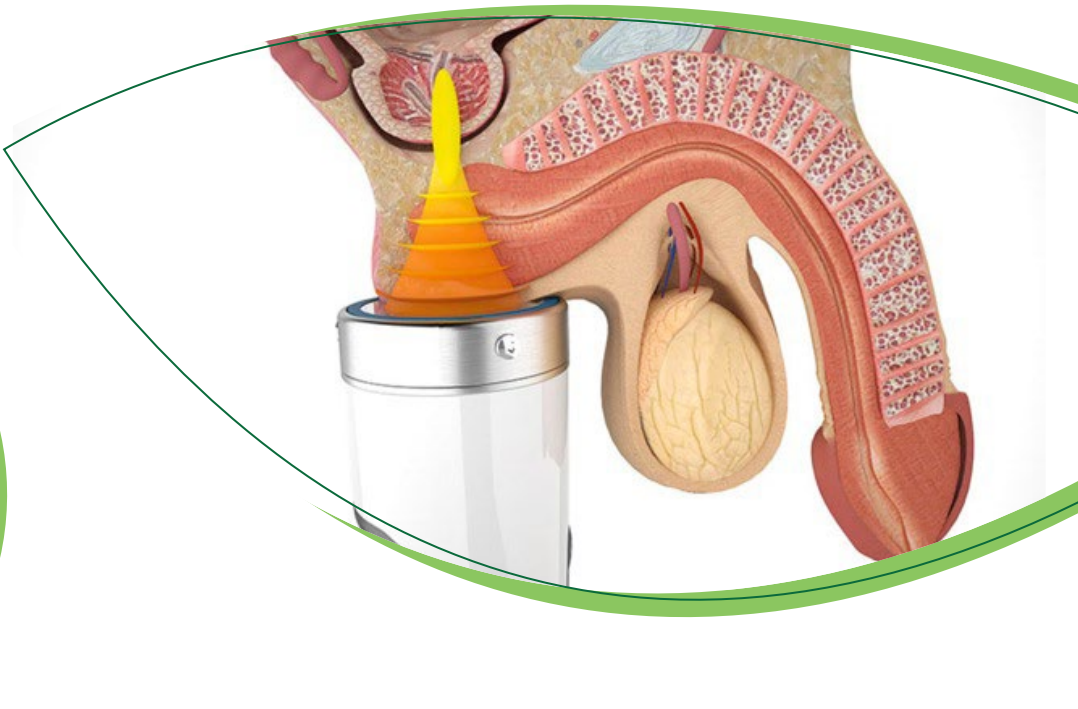
Di solito la terapia prevede l'impiego di farmaci, i quali però spesso non raggiungono l'effetto auspicato. Una valida alternativa è rappresentata dalla cosiddetta **“Terapia Extracorporea ad Onde d'Urto”** (ESWT).





## LA GESTIONE DELLA DISFUNZIONE ERETTILE IN REABILIA

La gestione di questo disturbo è interdisciplinare e richiede una diagnosi accurata ed una scelta terapeutica personalizzata. Nel Nostro Centro è a disposizione un **team dedicato** a questa problematica composto da Medici Urologi, Medici Andrologi, Medici Fisiatri e Professionisti dell'Area Riabilitativa. Il percorso Terapeutico e Riabilitativo prevede anche l'utilizzo dell'ultima tecnologia all'avanguardia di Onde d'Urto specifiche per problematiche relative al pavimento pelvico: disfunzioni erettili, Induratio Penis Plastica e dolore pelvico cronico.



Il Centro Reabilia si è dotato di questa apparecchiatura di ultima generazione che si distingue per la personalizzazione di una gamma energetica dinamica e potente e per la profondità terapeutica di fuoco selezionabile. Le aree profonde possono essere trattate senza difficoltà, in quanto l'ampia zona focale permette di accedere agevolmente e con elevata precisione al tessuto destinatario. Grazie a queste caratteristiche tecniche, il trattamento è più facile che con altri apparecchiature, poiché la profondità del fuoco consente di applicare le onde d'urto solo su un lato del pene.

# Onde d'Urto Radiali Masterpuls Ultra Storz

Le onde d'urto radiali possono essere effettuate sia dal Medico sia dal Fisioterapista. Si basano sul principio che l'energia si disperde radialmente attraverso la pelle e possono raggiungere una profondità fino a 5cm. Per questo motivo sono indicate soprattutto per il trattamento di patologie muscolo tendinee superficiali.

Tra i risultati ottenuti con questa particolare apparecchiatura si riscontra l'eliminazione e la prevenzione del dolore oltre che il rilascio e lo scollamento di aderenze fasciali: il macchinario infatti permette di trattare le fasce muscolari in base alla struttura delle stesse.

## INDICAZIONI

- Tendinopatie
- Dolore alla spalla e al tallone
- Punti trigger miofasciali
- Trattamento delle fasce muscolari
- Trattamento specifico di disturbi funzionali dolorosi del settore paravertebrale: grazie ad una specifica tecnologia che consente di raggiungere la muscolatura paravertebrale dell'intera colonna nel settore cervicale, toracico e lombare

# Energia Vibratoria V-Actor Storz Medical

Le vibrazioni proprie della muscolatura, con una frequenza che può arrivare a 35Hz, sono la forza motrice più potente dei processi microcircolatori. Le risonanze fini garantiscono un flusso in entrata e in uscita di nutrienti attraverso i più piccoli percorsi vascolari e linfatici della matrice extracellulare. Questo compito non sempre viene svolto in modo ottimale dal sistema cardiocircolatorio.

La riduzione delle vibrazioni muscolari fisiologiche abbassa l'apporto cellulare. Di conseguenza, possono manifestarsi tendenze ai crampi e contratture muscolari dolorose sotto forma di punti trigger.

L'applicatore V-ACTOR, dell'onda d'urto Storz medical, invia gli impulsi vibranti ai tessuti in modo puntuale e ciò consente di: sciogliere i blocchi energetici, migliorare la microcircolazione e portare via a sangue e linfa le scorie metaboliche. Come conseguenza generale si ottiene la distensione delle fasce e delle fibre muscolari che porta alla normalizzazione dello stato di tensione muscolare in quanto allevia le contratture e riduce gli accorciamenti.

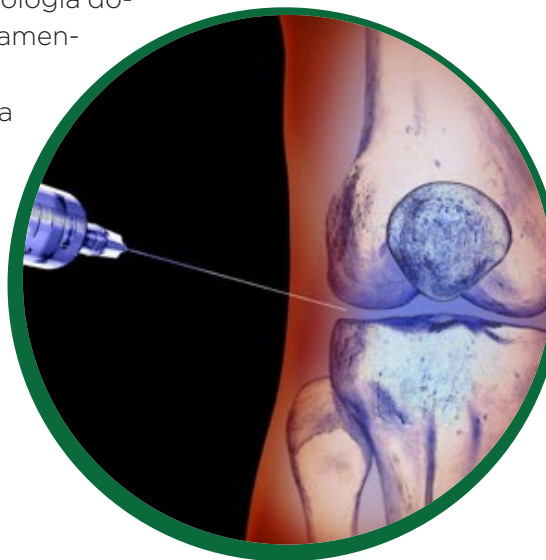
## RISULTATI

- Rilassamento muscolare e del tessuto connettivo
- Scollamento di aderenze
- Miglioramento della microcircolazione
- Scioglimento dei blocchi energetici

# Terapia Infiltrativa

La terapia infiltrativa articolare consiste nel praticare un'iniezione di farmaci (antinfiammatori, cortisonici, anestetici, trofici) nelle articolazioni (anca, ginocchio, spalla) per ridurre la sintomatologia dolorosa o in zone periarticolari per il trattamento di tendiniti, borsiti.

A volte questa procedura viene associata all'aspirazione di liquido ematico o sieroso contenuto nell'articolazione ed in alcuni casi viene effettuata con supporto ecografico che permette una più precisa individuazione del sito da trattare.



## I fisiatri del nostro centro eseguono:

- Infiltrazioni di cortisone;
- Infiltrazioni di acido ialuronico;
- Infiltrazioni con ossigenoozono;
- Infiltrazioni ecoguidate all'anca.

