



Holistic

CENTRUM
OSTEOPATII
I MEDYCYNY HOLISTYCZNEJ

OSTEOPATIA

Jest gałęzią medycyny, powstałą ponad 100 lat temu w USA. Twórcą był dr. A.T Still, lekarz medycyny. To holistyczne podejście do pacjenta, opierające się na przekonaniu, że organizm człowieka jest całością, a nie sumą niezależnych od siebie narządów i układów i to właśnie całościowa kondycja pacjenta jest przedmiotem działań osteopaty. To system diagnostyki i terapii. Leczenie polega na manualnym działaniu w celu zaktywizowania mechanizmów samoleczenia, a w konsekwencji regeneracji i gojenia. Dobierając formy pracy w zależności od potrzeb: strukturalne, wisceralne lub cranio - sacralne.

Konsultacja/terapia osteopatyczna

Cena: 200zł/40 - 50min.*

Konsultacja/terapia fizjoterapeutyczna

Cena: 200zł/40 - 50min.*

* Podany czas jest czasem orientacyjnym, dostosowanym do indywidualnego przypadku.



TERAPIA CRANIO - SACRALNA

Zwana również czaszkowo - krzyżową. To wyjątkowo delikatna metoda terapii manualnej (ok. 5 g nacisk) stosowana przy dolegliwościach związanych z ciałem, jak również z psychiką. Przez pracę z tkankami terapeuta wpływa na funkcjonowanie ośrodkowego ul. nerwowego i powiązanych z nim struktur. Eliminuje negatywne skutki stresu, wzmacnia odporność na choroby, wspomaga mechanizmy samoleczenia a tym samym poprawia ogólny stan zdrowia pacjenta. Terapia czaszkowo - krzyżowa to sztuka inteligentnego dotyku, ręce terapeuty wyczuwają nie tylko budowę anatomiczną ciała, ale potrafią odkryć też jego historię, zasoby i energię życiową. Terapia czaszkowo - krzyżowa wywodzi się z osteopatii. Została opracowana przez wybitnego lekarza - Williama Garnera Sutherlanda, a szerzej poznana światu dzięki działaniom dr. Johna E. Upledgera.

Terapia cranio - sacralna

Cena: 210zł/60min.



