Osoby prowadzące terapię

Darrel Badal jest fizjoterapeutą psychosomatycznym. Skontaktuj się, by omówić potrzeby i możliwości.

Informacje praktyczne

Skierowanie nie zawsze jest wymagane. Zabierz ważne informacje medyczne i wykaz wcześniejszych terapii.

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.

Fizjoterapia psychosomatyczna

w Fysio Topfit

Ból, zmęczenie, napięcie i objawy oddechowe mogą wzajemnie na siebie wpływać. Badamy ich związek z obciążeniami, myślami i emocjami.

Umów wizytę

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

Więcej informacji: www.fysiotopfit.nl

Wersja 1.1 – listopad 2026

Objawy są rzeczywiste

Czynniki fizyczne i psychiczne mogą wpływać na objawy. Nie oznacza to, że są wyobrażone ani spowodowane tylko stresem. Może współistnieć choroba medyczna.

Omawiamy dolegliwości, sen, plan dnia, regenerację, pracę i ważne wartości. Przy nowych lub niewyjaśnionych objawach oceniamy potrzebę wcześniejszej konsultacji z lekarzem.



Co robi terapeuta?

Wspólnie ustalamy cele i podejście: świadomość ciała, relaksacja, oddychanie, rozpoznawanie granic i dostosowanie aktywności.

Zwiększanie obciążeń zależy od reakcji. Zwłaszcza przy zmęczeniu coraz więcej ćwiczeń nie zawsze jest właściwe. Ustalamy równowagę wysiłku i odpoczynku i oceniamy efekty.



Współpraca i samoopieka

Stosuj poznane umiejętności codziennie i zgłaszaj, co pomaga lub przeciąża. Za zgodą współpracujemy z lekarzem, psychologiem i innymi.

Fizjoterapia nie zastępuje koniecznego leczenia medycznego lub psychologicznego. Nowe ciężkie objawy wymagają lekarza. Ostry ból w klatce z dusznością lub nagłe objawy neurologiczne: 112.

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.