## INFILTRAZIONI DI CORTISONE

Le infiltrazioni di cortisone sono utilizzate nel trattamento conservativo di patologie articolari nelle quali è presente una componente infiammatoria come l'artrite reumatoide, l'artrite psoriasica, l'artrite gottosa e l'acutizzazione di processi artrosici. Le infiltrazioni di cortisonici prevedono l'iniezione del farmaco direttamente nell'articolazione interessata dai processi infiammatori. Analogamente, i cortisonici, possono essere iniettati localmente per trattare tendiniti e borsiti.

## INFILTRAZIONI DI ACIDO IALURONICO

L'acido ialuronico è una sostanza che il nostro corpo produce naturalmente ma che, in alcuni casi, va integrata tramite infiltrazioni.

Tale sostanza è presente nella pelle, nelle cartilagini articolari e nei tendini.

Esso è anche contenuto nel liquido sinoviale presente negli spazi intrarticolari; questo liquido agisce assorbendo gli urti e lubrificando le parti mobili articolari, protegge così le cartilagini e trasporta le sostanze nutritive alle cellule della cartilagine stessa. In situazioni di particolare carenza è dunque indispensabile integrare la produzione naturale.

Questa tecnica prevede l'iniezione intrarticolare di acido ialuronico ed è efficace nel trattamento delle artrosi articolari.

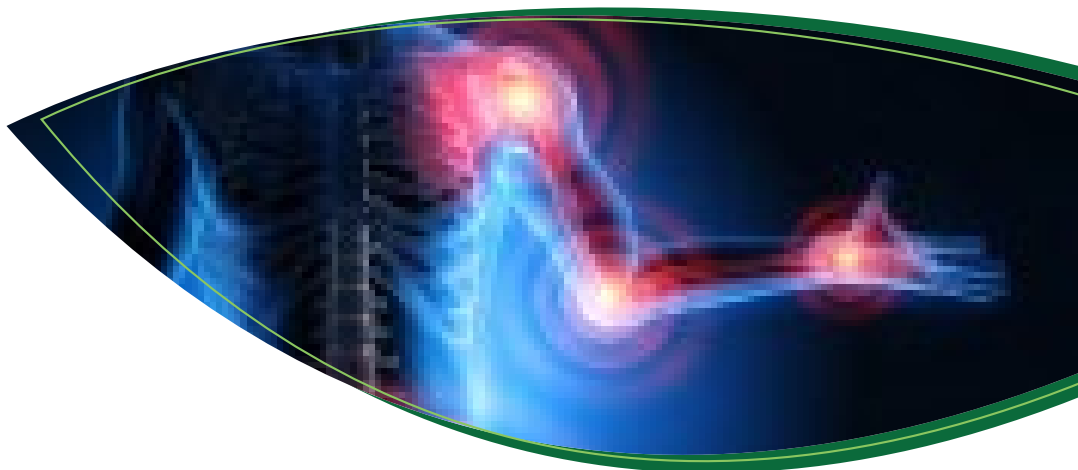
### **I BENEFICI DI QUESTO TIPO DI TRATTAMENTO SONO:**

- Attenuazione del dolore;
- Miglioramento della mobilità articolare;
- Prevenzione del degrado cartilagineo;
- Effetto antinfiammatorio con riduzione del versamento intrarticolare;
- Ricostruzione dello stato amorfo superficiale della cartilagine;
- Aumento della densità dei condrociti (cellule della cartilagine).

### **INFILTRAZIONI ECOGUIDATE**

Le infiltrazioni, soprattutto nella regione dell'anca, possono essere effettuate tramite l'ausilio dell'ecoguida: un metodo per ricercare il punto circoscritto in cui iniettare il farmaco evitando una dispersione. Il risultato è un'azione immediata, con benefici rapidi e intensi.

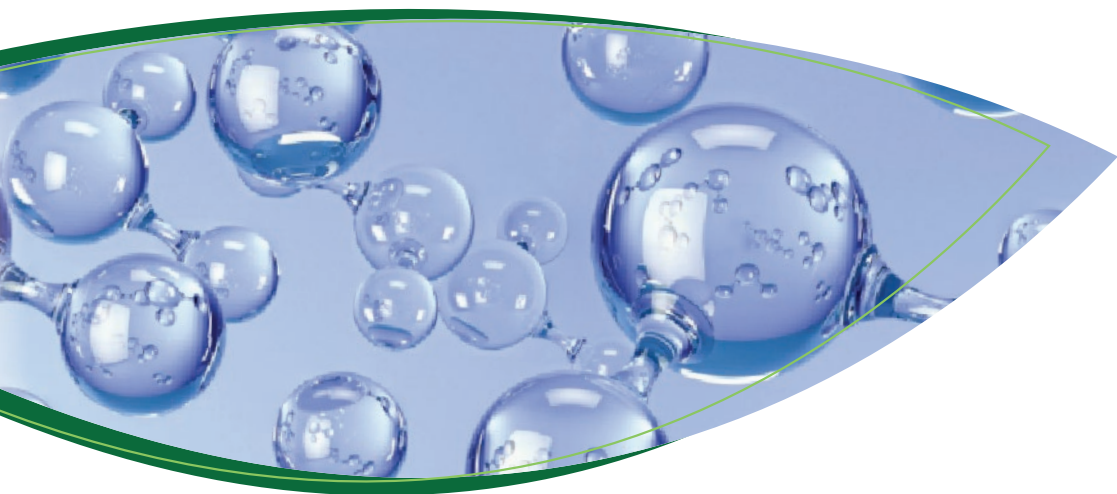
Questo tipo di terapia viene eseguita dall'azione combinata e simultanea di due fisioterapisti: il primo avrà lo scopo di identificare, mediante l'ecografo, la zona specifica da trattare ed il secondo che eseguirà l'infiltrazione stessa.



# Ossigeno Ozono Terapia

L'ossigeno-ozono terapia è una tecnica che sfrutta le potenzialità dell'ozono, combinato con l'ossigeno, di stimolare ed aumentare i meccanismi di protezione nei confronti della produzione di radicali liberi e di sostanze tossiche per le cellule, determinandone la riduzione.

Questo tipo di trattamento deve essere eseguito esclusivamente da un Medico.



**LE APPLICAZIONI DI OSSIGENO OZONO TERAPIA SONO PRIVE DI EFFETTI COLLATERALI, NON CAUSA ALLERGIE E NON PRESENTANO CONTROINDICAZIONI.**

L'ossigeno ozono terapia ha come effetto immediato l'attivazione della circolazione in tutti i tessuti favorendo, agli stessi, il rilascio dell'ossigeno. I benefici apportati dall'ossigeno ozono terapia sono molteplici: azione analgesica, antinfiammatoria, antivirale, antibatterica, antimicotica, immunomodulante e la stimolazione della rigenerazione dei tessuti.

## **LE TECNICHE PIÙ COMUNI:**

- Tecnica intramuscolare
- Sottocutanea intraarticolare
- Insufflazione rettale e/o vaginale.

## **QUESTO TIPO DI TRATTAMENTO RISULTA EFFICACE IN DIVERSE PATOLOGIE COME:**

- Ernia del disco;
- Lombalgia e cervicalgia;
- Lombosciatalgia;
- Artrosi di ginocchio, spalla e anca;
- Epicondiliti
- Tendinopatie
- Artriti
- Fibromialgia
- Esiti di traumi accidentali o chirurgici;
- Trattamenti delle infezioni uro - ginecologiche;
- Disturbi della circolazione arteriosa, venosa e linfatica;
- Cellulite;

# Massoterapia

La massoterapia comprende un insieme di manovre eseguite sul corpo con il fine di:

- Lenire dolori muscolari o articolari
- Allentare tensioni e affaticamento muscolare
- Tonificare il volume di alcuni tessuti
- Migliorare il benessere psichico del soggetto

## **BENEFICI:**

I benefici della massoterapia sono molteplici e riguardano l'intero organismo:

- Migliora la circolazione sanguigna e linfatica
- Genera rilassamento e detensione muscolare
- Produce un sensibile miglioramento della vascolarizzazione
- Aumenta l'elasticità della pelle e dei muscoli
- Determina un effetto rilassante e riesce ad alleviare il dolore
- Scioglie le contratture muscolari.





# Kinesiterapia

Con il termine kinesiterapia si intende l'esecuzione di una terapia per mezzo del movimento (dal greco "kinesi" = movimento), rappresentando così il punto cardine della riabilitazione. Si basa sull'esecuzione di esercizi (anche con l'utilizzo di bastoni, pesi, palloni, etc.) per il ripristino dell'adeguata funzione del tratto compromesso.