OSTEOPATIA - WSKAZANIA

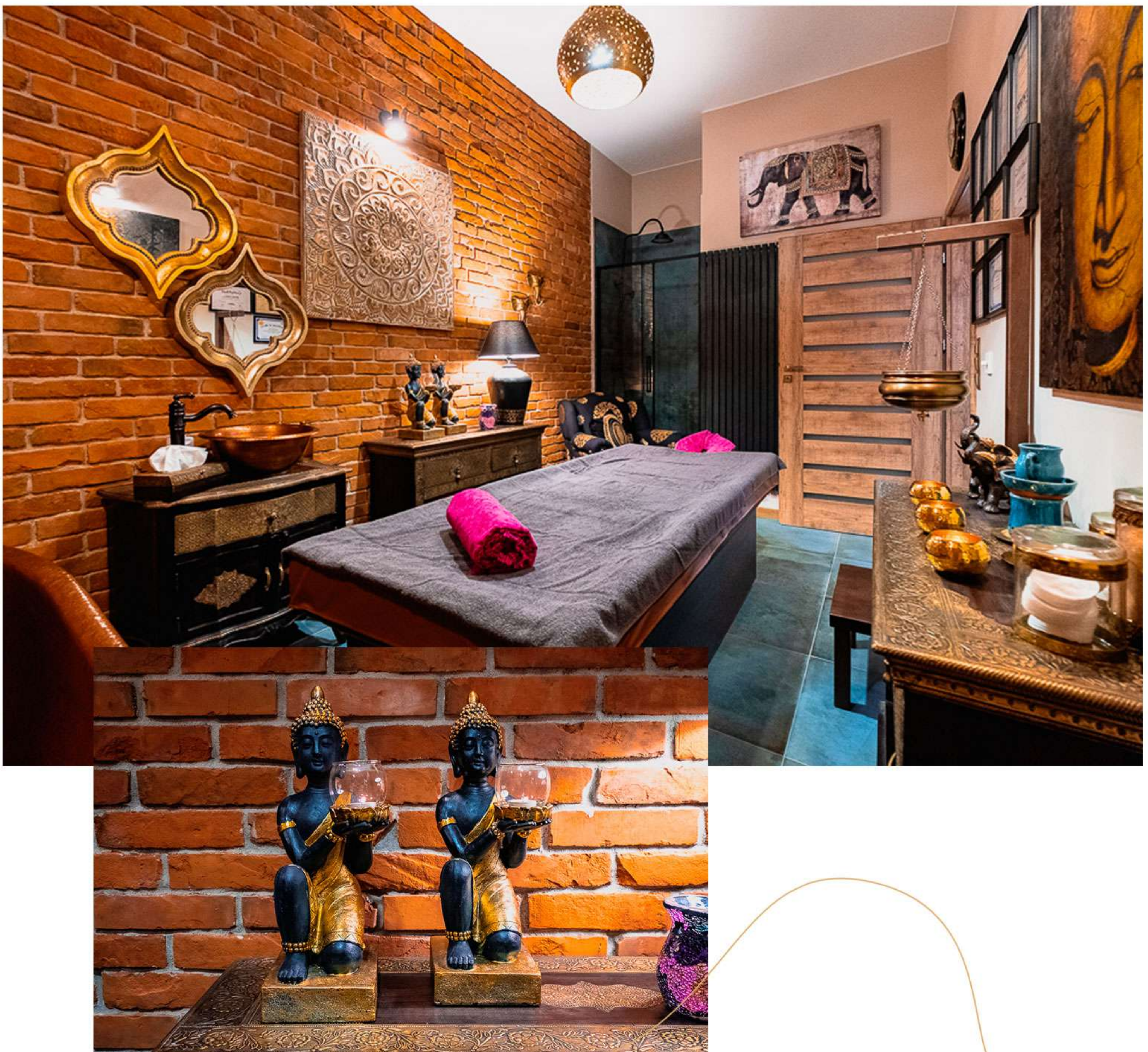
- wszelkie bóle kręgosłupa o różnym podłożu,
- rwa kulszowa, barkowa,
- bóle głowy, szyi, zawroty, migreny, szumy uszne,
- wszelkiego rodzaju urazy: kolan, kostek itp,
- wady postawy,
- bóle i zwyrodnienia stawów (barków, bioder, kolan),
- ostroga piętowa, łokieć tenisisty, golfisty, cieśń nadgarstka,
- dolegliwości o znamionach neurologicznych, np. stwardnienie rozsiane, porażenia nerwów,
- fibromialgia,
- chroniczne zmęczenie, zaburzenia snu, wyczerpanie psycho - fizyczne, stres, utrata sił witalnych, zaburzenia koncentracji, zespoły lękowe, depresje, nerwice,
- schorzenia układu pokarmowego (zespół jelita drażliwego, zaparcia, biegunki, refluks, zgaga, wzdęcia, zaburzenia żołądkowe itp.),
- schorzenia układu oddechowego (astma), krążenia (żylaki) i limfatycznego (obrzęki, stany po amputacjach),
- infekcje, stany zapalne,
- stany po przebytych operacjach, blizny, zrosty,
- rozejście m. prostego,
- szeroko pojęta rekonwalescencja po urazach, wypadkach oraz zabiegach chirurgicznych,
- problematyka urologiczna (infekcje pęcherza moczowego, wysiłkowe nietrzymanie moczu, obniżenie narządów, przerost prostaty),
- problematyka ginekologiczna, problem z zajściem w ciążę, bezpłodność, bóle menstruacyjne, endometrioza,
- zaburzenia gospodarki hormonalnej,
- dolegliwości związane z ciążą: mdłości, zgaga, bóle pleców, pachwin, obrzęki kończyn, przygotowanie do porodu,
- rekonwalescencja kobiet po porodzie,
- niemowlęta i noworodki po trudnych porodach, np. plagiocefalia itp,
- pediatryczne dolegliwości takie jak: kolki, refluks, asymetrie ciała, wzmożone i osłabione napięcie itp.,
- nawracające zapalenie zatok nosowych, ucha środkowego i migdałków,
- zaburzenia stawów skroniowo - żuchwowych, bruksizm, zaburzenia gryzienia,
- ból i sztywność, bezruch pacjentów w podeszłym wieku.

OSTEOPATIA - PRZECIWSKAZANIA

- osoby wymagające pilnej konsultacji lekarskiej, np. niewydolność oddechowo - krążeniowa,
- ciąża zagrożona,
- brak zgody pacjenta na wdrożenie leczenia tego typu,
- ciężkie psychogenne stany chorobowe.

