

## Tajemnice fizjoterapii

Czym jest fizjoterapia i jak nam może pomóc opowiedział słuchaczom Płockiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku Michał Kłosek, który jest fizjoterapeutą i osteopatą.

Prelegent wspomniał, że fizjoterapię często myli się z innymi pojęciami. Składa się ona z podkategorii: kinezyterapii, fizykoterapii i balneoterapii. Ta pierwsza oznacza leczenie ruchem. Jej podstawą są ćwiczenia samodzielne bądź siłami terapeuty. Drugie pojęcie to przekazywanie energii fizycznej, wykorzystując np. światło, prąd elektryczny, magnetyzm, ultradźwięki, niską temperaturę, aby pobudzić procesy biologiczne w tkankach.

Balneoterapia natomiast to ogólnie rzecz ujmując, zabiegi z wykorzystaniem wody, której terapeutyczne właściwości znane są od wieków. Kожarzy się ono głównie z leczeniem w uzdrowiskach.

Po wykładzie pt. „Fizjoterapeuta. Rehabilitacja. Fizykoterapia - co to jest? Fakty i mity”, który odbył się w sobotę, 16 grudnia, w Płockim MCK, seniorzy obejrżeli przedstawienie poetycko-teatralne „Pomóż nam kołedo” w wykonaniu grupy teatralnej „Pozbierani”, a później integrowali się w czasie wigilijnego spotkania. (mw)

foto: Małgorzata Wielechowska

Więcej zdjęć w Galerii