## INDICAZIONI:

La kinesiterapia è indicata a seguito di un prolungato allettamento o immobilizzazione a causa di interventi chirurgici, traumi e patologie neurologiche.

Inoltre è indicata in tutti i casi in cui il soggetto ha difficoltà a svolgere i normali movimenti e funzioni della vita quotidiana a causa di un problema articolare (ossa, tendini, legamenti), muscolare o neurologico.

La kinesioterapia rappresenta un'ottima forma di terapia nella riabilitazione geriatrica proprio perché, il suo fine ultimo, è il recupero delle normali attività di vita quotidiana e il miglioramento delle autonomie del soggetto.



# Riabilitazione Ortopedica

La riabilitazione ortopedica è rivolta al recupero di capacità funzionali motorie ridotte o perdute per malattie o traumatismi e al mantenimento e recupero di funzioni che vanno indebolendosi col corso di malattie croniche, ortopedico, esiti di traumi o malattie reumatologiche.

La riabilitazione ortopedica viene affrontata in diversi contesti in funzione dei **bisogni del paziente** e dell'avanzamento dell'evoluzione della malattia.

Il nostro protocollo operativo prevede, previa valutazione, l'inizio del trattamento fisioterapico, eventualmente integrate da terapie fisiche e strumentali, con successive periodiche revisioni del programma terapeutico rivolto al recupero funzionale e della massima autonomia del paziente, secondo un **progetto riabilitativo individuale**.

La riabilitazione è inoltre integrata con un programma di educazione alle misure di risparmio articolare e all'uso degli ausili che possono compensare, nella vita quotidiana, le eventuali limitazioni funzionali temporanee o residue non ulteriormente migliorabili alla fine del trattamento riabilitativo.



# Riabilitazione Post Traumatica

La fisioterapia è tra le terapie meno invasive per il paziente che ha bisogno di recuperare le funzioni motorie, qualsiasi ne sia la causa. Si basa sull'esercizio fisico mirato a **recuperare le abilità perdute**: deambulazione, movimenti delle articolazioni, tono muscolare, etc. In questo tipo di terapia è molto importante l'intesa collaborativa tra paziente e fisioterapista che lo accompagna durante tutto il percorso di benessere non solo fisico ma anche psicologico, emozionale e sociale.

Per questo ogni persona è seguita dallo stesso fisioterapista durante tutto il percorso di recupero.

A seguito di un intervento traumatico la fisioterapia riveste un'**importanza fondamentale ai fini della guarigione**.

Il ruolo del fisioterapista è quello di permettere al paziente una migliore e più veloce ripresa funzionale della propria attività quotidiana, lavorativa e sportiva, attraverso un programma di esercizi, terapie strumentali e tecniche specifiche.



# Riabilitazione Neurologica

La riabilitazione neurologica è rivolta a persone che hanno subito danni del sistema nervoso centrale o periferico in seguito a patologie congenite o acquisite.

La neuroriabilitazione si occupa del **recupero di funzionalità perse** a causa di lesioni nel sistema nervoso in fase acuta o post-acuta ma del recupero o mantenimento di abilità deficitarie a causa della compromissione del sistema nervoso in corso di patologie cronico - progressive, al fine di raggiungere un'autonomia parziale o completa nelle attività di vita quotidiana.

Partendo dal concetto che ogni nostra attività motoria viene totalmente comandata e continuamente controllata dal **sistema nervoso**, l'azione riabilitativa viene esplicitata da stimoli che, applicati in periferia, afferiscono al centro nervoso di controllo sfruttando le specifiche connessioni esistenti.



La riabilitazione neurologica, oltre all'intervento mirato al recupero del danno funzionale, si occupa, laddove il recupero stesso non sia completo, di individuare le strategie più adatte per permettere al paziente di utilizzare al meglio il proprio patrimonio residuo e di ridurre, quanto più possibile, le conseguenze sociali ed ambientali della disabilità.

Le problematiche più comuni includono alterazioni del tono muscolare, della forza, della sensibilità, dell'equilibrio, dei vari movimenti funzionali come la deambulazione, i passaggi posturali, le attività manuali, le attività di vita quotidiana o lavorative; a queste si aggiungono deficit a carico della sfera del linguaggio, a livello cognitivo - comportamentale o i disturbi urinari, fecali e sessuali.

Inizialmente l'obiettivo è quello di raggiungere il **livello di autonomia più alto possibile** dalla persona e successivamente mantenere e consolidare i risultati raggiunti.

Questo può avvenire solo con un intervento riabilitativo in equipe multidisciplinare per portare avanti un progetto riabilitativo condiviso tra tutte le varie figure professionali, il paziente ed il proprio nucleo familiare.

Le patologie più frequenti di interesse neuroriabilitativo sono esiti di ictus ed emorragie cerebrali, parkinson o parkinsonismi, atrofie multisistemiche, sclerosi multipla, paralisi cerebrali infantili, lesioni nervose periferiche, neuropatie, atassie.



# Riabilitazione dell'Equilibrio e Prevenzione delle Cadute

Nel corpo umano esistono tre sistemi che collaborano sinergicamente al fine di mantenere l'equilibrio: il Sistema Nervoso Centrale, sistema di controllo generale; il Sistema Sensoriale (sensibilità afferente dagli arti, sistema vestibolare, sistema visivo), che trasporta al cervello l'informazione circa il posizionamento di ogni parte del corpo nello spazio; il Sistema Motorio deputato a mettere in atto ogni movimento. Affinchè l'equilibrio sia garantito, questi tre sistemi devono essere perfettamente funzionanti. Quando ciò non avviene, e si manifesta un Disturbo dell'Equilibrio, prima ancora di iniziare una corretta riabilitazione specifica, è di fondamentale importanza



che la diagnosi delle cause di tali disturbi venga adeguatamente eseguita con esame clinico e test strumentali come la stabilometria che non solo consente di quantificare il disturbo, e quindi monitorare i risultati del trattamento, ma permette anche di distinguere quali componenti di controllo dell'equilibrio sono coinvolte nel disturbo.

## QUALI SONO LE CAUSE CHE POSSONO PROVOCARE UN DISTURBO DELL'EQUILIBRIO?

- Patologie neurologiche, causate dalla lesione del Sistema Nervoso Centrale, che impediscono l'efficienza del sistema di controllo predominante;
- Patologie a carico dei sistemi sensitivi che possono manifestarsi con disturbi di origine vestibolare (vertigini), disturbi visivi, disturbi della sensibilità superficiale e propriocettiva. Cause di questi ultimi disturbi possono essere l'invecchiamento dei sistemi che controllano l'equilibrio (negli anziani), patologie del Sistema Nervoso Periferico, ma anche lesioni legamentose/muscolo-tendinee, in quanto ricche di recettori della sensibilità propriocettiva;
- Alterazioni del sistema effectore: patologie articolari o deficit muscolari

La riabilitazione dell'equilibrio prevede programmi specifici per ogni tipo di deficit responsabile dell'alterato controllo posturale correlato ad una patologia (approccio personalizzato che richiede una diagnosi funzionale accurata). Nel paziente anziano o nel paziente neurologico è indispensabile inserire anche programmi di prevenzione e gestione delle cadute. Nell'atleta il training dell'equilibrio personalizzato permette di migliorare le performance dei gesti sportivi.

La sinergia tra Medici Specialisti e Professionisti dell'area Riabilitativa consente di creare un programma riabilitativo specifico per il paziente da trattare. Il percorso riabilitativo dell'equilibrio prevede sia esercizi fisioterapici che esercizi su attrezzature come pedane propriocettive con biofeedback, realtà virtuale, pedane per la riabilitazione vestibolare, tecniche di gestione delle cadute e di sollevamento da terra a seguito di cadute.

La valenza delle valutazioni interdisciplinari integrata ad esami diagnostici strumentali, consente di velocizzare il processo diagnostico e di individuare i programmi più idonei e personalizzati. A titolo esemplificativo, il percorso per pazienti con vertigini all'interno del Centro Reabilia è gestito da un team di Medici Specialisti che, tramite Visita Fisiatrica, Visita Otovestibolare ed esami strumentali effettuate in simultanea, individuano tempestivamente il percorso terapeutico.

# Riabilitazione Sportiva

Quando si parla di riabilitazione sportiva si intende l'elaborazione di un programma di trattamento riabilitativo dopo un infortunio di carattere sportivo. In caso di lesione, la riabilitazione sportiva, ha il compito di realizzare e supervisionare il programma impostato.