TERAPIA CRANIO - SACRALNA - WSKAZANIA

- bóle i zawroty głowy, migreny,
- bóle kręgosłupa i kończyn,
- cierpnięcia, mrowienie,
- zespół jelita drażliwego, wzdęcia, zaparcia, wszelka problematyka układu pokarmowego,
- zaburzenia koncentracji, nadpobudliwość, stres, depresja, chroniczne zmęczenie,
- dysfunkcje stawów skroniowo - żuchwowych,
- nadwaga, "opuchnięcia", zaburzenia endokrynologiczne,
- zaburzenia snu,
- urazy czaszki (mózgu), rdzenia kręgowego,
- PTSD - Syndrom Stresu Pourazowego,
- zaburzenia pooperacyjne, pourazowe,
- bóle narządu ruchu podczas ciąży,
- mamy i maluszki po trudnych porodach,
- problematyka pediatryczna (wzmożone napięcia, płaczliwość, problem ze snem itp.).



AYURVEDA

Uznana przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) jako najstarszy na świecie system medyczny. Powstała w Indiach ponad 5 tysięcy lat temu.

ayus (życie) + veda (wiedza) = ayurveda (wiedza o życiu). Ayurvedę uważa się za matkę medycyny, a jej koncepcję stanowią podstawę medycyny chińskiej, arabskiej, greckiej (nawet sam Hipokrates zwany ojcem medycyny współczesnej czerpał z doświadczeń ayurvedy). Jest źródłem wiedzy o życiu, we wszystkich jego aspektach, opisuje korzystne lub niekorzystne sposoby życia i jak osiągnąć równowagę zdrowia i szczęście. Celem ayurvedy jest zachowanie zdrowia zdrowych i wyleczenie chorych.

Jambira pinda sveda

Masaż stemplami wypełnionymi cytryną i wiórkami kokosowymi, zanurzonymi w rozgrzanym oleju kokosowym. Stemple do masażu przygotowane są na świeżo, według tradycji starohinduskiej przed zabiegiem. Odpręża zmysły i zdrowotnie stymuluje ciało.

Cena: 320zł/60min.



Ratna Abhyanga

Masaż gorącymi kamieniami półszlachetnymi. Oprócz ciepła oddaje wyjątkową energię ziemi skupioną w kamieniach. Polecany w okresie "zmęczenia" ciała, podczas przeciążeń mięśni, rwy oraz po prostu dla relaksu. Cudowny jesienią i zimą.

Cena: 210zł/60min.



Masaż Marma

Stymulacja punktów Marma (punktów życia) przywraca harmonijny przepływ energii w ciele. Polecany dla osób zmęczonych, walczących z bólami głowy, migreną, bezsennością. Uwalnia od stresu.

Cena: 210zł/60min.



Abhyanga

Rytmiczne i głęboko relaksujące ruchy wykonywane podczas masażu na rozgrzanym oleju sezamowym mają za zadanie poruszyć zastałą energię i spowodować swobodny przepływ prany. Jest klasykiem wśród terapii ayurwedyjskich.

Cena: 210zł/60min.

