

MEDICÍNSKA TRÉNINGOVÁ TERAPIA PODĽA Dr.ALFENA

INDIKÁCIE:

1. Degeneratívne zmeny chrbtice (osteocondróza, facetová artróza, spinálna stenóza, M.Bechterev, spondylolistéza)
2. Ochorenia reumatického charakteru (artróza)
3. Poškodenie platničky, hernie, prolaps bez jednoznačnej operačnej indikácie
4. Pooperačné stavy (3 mesiace po operácii, podľa doporučenia operatéra)
5. Nešpecifické bolesti chrbta, svalová dysbalancia, zlé držanie tela
6. Bolesti hlavy, migréna
7. Pískanie a hučanie v ušiach
8. Osteoporóza, zohľadniť stupeň!
9. Prevencia

KONTRAINDIKÁCIE:

Primárne kontraindikácie:

1. Onkologické ochorenia
2. Neoplazma chrbtice
3. Spinálna infekcia
4. Kaudálny, medulárny, radikulárny syndróm s progredujúcimi neurologickými deficitmi
5. Aneurizma, vydutie aorty
6. Očné a brušné operácie – je možné cvičiť po 6 týždňoch
7. Celkový stav oslabenia pri chronických a systémových ochoreniach
8. Akútne ochorenia, chrípka, zápaly, teploty
9. Skoré pooperačné stavy chrbtice
10. Tehotenstvo
11. Kardioštimulátor
12. Trombóza
13. Akútne nekonsolidované zlomeniny chrbtice

Relatívne kontraindikácie:

1. Akútny koreňový syndróm
2. Ťažké srdcovo-obehové ochorenia, hypertenzia, arytmia
3. Pľúcne ochorenia, astma
4. Osteoporóza, osteomalácia
5. Stavy nedovoľujúce zvýšenie intraabdominálneho tlaku
6. Psychózy, klaustrofóbia