La riabilitazione in ambito sportivo deve basarsi, in primo luogo, sulla risposta fisiologica dei vari tessuti ad una lesione e sulla comprensione dei meccanismi di guarigione degli stessi.

Uno degli obiettivi è potenziare e velocizzare i tempi di recupero funzionale per cui spesso il trattamento riabilitativo, viene integrato con terapie fisiche volte alla gestione del dolore, riduzione dell'edema e dell'infiammazione. Per rispettare le esigenze dell'atleta e consentire una rapida ripresa dell'attività agonistica frequentemente viene incrementato il trattamento riabilitativo con strumenti di alta tecnologia.



## OBIETTIVI DEL PROGRAMMA RIABILITATIVO:

- Controllare il dolore e il gonfiore
- Limitare spasmi muscolari
- Prevenire le recidive
- Migliorare la resistenza del tessuto lesso



# Riabilitazione Respiratoria

La riabilitazione respiratoria è un programma multidisciplinare per pazienti con malattie respiratorie croniche che sono sintomatici e spesso hanno ridotto la qualità della vita quotidiana. Il progetto riabilitativo ha come obiettivo il miglioramento del grado di allenamento e della qualità della vita in pazienti affetti da malattie croniche polmonari o cardio - polmonari. Il programma riabilitativo viene impostato previa visita fisiologica ed in accordo con il proprio pneumologo curante. L'obiettivo principale della riabilitazione respiratoria è riportare il paziente al più alto livello possibile di funzione indipendente.

Durante tale riabilitazione spesso vengono monitorati, attraverso apparecchiature sofisticate, il battito, la saturazione di ossigeno e il livello di attività per far sì che l'allenamento avvenga nelle migliori condizioni.

## A CHI E' DEDICATA?

La riabilitazione respiratoria può essere indicata per:

- Pazienti affetti da malattie polmonari croniche come la broncopneumopatia cronica ostruttiva (bpcO)
- Pazienti affetti da asma bronchiale, fibrosi cistica e malattie dell'interstizio polmonare
- Pazienti affetti da malattie neurologiche con disturbi respiratori forti fumatori
- Pazienti affetti da sclerodermia, artrite reumatoide, gravi scoliosi





### LE SEDUTE DI RIABILITAZIONE POSSONO COMPRENDERE:

- Allenamento dei muscoli respiratori: fa riferimento all'esercizio diretto ai muscoli respiratori coadiuvate da tecniche manuali e può determinare il miglioramento della loro forza, mobilità/elasticità e tolleranza alla fatica.
- Tecniche di mobilizzazione articolare e rieducazione neuromuscolare sulla gabbia toracica volta a migliorare la sua mobilità.
- Tecniche di toilette bronchiale per favorire la rimozione delle secrezioni.
- Allenamento della resistenza tramite lavoro aerobico.
- Interval training: si tratta di una particolare modalità di allenamento per migliorare la resistenza allo sforzo in cui si alternano periodi di esercizio ad intensità più elevata con periodi di intensità ridotta o di pausa.
- Tecniche specifiche per favorire una migliore coordinazione pneumofonica.
- Esercizi di coordinazione respiratoria con vari gesti motori.
- Counselling.

# Riabilitazione Cardiologica

La riabilitazione cardiologica è un insieme di interventi volti a migliorare le condizioni fisiche, psicologiche e sociali dei pazienti con cardiopatia cronica o post - acuta, in modo da poter conservare o riprendere il proprio ruolo all'interno della società.

## QUESTO TIPO DI RIABILITAZIONE HA COME OBIETTIVI PRINCIPALI :

- Favorire la stabilità clinica del paziente;
- Ridurre il rischio di successivi eventi cardiovascolari e le disabilità conseguenti alla cardiopatia;
- Miglioramento di tolleranza allo sforzo fisico;
- Migliorare la capacità respiratoria;
- Ridurre dolore di origine osteo-mioarticolare post-chirurgico
- Ridurre aderenze cicatriziali post-chirurgiche;
- Migliorare la mobilità articolare e postura eventualmente alterate dopo interventi in ambito cardiocirurgico
- Garantire al paziente un maggiore autonomia e una migliore qualità della vita.



Quindi la riabilitazione cardiologica non è solo un insieme di atti terapeutici, ma anche una continua ed attenta assistenza per un reinserimento ed un costante supporto psicologico non limitato al solo paziente ma anche ai familiari.

### **IL PROGRAMMA RIABILITATIVO SI BASA SUI SEGUENTI ASPETTI:**

- Una attenta valutazione globale dei rischi cardiovascolari e della situazione clinica cardiologica (visita cardiologica; ecodoppler cardiaco; ecodoppler dei tronchi sovraortici o carotidi; elettrocardiogramma dinamico holter; etc)
- Una attenta valutazione fisiatrica sulla disabilità della persona dipendente sia dalla patologia cardiologica che delle altre patologie concomitanti; valutazione dell'apparato osteomioarticolare e performance respiratorie.
- Una valutazione dell'impatto psicologico della malattia sulla persona e familiari;
- Identificazione degli obiettivi da raggiungere in ambito riabilitativo;
- Preparazione di un programma di trattamento individuale;

Durante gli esercizi di riabilitazione cardiologica volti al miglioramento della tolleranza allo sforzo vengono monitorati, il battito, la saturazione di ossigeno, la pressione arteriosa e il livello di attività per far sì che l'allenamento avvenga nelle migliori condizioni.

# Rieducazione Pavimento Pelvico

## SINTOMI DI INDEBOLIMENTO DEL PAVIMENTO PELVICO NELL'UOMO

- Incontinenza urinaria/fecale;
- Stipsi;
- Ritenzione urinaria;
- Disfunzione erettile;
- Eiaculazione precoce;
- Dolore pelvico;
- Post intervento chirurgico alla prostata;
- Post interventi chirurgici colonproctologici;
- Vescica neurologica;
- Deficit della sensibilità;
- Neuropatie;



## SINTOMI DI INDEBOLIMENTO DEL PAVIMENTO PELVICO NELLA DONNA:

- Prolasso rettale, uterino, vescicale;
- Incontinenza urinaria/fecale;
- Urgenza minzionale;
- Ritenzione urinaria;
- Dolore mestruale;
- Stipsi;
- Dolore pelvico;
- Vescica neurologica;
- Deficit della sensibilità;
- Neuropatie;
- Post-parto;
- Disfunzioni sessuali femminili: secchezza vaginale, dispareunia, difficoltà di raggiungere l'orgasmo, etc;
- Post intervento isterectomia;
- Post interventi chirurgici colonproctologici.



## **PROGRAMMA TERAPEUTICO:**

### **CHINESITERAPIA PELVI-PERINEALE**

Consiste nell'esecuzione di esercizi di contrazione, coordinazione e rilassamento dei muscoli pelvici e addominali associato a tecniche manuali di facilitazione della contrazione, rilassamento o della sensibilità anche con uso di stimoli tattili, termici, propriocettivi.

### **TECAR TERAPIA**

Molte delle patologie che colpiscono il pavimento pelvico determinano l'indebolimento dei tessuti perineali. Una delle principali cause è la scarsa vascolarizzazione, a cui segue l'alterazione delle fibre di collagene. A tal proposito la tecar può rappresentare una soluzione efficace con risultati già visibili dopo poche sedute.



### **TRATTAMENTO CON BIOFEEDBACK EMG (ELETTROMIOGRAFICO)**

È un dispositivo che rileva l'attività muscolare dei muscoli attraverso elettrodi di superficie e non aghi, rendendola visibile su un monitor consentendo così al paziente di capire esattamente come sta eseguendo l'esercizio richiesto. Questo sistema facilita l'apprendimento e l'attività muscolare stessa velocizzando così il processo terapeutico.

## **ELETTROSTIMOLAZIONE FUNZIONALE**

È una elettroterapia che viene utilizzata per facilitare la contrazione muscolare ma anche per inibire la vescica quando questa è iperattiva

## **ELETTROTERAPIA ANTALGICA E DECONTRATTURANTE**

### **ONDE D'URTO**

Incrementa la vascolarizzazione tramite un processo di neoangiogenesi (formazione di nuovi vasi) per cui può venire utilizzata sia nella disfunzione erettile che in alcune patologie o disfunzioni che coinvolgono la muscolatura pelvica

### **ENERGIA VIBRANTE**

Ha lo scopo di facilitare la contrazione muscolare o il rilassamento muscolare e di ridurre il dolore.