Udvartana

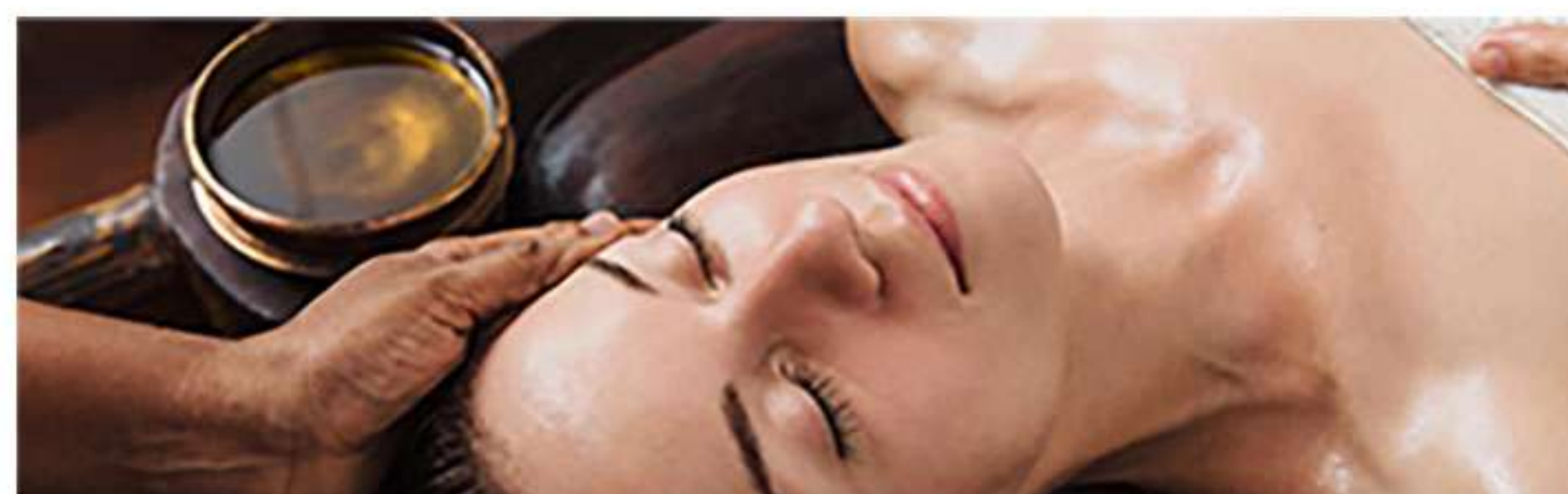
Masaż pudrowy. Całe ciało posypane jest ziołami po wcześniejszym naoliwieniu rozgrzanym olejem sezamowym, a następnie głęboko masowane określonymi ruchami. Efekt: redukcja cellulitu, wyjątkowo gładkie i odżywione ciało.

Cena: 250zł/60min.

Shiro Abyanga

Masaż skóry głowy ciepłym olejem sezamowym z dodatkiem ziół. Polecany ze względu na wyjątkowo odżywcze właściwości dla skóry głowy i włosów oraz „wyciszenie” układu nerwowego.

Cena: 180zł/30min.



Shiro Dhara

Masaż czoła (trzeciego oka) strumieniem rozgrzanego oleju sezamowego. Nazywany jest zabiegiem młodości i długowieczności. Cudownie relaksuje i namaszcza skórę głowy.

Cena: 200zł/30min.



Natra Vasti

Kąpiel oka w maśle ghee. Uwalnia napięcia nagromadzone w oku, odżywia, stymuluje układ nerwowy, nadaje blasku oraz wygładza zmarszczki.

Cena: 200zł/60min.



Kati Vasti

Rozgrzewający zabieg olejowy na kręgosłup. Polecany dla osób z problemem bólu, sztywności i stanów zapalnych w dolnej części kręgosłupa.

Cena: 200zł/60min.

Karna Poorna

Zabieg olejowy na ucho. Poprawia słuch, nawilża ucho, redukuje woskowinę, swędzenie, dzwonienie i szum w uszach.

Cena: 100zł/30min.

Wieczna Młodość

To specjalna ayurwedyjska terapia twarzy, która krok po kroku prowadzi do zewnętrznego upiększenia i wewnętrznego odmłodzenia.

Cena: 270zł/60min.

REHABILITACJA ESTETYCZNA

Facemodeling

W pełni holistyczna i w 100% naturalna forma terapia w obrębie twarzy, czaszki i ciała. Jest jedyną metodą na rynku manualnej terapii estetycznej stymulującą odnowę estetyczną i biologiczną w tak szerokim zakresie i o tak spektakularnych efektach długoterminowych !!! Łączy w sobie osteoplastykę, masaż intraplastyczny, mioplastykę, kapilaroterapię oraz kinezytaping. Niezwykle ważnym elementem terapii jest masaż transbukalny (wewnątrz jamy ustnej)!

Cena: 450zł/120min.



Oshin Bian technique

Liftingujący i mocno odprężający rytuał Oshin Bian z wykorzystaniem technik manualnych i terapeutycznych właściwości kamieni Bian, obejmujący m.in. ujędrniający masaż biustu, lifting twarzy i dekoltu, manualne opracowanie tkanek miękkich oraz głęboko odprężający masaż głowy i obręczy barkowej. Poprawia mikrokrażenie, usuwa toksyny, a tym samym rewitalizuje, przywraca młodość i promiennność.

Cena: 330zł/90min.



