Osoby prowadzące terapię

Ter Aar: Krista van Kempen. Boskoop: Maaike Rutjes. Eveline van der Weijden (Nieuwkoop) i Mabel van der Winden (Ter Aar) są w trakcie studiów magisterskich terapii manualnej.

Informacje praktyczne

Wizyta możliwa bez skierowania. Cena różni się od zwykłej fizjoterapii, a limit dodatkowego ubezpieczenia jest często wspólny; sprawdź też osobny limit terapii manualnej.

Koszty i ubezpieczenie

Refundacja zależy od wskazania medycznego i polisy. Ubezpieczenie dodatkowe może pokrywać wizyty w ramach swoich warunków i limitów. Dla niektórych wskazań obowiązują odrębne zasady ubezpieczenia podstawowego. Może być wymagane skierowanie; u dorosłych zwykle obowiązuje ustawowy udział własny (eigen risico). Koszty bez refundacji ponosi pacjent. Zapytaj wcześniej o aktualną cenę.

Nasze placówki

Ter Aar
Medisch Centrum Vosholplein
Vosholplein 1-4, 2461 AA Ter Aar
0172-603434
teraar@fysiotopfit.nl

Boskoop
Medisch Centrum Boomgaard
Boomgaard 215F, 2771 PD Boskoop
0172-212147
boskoop@fysiotopfit.nl

Nieuwkoop
Maarten Freeke Wije 2D, 2421 TP Nieuwkoop
0172-575595
nieuwkoop@fysiotopfit.nl

Kontakt ogólny
085-0514000
blijftopfit@fysiotopfit.nl

WhatsApp
06-57250687
(tylko wiadomości, bez połączeń)

Zeskanuj kod i sprawdź godziny otwarcia

Pobierz nasze aplikacje

Fysio Topfit

Pobierz w App Store

Topfit met Toppie

POBIERZ Z Google Play

Pobierz bezpłatnie na iPhone'a i Androida.

Terapia manualna

w Fysio Topfit

Przy bólu lub sztywności stawów terapia manualna może być częścią leczenia. Łączymy badanie, edukację, ćwiczenia i w razie potrzeby techniki ręczne.

Umów wizytę

Zeskanuj kod QR lub zadzwoń: 085-0514000. Powiedz, jakiej terapii dotyczy zgłoszenie.

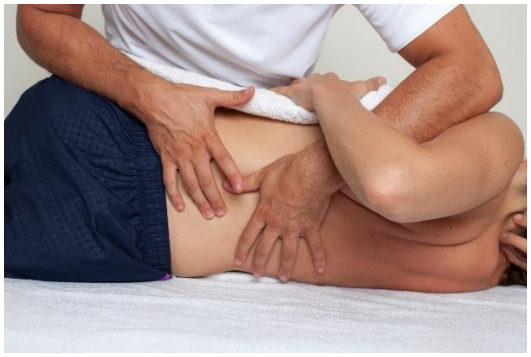
Więcej informacji: www.fysiotopfit.nl

Wersja 1.1 – listopad 2026

Kiedy może pomóc?

Terapia manualna dotyczy głównie dolegliwości ruchowych stawów i kręgosłupa, np. bólu szyi, pleców i niektórych bólów głowy. Ból promieniujący oceniamy starannie.

Wiele problemów można też leczyć zwykłą fizjoterapią. Omawiamy podejście do Twoich celów. Zawroty głowy i ból w klatce piersiowej nie muszą pochodzić z szyi lub pleców i mogą wymagać oceny lekarza.



Mobilizacja i manipulacja

Mobilizacja to spokojne ruchy stawu. Czasem proponuje się krótki, szybki ruch, czyli manipulację. Trzask nie oznacza nastawienia kości.

Wcześniej omawiamy cel, alternatywy, ryzyko i preferencje. Szczególnie przy manipulacji szyi należy uwzględnić rzadkie ciężkie powikłania. Technikę wykonujemy po ocenie bezpieczeństwa i za zgodą. Zawsze można wybrać alternatywę.



Ćwiczenia i ocena efektu

Techniki ręczne wspierają aktywną poprawę. Zwykle otrzymasz ćwiczenia i porady dotyczące obciążeń oraz codziennych czynności. Oceniamy efekty i zmieniamy nieskuteczne podejście.

Możliwa jest przejściowa bolesność. Przy nagłym nietypowym silnym bólu głowy lub szyi z podwójnym widzeniem, trudnością połykania lub mowy albo osłabieniem dzwoń pod 112. Zgłaszaj nowe lub narastające objawy.

Przed wizytą

Prosimy zabrać dokument tożsamości, dane ubezpieczenia oraz ewentualne skierowanie i wyniki badań. Warto założyć wygodny strój. Prosimy wcześniej zgłosić potrzebę wsparcia językowego lub komunikacyjnego.