Il programma terapeutico è ovviamente personalizzato in funzione della valutazione fisiatrica specifica per il pavimento pelvico. La visita fisiatrica del pavimento pelvico è una valutazione clinica che può essere coadiuvata da esami diagnostici come per esempio l'ecografia di quantificazione del residuo post-minzionale o l'elettromiografia dinamica del pavimento pelvico (rilevazione dell'attività muscolare con elettrodi di superficie) permettendo di quantificare e rilevare disfunzioni anche durante i movimenti. A fine diagnostici il medico fisiatra può richiedere ulteriori accertamenti o consulenza specialistiche per decidere e prescrivere al meglio il trattamento più adatto per ogni persona.

# R.P.G (Rieducazione Posturale Globale)

L'R.P.G. è un rivoluzionario ed efficace metodo riabilitativo, nato dalle ricerche biomeccaniche e neurofisiologiche del Professor Souchart, docente di fama internazionale, che ha cercato ed elaborato questa tecnica ad oggi insegnata e praticata in più di quattordici paesi.

La peculiarità dell'R.P.G. è di risalire, dal sintomo lamentato dal paziente, la sua causa primaria garantendone la risoluzione ed impedendo un'eventuale ripresentazione della sintomatologia algica, grazie alla correzione di tutti i compensi meccanici creati automaticamente dal nostro corpo per sopprimere al dolore. L'approccio terapeutico è individuale basato sulla situazione clinica e sulle attività del paziente visto che ognuno assume atteggiamenti posturali "scorretti" in risposta al dolore, all'ambiente lavorativo e agli hobbies, e "globale" poiché si interviene contemporaneamente su diverse strutture corporee garantendo una risoluzione rapida ed efficace delle problematiche del paziente permettendogli così di svolgere le attività che desidera nel miglior modo possibile.





## TRATTAMENTO

Il trattamento si basa su posture di allungamento muscolare che richiedono la partecipazione attiva del paziente inducendo durante la seduta un rilassamento delle catene muscolari contratte e rivolgendo una speciale attenzione alla respirazione.

## CAMPI DI APPLICAZIONE

- Problemi strutturali e deviazioni della colonna vertebrale: scoliosi, appiattimenti delle lordosi ed ipercifosi (gibbosità);
- Patologie dolorose del rachide: cervicalgie, dorsalgie, lombalgie (protrusioni, sciatiche, ernie);
- Cefalee e vertigini di origine meccanica;
- Parestesie/formicolii agli arti;
- Dolori cronici o acuti di origine traumatica/ reumatologica come artrosi e rigidità;
- Riequilibrio muscolare nello sportivo

In conclusione le caratteristiche dell'RPG la rendono una terapia adatta a qualunque tipo di paziente, dall'atleta all'anziano, dall'adolescente con scoliosi al lavoratore o a chiunque punti a una risoluzione definitiva della proprie problematiche acquisendo una migliore conoscenza della propria struttura corporea e del suo funzionamento. Presso i nostri centri di Genova e Savona vengono effettuate delle valutazioni preventive per inquadrare in modo chiaro ogni situazione ed avere così il proprio prospetto riabilitativo personalizzato.

# Back School

La Back School cioè la scuola della schiena è una metodica che rappresenta un intervento di tipo educativo a favore della colonna vertebrale per prevenire e curare il mal di schiena. Nasce con lo scopo di insegnare ed educare ad un uso sano della schiena, attraverso esercizi e posture, secondo quelli che sono i principi chinesiológicos e di ergonomia. Si è dimostrata la metodica più efficace e duratura nel trattamento della lombalgia e della lombo-sciatalgia ma, più in generale, è utile a chiunque desideri prendersi cura della salute della propria colonna vertebrale e desidero acquistare la consapevolezza dei suoi movimenti, rendendoli più armonici e migliorare la sua postura.



Si tratta di una tecnica che permette di passare da un trattamento passivo ad un trattamento attivo, rendendo il paziente, non più come un mero esecutore di esercizi ma parte attiva e cosciente del trattamento. Ciascuno viene messo nelle condizioni di conoscere come funziona e come è fatta la propria colonna vertebrale per poi indagare quali sono i meccanismi che innescano una dinamica dolorosa. Attraverso questo processo di consapevolezza si apprende un uso corretto della schiena attraverso posture efficaci e coerenti alle diverse azioni quotidiane. Inoltre si impara ad utiliz-

zare gli esercizi per prevenire o contrastare il dolore all'insorgenza di una ricaduta. Attraverso il controllo della respirazione e del rilassamento ci si rieduca a gestire meglio i propri stati di ansia e ad allentare le tensioni.



### **I PRINCIPALI OBIETTIVI DELLA BACK SCHOOL:**

- Usare correttamente la colonna vertebrale nelle varie posizioni/ posture e nei movimenti quotidiani;
- Insegnare al paziente gli esercizi utili per prevenire e combattere il dolore;
- Insegnare al paziente gli esercizi utili per colmare le proprie carenze di mobilità, di elasticità o di forza;
- Individuare le attività motorie o fisiche più idonee per ogni persona nonché i stili di vita più salutari

### **A CHI PUÒ ESSERE UTILE LA BACK SCHOOL?**

- Pazienti affetti da lombalgia o lombosciatalgia
- Pazienti affetti da cervicalgia o dorsalgia
- Post interventi per ernia discale, per stenosi o di stabilizzazione del rachide.
- Pazienti post o durante trattamento con ossigeno-ozonoterapia per patologie del rachide
- Pazienti con vizi posturali, con iperlordosi/ipercifosi, scoliosi
- Pazienti con osteoporosi
- Pazienti con spondilolistesi.

# Pilates Fisios

Il Pilates terapeutico è una tecnica riabilitativa che integra i principi originali del metodo Pilates con le più recenti conoscenze medico - scientifiche.

È un programma terapeutico che insegna a muoversi efficientemente senza dolore, evitando di sovraccaricare la schiena e le articolazioni. Attraverso un programma di esercizi si impara a riconoscere le tensioni, i movimenti alterati, e come poterli modificare per ritrovare e mantenere nel tempo uno stato di benessere diventando più consapevole e responsabile del proprio corpo.



Pilates Fisios consiste nell'esecuzione di esercizi nei quali i movimenti vengono controllati costantemente e modificati in base alle necessità di ogni paziente. Durante le sedute imparerai a muoverti correttamente, riprendendo le tue attività quotidiane, senza paura di farti male, senza più dolore e migliorando le prestazioni della tua attività sportiva.

# Trattamento McKenzie

Il trattamento secondo il metodo McKenzie permette di valutare e trattare le **problematiche legate al dolore della colonna vertebrale**.

Questo metodo, conosciuto in tutto il mondo, è stato sviluppato da un fisioterapista neozelandese, Robin McKenzie, ed è ormai utilizzato da oltre 30 anni. Il terapeuta, attraverso questa metodica, potrà valutare e trattare tutte quelle problematiche, scheletriche e muscolari, della colonna.

Una caratteristica fondamentale di questo metodo è la possibilità di fare una valutazione accurata delle problematiche legate alla colonna vertebrale per poi stabilire un piano di trattamento adeguato.

Per eseguire questa valutazione, viene chiesto alla persona di eseguire determinati movimenti e di mantenere posizioni specifiche. La differenza principale rispetto alla maggior parte delle altre valutazioni è l'utilizzo di movimenti ripetuti piuttosto che singoli movimenti. In base all'insorgenza dei sintomi e alla capacità di movimento della persona di adattarsi a tali movimenti ripetuti, fornisce al terapeuta le informazioni necessarie ad impostare gli esercizi specifici e le posture da eseguire e quelle da evitare momentaneamente.

Lo scopo è quello di avere un **miglior effetto** con una minima ripetizione di sessioni. Il paziente, secondo questa metodica, viene coinvolto in prima persona in quanto potrà imparare a trattare autonomamente il problema ed entrare in possesso della conoscenza su come minimizzare il rischio di ricadute.



# Riabilitazione Disturbi Vascolari

La riabilitazione dei disturbi vascolari comprende la gestione di insufficienze venose, linfatiche o linfovenose a carico degli arti.

Comprende inoltre il trattamento della panniculopatia edemo-fibro-sclerotica (anche conosciuta come cellulite) in quanto causata da una insufficienza del microcircolo nei tessuti cutanei oppure della panniculite che è uno stato infiammatorio del tessuto sotto cutaneo e che può essere associato a vasculite.