Facelift Marie Margo

Jest techniką terapii manualnej opartej na głęboko mięśniowo-powięziowej i kostnej pracy z twarzą, szyją i dekoltem, w połączeniu z masażem transbukalnym (masaż wewnątrz ust). Ta technika pozwala na uzyskanie mocnego efektu liftingującego oraz modelującego. Głównym celem terapii jest odnowa tkanki na poziomie komórkowym.

Cena: 430zł/90min.

MASAŻE ŚWIATA

Mają niezwykle pozytywny wpływ na kondycję psychiczną i fizyczną, a tym samym całościowy wizerunek ciała. Pobudzają drenaż energetyczny, płynowy i symulują układ nerwowy. Efektem jest spadek poziomu odczuwanego stresu, doskonałe samopoczucie, zmniejszone napięcie, regeneracja mięśni oraz przyspieszony metabolizm tkankowy.

Masaż relaksujący ciała

To wyjątkowo delikatny a zarazem skuteczny zabieg stymulujący krążenie, drenaż i rozluźnienie mięśniowo - powięziowe. Zapewnia psychosomatyczną relaksację, łagodząc skutki stresu.

Cena: 200zł/60min.

Cena: 240zł/80min.



Masaż klasyczny ciała

To najbardziej znany masaż terapeutyczny (lecniczy). Przyspiesza regenerację, zwalcza ból, usprawnia mechanizm krążenia, oddychania, przemiany materii, termoregulacji, ukrwienia skóry a tym samym usprawnia czynności poszczególnych narządów i całego ciała. Podnosi również wydolność organizmu, a w efekcie zmienia się jakość życia.

Cena: 200zł/60min.

Cena: 240zł/80min.



Masaż częściowy leczniczy

Cena: 170zł/40min.

Masaż DReaM

Trójwymiarowy masaż antycellulitowy. Jest to masaż poprawiający krążenie krwi, limfy, doskonale odżywiający i regenerujący ciało. Reguluję perystaltykę jelit, uelastycznia mięśnie, poprawia ślizg powięzi, a tym samym remodeluje sylwetkę. Jest połączeniem trzech technik: drenaż, modelarz i relaks.

Cena: 210zł/60min.

Masaż modelujący sylwetkę

Jest to masaż ciała stymulujący zmniejszenie tkanki tłuszczowej, odprowadzenie toksyn, regulację płynów ustrojowych oraz wzmocnienie przesilonych mięśni i stawów w wyniku przeciążenia organizmu nadwagą.

Cena: 210zł/60min.

Masaż „ekstremalny szok”

Spektakularnie skuteczny masaż z efektem drenującym, antycellulitowym i ujędrniającym. Rewelacyjny na przemęczone mięśnie. Jest to połączenie głębokiego masażu bańkami i masażu lodem.

Cena: 210zł/60min.



Masaż balijski

Masaż relaksujący łączący w sobie mądrość i doświadczenie kilku azjatyckich tradycji. Głębokie oddziaływanie dłoni terapeuty na tkanki, stymulacja punktów refleksyjnych daje efekt usunięcia napięcia, udrożnienia kanałów i przywrócenia harmonii.

Cena: 210zł/60min.



Masaż Lomi Lomi

To tradycyjny masaż hawajski. Charakterystyczne jest masowanie pełnymi gracji ruchami przedramion. Nazwę masażu tłumaczy się dosłownie jako „aksamitny dotyk miękką łapą zadowolonego kota”.

Cena: 270zł/60min.



Masaż bambusowy

Łączący terapeutyczne działanie masażu dłońmi i pałeczek bambusowych. Dzięki uciskom i ruchu przepychania zabieg szybko i długotrwale poprawia krążenie, niweluje napięcia, uelastycznia mięśnie, ujędrnia, redukuje cellulit oraz modeluje sylwetkę dając efekt liftingu tkankowego.

Cena: 210zł/60min.



Masaż twarzy

To wyjątkowo relaksujący i stymulujący dobre emocje masaż twarzy i dekoltu. Usuwa napięcia mięśni, drenuje zastoje a tym samym koryguje owal twarzy.

Cena: 110zł/30min.



Masaż stóp

Jest to połączenie leczniczych form masażu klasycznego i terapeutycznych właściwości tajskich technik stosowanych w obszarze stóp.

Cena: 130zł/30min.

PAKIETY ZDROWIA

Połączenie różnych form terapii w celu kompleksowego - holistycznego działania terapeutycznego.

Zdrowia moc

- kąpiel borowinowa,
- peeling, maska borowinowa,
- masaż leczniczy klasyczny ciała.