**L'insufficienza linfatica o linfo-venosa** viene gestita in ambito riabilitativo secondo le linee guida della Società Italiana di linfologia e comprende la terapia farmacologica, la cura della pelle, il linfodrenaggio manuale e strumentale, gli esercizi isotonici, l'elastocompressione (bendaggi specifici, calze elastiche).

# Drenaggio Linfatico Manuale

Il drenaggio linfatico manuale (DLM) rappresenta una tecnica che agisce sui vasi linfatici attivandone l'automatismo ed aiutando l'eliminazione del liquido interstiziale e della linfa.

Quando i liquidi corporei si accumulano nei tessuti, a causa di un danneggiamento o di malformazioni congenite delle vie linfatiche, il carico linfatico supera la capacità di trasporto e si possono verificare fenomeni di **stasi linfatica**; l'accumulo di alti livelli di materiale nei tessuti può sfociare in un linfedema.

In questi casi il drenaggio linfatico manuale promuove in misura notevole il recupero della funzione dei vasi linfatici.

Nel caso di linfedema in fase più avanzata, oltre all'accumulo di linfa (costituita da liquido con componente proteica) si crea anche fibrosi. Il linfo-drenaggio manuale è particolarmente indicato nella riduzione della componente proteica e nello sbrigliamento delle aree fibrotiche.

## IL DLM PUÒ ESSERE UTILE PER:

- Ridurre linfedemi da disuso, post chirurgici (esempio post mastectomia) o da patologie a carico vie linfo-venose.
- Alleviare pesantezza e gonfiore dovuti a congestione di liquidi negli arti;
- Ridurre la ritenzione idrica in gravidanza e nel periodo mestruale;
- Ridurre la cellulite;
- Favorire il rilassamento alleviando lo stress;
- Ridurre edemi ed ematomi dovuti ad interventi chirurgici o traumi agli arti



# PressoTerapia

La pressoterapia rappresenta una metodica fisico - compressiva che, tramite un'onda di pressione, esegue un massaggio drenante per i liquidi in eccesso degli arti superiori ed inferiori, svolgendo effetti benefici sul circolo venoso e linfatico.



## LA PRESSOTERAPIA È INDICATA PER:

- L'insufficienza circolatoria
- La stasi linfatica
- L'idro - lipo - distrofia (cellulite)
- Linfedema.

La pressoterapia può essere effettuata a pressione uniforme intermittente oppure peristaltico-sequenziale.

Nel linfedema favorisce il drenaggio soprattutto della componente liquida per cui spesso si associa al linfo-drenaggio manuale che ha invece una azione maggiore sulla componente proteica e fibrotica.

L'associazione di entrambe le terapie con azioni complementari permette di ottenere risultati più veloci ed efficaci.



# TecarTerapia

La tecar (terapia cellulare attiva) accelera il processo naturale di guarigione del corpo. La tecarterapia, grazie al nuovo Sistema Proionic®, permette di attivare il metabolismo cellulare ristabilendo il suo equilibrio, aumentando la vascolarizzazione e la temperatura interna nei tessuti trattati. Il risultato è una rapida accelerazione dei processi naturali di recupero del corpo umano, con una riduzione del dolore fin dalla prima seduta.

La tecarterapia ristabilisce il recupero dei movimenti, normalizza il tono muscolare e aumenta l'elasticità dei tessuti. Allo stesso tempo, il drenaggio prodotto, contribuisce alla regressione del processo infiammatorio.

Gli atleti professionisti si affidano alla terapia cellulare attiva per prevenire e curare le lesioni. L'esperienza nello sport professionale ci ha insegnato ad integrare il trattamento con la terapia manuale per ottenere una maggiore efficacia.

## GLI OBIETTIVI DI TALE TRATTAMENTO SONO:

- Accelerare il recupero;
- Alleviare il dolore;
- Facilitare la mobilizzazione;
- Trattare dolori recidivi;
- Ridurre l'infiammazione.

## LA TECARTERAPIA È EFFICACE PER:

- Osteoartrite, periartrite;
- Lamobalgia, dorsalgia, cervicalgia;
- Distorsioni, fratture, lesioni muscolari;
- Tendinite, borsite, dolori inguinali;
- Problemi del pavimento pelvico;
- Trattamento di fisioestetica.



# Tecar in Movimento

La Tecarterapia, nota anche come Trasferimento Energetico Capacitivo-Resistivo, è una moderna terapia fisica che trova particolare impiego nella cura di traumi e patologie infiammatorie dell'apparato muscolo-scheletrico.

La funzione è quella di consentire l'**attivazione del metabolismo cellulare** ristabilendo il suo equilibrio, aumentando la vascolarizzazione e la temperatura interna nei tessuti favorendone l'ossigenazione. Il risultato è una rapida accelerazione dei processi naturali di recupero del corpo umano, con riduzione del dolore fin dalla prima applicazione.

La Tecarterapia ristabilisce il recupero di movimenti, normalizza il tono muscolare e aumenta l'elasticità. Allo stesso tempo, il drenaggio prodotto, contribuisce alla **regressione** del **processo infiammatorio**.

La Tecarterapia può lavorare in due modalità: la modalità capacità, adatta alla cura dei problemi relativi ai tessuti molli, e la modalità resistiva, indicata per il trattamento dei disturbi ossei, articolari, cartilaginei ecc. Recentemente si è scoperta l'importanza dell'utilizzo della Tecar durante l'esercizio terapeutico.

La Tecarterapia in Movimento consente di localizzare il dolore riferito dal paziente in maniera specifica, convogliando l'azione benefica con una precisione assoluta, aumentando così l'efficacia della terapia stessa e quindi della riabilitazione fisioterapica.

La possibilità di unire gli effetti biologici



della Tecar sull'attività muscolare, durante l'esercizio attivo o attivo-assistito, favorisce e velocizza il **recupero funzionale di un gesto motorio** o atletico. Inoltre questo trattamento trova grande applicazione nei casi di rigidità articolare in cui è possibile ottenere un rapido aumento della R.O.M. articolare (Range of Motion) ossia dai gradi di libertà permessi da una specifica articolazione.



Altra applicazione si riscontra in caso di edema: la mobilizzazione facilita l'effetto drenante favorendo il riassorbimento dell'edema stesso. Il grande vantaggio della Tecarterapia in Movimento sta nel ridotto tempo di guarigione e risoluzione immediata del dolore.

Human Tecar 

L'endermologie LPG è una metodica che nasce in Francia nel 1990 per il trattamento delle cicatrici, le ustioni ed i tessuti muscolari danneggiati e che viene in seguito impiegata per il trattamento della cellulite, della ritenzione idrica e del linfedema con estremo successo. Il sistema si ispira al meccanismo del vacuum ossia del massaggio ad aspirazione particolarmente utile per la stimolazione del tessuto connettivo, della microcircolazione e del drenaggio linfatico.

L'endermologie LPG è una tecnica che grazie alla sua azione di massaggio profondo con aspirazione produce un effetto rilassante, linfodrenante, anti-edema, decontratturante, tonificante.

## **LE INDICAZIONE PRINCIPALE DEI TRATTAMENTI DI ENDERMOLOGIE SONO:**

- Il trattamento di processi infiammatori cronici dei tessuti adiposi di alcuni distretti corporei;
- Lo scollamento di cicatrici;
- Il trattamento di patologie o traumi in ambito muscolo-scheletrico;
- Il trattamento del linfedema.



## **CAMPI DI APPLICAZIONE:**

### **TRATTAMENTO DEL MUSCOLO IN AMBITO SPORTIVO**

Risulta particolarmente efficace in caso di contratture muscolari, nei postumi dell'affaticamento muscolare dopo sforzo intenso, nella preparazione della muscolatura per l'ottimizzazione di performance sportive, nei postumi di traumi muscolari in via di cicatrizzazione.

### **LINFODRENAGGIO**

È particolarmente efficace nel drenaggio linfatico ma anche nella riduzione di edemi di tipo post traumatico.

### **CICATRICI**

L'LPG è efficace nel trattamento di aderenze cicatriziali favorendo lo scorrimento dei tessuti adiacenti. In particolare le cicatrici in zone articolari o in corrispondenza di tendini possono limitare i movimenti perché impediscono il completo allungamento dei tessuti. Un efficace scollamento delle cicatrici permette lo scorrimento dei tessuti sottostanti come per esempio i tendini facilitando così il movimento.

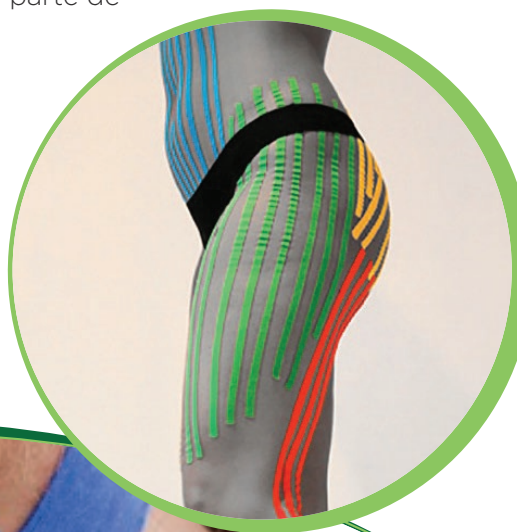


# Linfotaping

Con questo termine si intende l'utilizzo della tecnica denominata "Taping neuromuscolare" (TNM) in ambito linfatico.

Tape è un vocabolo inglese che significa "cerotto", infatti questa tecnica si basa sull'applicazione di un nastro adesivo in cotone, con particolari caratteristiche, alla cute pulita e almeno in parte depilata.

La tecnica del TNM nacque nel 1978, sulla base di una semplice ma geniale intuizione del chiropratico giapponese Kenzo Kase, il quale applicò un cerotto ad un muscolo, ottenendo un miglioramento della prestazione dello stesso, partendo dal presupposto di utilizzare la possibilità di assistenza "esterna" alla muscolatura.



L'utilizzo del TNM nell'ambito linfologico risale al 2000 e si rifà sempre al presupposto di utilizzare un'assistenza "esterna" ai sistemi vascolari e linfatici. Il linfotape garantisce un **effetto drenante** e, nello stesso tempo, antalgico.

La sua efficacia è attivata dal movimento che "fa grinzare" il cerotto, questa peculiarità è alla base della tecnica del TNM. Queste grinze, associate alla particolare trama ad onde della colla spalmata sul tape, producono un effetto di decompressione della cute e delle strutture vascolari e linfatiche sottostanti. Pur potendolo considerare una tecnica di bendaggio, questo approccio terapeutico non provoca compressione della cute, delle fasce e dei muscoli, di conseguenza non limita o riduce il movimento e non ostacola il fisiologico defluire di sangue e linfa.

È importante sottolineare che il TNM **non è imbevuto di nessun tipo di farmaco**, la sua efficacia è data dall'effetto meccanico che il tape, attraverso le grinze, provoca nei tessuti. L'efficacia del tape è data dalla capacità del fisioterapista nell'applicare correttamente il "cerotto" che può aderire ad un muscolo, ad un tendine o secondo i fisiologici deflussi linfatici, come nel caso del linfotape, al fine di "creare spazio" a livello interstiziale.

Il linfotape può essere lasciato in loco per circa 4/5 giorni, esplicando un effetto drenante 24 su 24; generalmente è ben tollerato e di rado provoca reazioni allergiche.

### **L'UTILIZZO DEL LINFOTAPE MIRA A:**

- Migliorare la circolazione sanguigna e linfatica;
- Drenare le congestioni;
- Rimuovere l'accumulo di carico linfatico presente nel tessuto interstiziale;
- Ridurre l'infiammazione ed il calore;
- Ridurre il dolore cutaneo e muscolare;
- Ridurre l'affaticamento muscolare;
- Ridurre l'edema;
- Facilitare il drenaggio degli ematomi;
- Ammorbidire le zone fibrotiche;
- Incrementare la libertà di movimento e l'ampiezza articolare;

Il linfotaping è controindicato in presenza di neoplasie, infezioni, flebiti, tromboflebiti, edema da insufficienza cardiaca.

# Taping NeuroMuscolare

Il Taping NeuroMuscolare (TNM) è una tecnica che consiste nell'applicazione di un nastro adesivo elastico (tape) sulla cute, con effetto diretto in loco. L'applicazione del tape può ridurre il dolore e facilitare il drenaggio linfatico tramite la formazione di pliche cutanee. Infatti, sollevando la cute, dilata gli spazi interstiziali e conseguentemente migliora la circolazione e l'assorbimento dei liquidi e riduce la pressione sottocutanea.



La tecnica del TNM, a differenza del taping tradizionale anelastico ed elastico, si basa sull'agevolazione dei movimenti cutanei e muscolari in modo da ottenere un effetto biomeccanico terapeutico sulle zone trattate.

I muscoli rappresentano uno dei bersagli più importanti su cui agisce il TNM, con effetti indiretti sulla circolazione venosa e linfatica.



Il nastro è costituito da uno strato di cotone di pochi millimetri di spessore con adesivo acrilico (latex free) spalmato ad onde. Il nastro presenta un'elasticità sovrapponibile a quella della cute, è elastico solo in lunghezza e resiste all'acqua.

L'applicazione insieme al movimento del corpo produce micromovimenti del nastro che stimolano i recettori cutanei e quelli degli strati sottostanti che determinano una risposta muscolare riflessa.



### **LE CARATTERISTICHE FONDAMENTALI DEL TNM CHE LO DIFFERENZIANO DA ALTRI TIPI DI TAPING E BENDAGGI, SONO SOSTANZIALMENTE:**

- Utilizzo di un nastro con particolari caratteristiche;
- Metodo di applicazione;
- Tecnica definita “decompressiva” e “compressiva”.
- Gli obiettivi principali del tn timer:
- Alleviare il dolore;
- Normalizzare la tensione muscolare;
- Rimuovere la congestione venosa e linfatica;
- Migliorare la vascolarizzazione sanguigna;
- Correggere l'allineamento articolare;
- Migliorare l'assetto posturale.

La tecnica del TNM può essere utilizzata come unica terapia o da utilizzarsi come terapia aggiuntiva da inserire in programmi terapeutici sia manuali sia strumentali.

# Osteopatia

“L’osteopatia è un approccio diagnostico e terapeutico manuale delle disfunzioni di mobilità articolare, viscerale e tissutale in generale, incentrata sul mantenimento e sul ripristino dello stato di salute dell’individuo piuttosto che sulla malattia.”

Si basa sulle teorie elaborate da A. Still (chirurgo statunitense e fondatore dell’Osteopatia) secondo cui :

l’essere umano è un unità dinamica di funzioni nel quale lo stato di salute è determinato dalla corretta relazione tra mente, corpo e spirito;  
il corpo possiede meccanismi di autoregolazione e autoguarigione;  
struttura fisica e funzionalità corporee sono strettamente correlate.

Il trattamento manuale della disfunzione osteopatica **normalizza struttura e funzione corporea** interrompendo il meccanismo patologico e favorendo così il ripristino del corretto equilibrio corporeo (omeostasi) e la cura totale o parziale del processo patologico, per quanto reso possibile dal quadro clinico del paziente.



## LE TECNICHE OSTEOPATICHE SI DIVIDONO IN:

### TECNICHE STRUTTURALI

Le tecniche strutturali sono definite tali poiché ristabiliscono la mobilità delle varie strutture tramite **tecniche di mobilizzazione articolari** dolci (tecniche riarticolatorie) oppure ad alta velocità (manipolazioni dirette). La specificità e la rapidità delle manipolazioni consente il recupero della mobilità articolare. Tali manipolazioni, oltre che puramente meccanica, hanno una forte influenza a livello neurologico in quanto favoriscono l'emissione di corretti impulsi dalle e alle terminazioni della parte trattata. Tecniche per i tessuti muscolari – tecniche volte sia alla inibizione di muscoli contratti, ipertonici che ad effetto tonificante ma anche di stimolazione/inibizione di propriocettori e meccanoceettori.

### TECNICHE FASCIALI

Il tessuto fasciale è un tessuto connettivo che avvolge ogni muscolo e gli collega tra loro e con altre strutture anatomiche presenti in tutto il corpo. Le tecniche manipolative di questo tessuti sono molto dolci dove l'obiettivo è il bilanciamento delle tensioni fasciali dell'apparato muscolo scheletrico seguendo il movimento inerente del tessuto ristabilendo anche l'aspetto circolatorio.

### TECNICHE CRANIO - SACRALI

Le tecniche craniali agiscono sul movimento di congruenza fra le ossa del cranio e il sacro, ristabilendo il normale “meccanismo respiratorio primario”, ossia quella combinazione di parti ossee, legamentose, muscolari e fasciali che consentono il riequilibrio e l'armonia delle funzioni craniosacrali. Con queste tecniche si agisce in particolare sulla vitalità dell'organismo, qualità fondamentale che permette agli esseri viventi di reagire con efficacia agli eventi di disturbo provenienti dall'ambiente esterno e da quello interno.

### TECNICHE VISCERALI

I visceri si muovono in modo specifico sotto l'influenza della pressione diaframmatica. Questa dinamica viscerale può essere modificata (restrizione di mobilità) o scomparire. Applicando una tecnica specifica, l'osteopatia permette all'organo di trovare la sua fisiologia naturale ed i disordini legati alla restrizione di mobilità saranno così corretti.

Il trattamento osteopatico mira, attraverso l'addome ed il diaframma, a ristabilire una buona mobilità viscerale.

# MagnetoTerapia

La magnetoterapia è una tecnica che si avvale dell'utilizzo di onde elettromagnetiche, capaci di interagire con le cellule senza provocare un aumento del calore corporeo.

Se applicate al nostro corpo, l'azione di tali onde, è in grado di ristabilire l'equilibrio biochimico delle cellule qualora questo sia compromesso, ripristinando la corretta funzionalità della membrana cellulare.

Allo stato fisiologico, le nostre cellule presentano una determinata carica elettrica, che diminuisce in caso di affezioni parapatologiche e patologiche vere e proprie. In questi casi, la membrana cellulare subisce una depolarizzazione, responsabile del dolore e dell'infiammazione.

- **GLI IMPULSI ELETTROMAGNETICI SVOLGONO LA FUNZIONE DI RIPOLARIZZARE.**
- **LA MAGNETOTERAPIA AGISCE SOPRATTUTTO SUL SISTEMA OSSEO, ARTICOLARE E VASCOLARE.**



## I PRINCIPALI BENEFICI DI QUESTA TERAPIA:

- Espleta un'azione antinfiammatoria;
- Effetto antalgico/antidolorifico;
- Aumenta la resistenza e la mineralizzazione ossea;
- Accelera la calcificazione delle fratture;
- Aumenta l'irrorazione vascolare e la velocità di scorrimento del sangue;
- Migliora la circolazione periferica;
- Accelera la cicatrizzazione di ferite, piaghe e dei tessuti molli;
- Migliora il metabolismo della cute;
- Svolge un'azione antinvecchiamento dei tessuti.

## CONTROINDICAZIONI DELLA MAGNETOTERAPIA:

- Gravidanza;
- Soggetti in età evolutiva (è necessario, infatti, che lo scheletro abbia completato la sua fase di sviluppo);
- Pace - maker o apparecchiature elettroniche (le onde elettromagnetiche potrebbero interferire con il loro corretto funzionamento);
- Neoplasie.

## LA MAGNETOTERAPIA È SCONSIGLIATA IN CASO DI:

- Disturbi ematologici o vascolari;
- Insufficienza coronarica;
- Alterazioni funzionali organiche;
- Iperfunzione tiroidea;
- Alcune malattie infettive;
- Epilessia;
- Psicopatologie;
- Sindromi endocrine;



Presso i Centri Reabilia è possibile avvalersi del servizio di noleggio di **Magnetoterapia.**

# UltrasuonoTerapia

L'ultrasuonoterapia prevede l'utilizzo di onde sonore con frequenza superiore alla soglia uditiva. La penetrazione di tali onde attraverso i tessuti ha un'azione di tipo meccanico (micromassaggio), termico e chimico.

## GLI EFFETTI BENEFICI DI TALE TERAPIA SONO:

- Analgesico;
- Antinfiammatorio;
- Decontratturante;
- Stimolazione della rigenerazione dei tessuti;
- Riassorbimento dell'ematoma.

## L'ULTRASUONOTERAPIA PUÒ ESSERE EFFETTUATA CON:

- TECNICA A CONTATTO, con l'interposizione di un gel tra la testina dell'apparecchio e la cute;
- IMMERSIONE IN ACQUA, quando si tratta di superfici irregolari come mani e piedi.

## CONTROINDICAZIONI:

- Portatori di pace - maker;
- Impianti cocleari;
- Donne in gravidanza;
- Presenza di tromboflebiti;
- Infezioni;
- Neoplasie;



# LaserTerapia

La laserterapia si avvale di un particolare tipo di radiazione luminosa, detta appunto laser, per attivare ed accelerare, mediante biostimolazione, le difese naturali del corpo, attraverso gli effetti prodotti dall'energia elettromagnetica originata dalla sorgente di luce laser.

La caratteristica principale della laserterapia è di sfruttare l'amplificazione dell'energia che arriva ad un alta intensità su una superficie molto piccola.

## I BENEFICI DELLA LASERTERAPIA SONO:

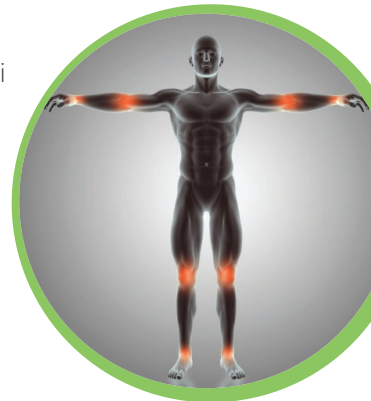
- Antalgico;
- Antinfiammatorio;
- Biostimolante, accelerando la cicatrizzazione di ulcere e piaghe oltre a favorire la riparazione delle lesioni muscolari;
- Decontratturante, per via dell'effetto termico e dell'aumento del metabolismo.

La laserterapia risulta quindi indicata in disfunzioni di origini miofasciali, forme dolorose a localizzazione muscolare, tendinea, legamentosa, articolare di natura infiammatoria o degenerativa, per favorire la cicatrizzazione tissutale.

Le patologie per le quali è indicata la laserterapia sono: tendiniti, distorsioni, contusioni, artrosi, tallonite, infiammazioni, edema, ematomi, ulcere, piaghe.

## LE CONTROINDICAZIONI DELLA LASERTERAPIA SONO:

- Presenza di carcinomi;
- Irradiazioni direttamente sull'utero in gravidanza;
- Epilessia



# Elettroterapia/Tens

Tens è l'acronimo di Elettrostimolazione nervosa transcutanea ed è utilizzata soprattutto per condizioni dolorose acute o croniche.

Il trattamento con la tens consiste nell'applicare, a livello della cute, degli impulsi elettrici allo scopo di stimolare specifiche fibre nervose. Quindi viene effettuata tramite impulsi che giungono al sistema nervoso periferico grazie agli elettrodi posti sulla zona che necessita di trattamento.

L'effetto antalgico della tens è da attribuire all'inibizione delle afferenze nervose coinvolte nella trasmissione nocicettiva (cioè del dolore).

La tens è, quindi, un metodo terapeutico non invasivo, efficace nel ridurre le manifestazioni dolorose causate da una vasta gamma di condizioni tra cui cervicalgia, dorsalgia, lombalgia, tendiniti, epicondiliti, etc.

Questo tipo di terapia è controindicata in portatori di pace - maker, neoplasie e donne in gravidanza.

## **CONTROINDICAZIONI:**

- Portatori di pace - maker;
- Neoplasie;
- Donne in gravidanza.



co



# Elettrostimolazione

L'elettrostimolazione è una terapia che ci permette di indurre contrazioni muscolari attraverso l'applicazione di un impulso elettrico, difatti mediante una piccola quantità di energia si attivano le placche motorie che determinano una contrazione del muscolo stimolato.

Con l'elettrostimolazione si ha la possibilità di modulare la frequenza e la durata dell'impulso ed allenare le fibre lente o veloci.

L'elettrostimolazione viene utilizzata principalmente per migliorare il trofismo muscolare in tutte quelle condizioni di ipotrofia (perdita di forza muscolare).

## **CAMPI DI APPLICAZIONI:**

- Persone con patologie neurologiche;
- Post - traumatiche;
- Post - operatorio.

## **CONTROINDICAZIONI:**

- Portatori di pace - maker;
- Neoplasie;
- Donne in gravidanza.
- Trombosi;
- Flebiti;
- Epilessia.





# Reabilia® SAVONA