Cena: 380zł/120min.

Zdrowy detox

- peeling szczotkowy,
- ziołowa kąpiel usuwająca toksyny,
- masaż DReaM.

Cena: 350zł/100min.

Zdrowe mięśnie

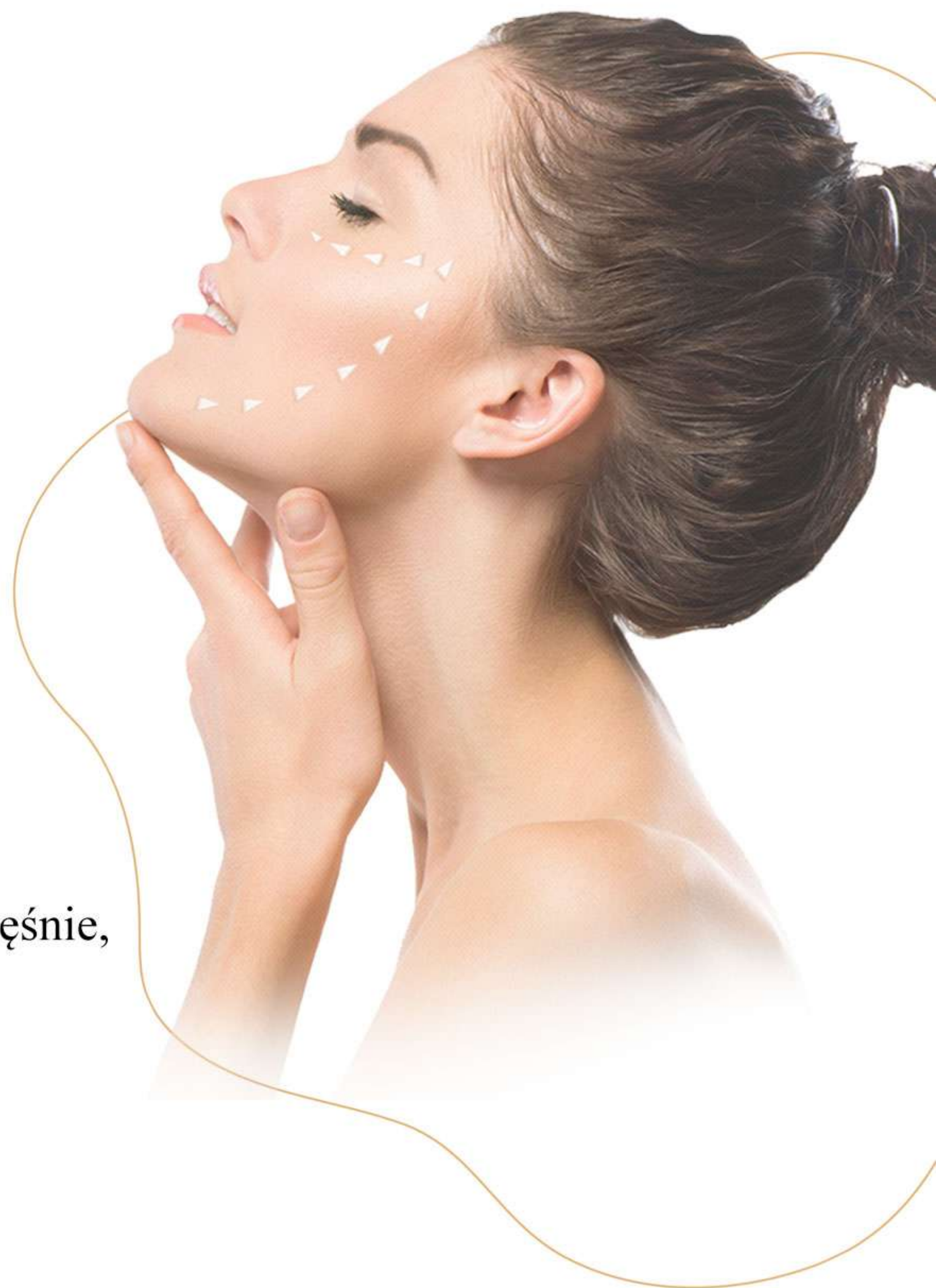
- kąpiel ziołowa na zmęczone, napięte mięśnie,
- masaż klasyczny lub relaksujący ciała.

Cena: 300zł/90min.

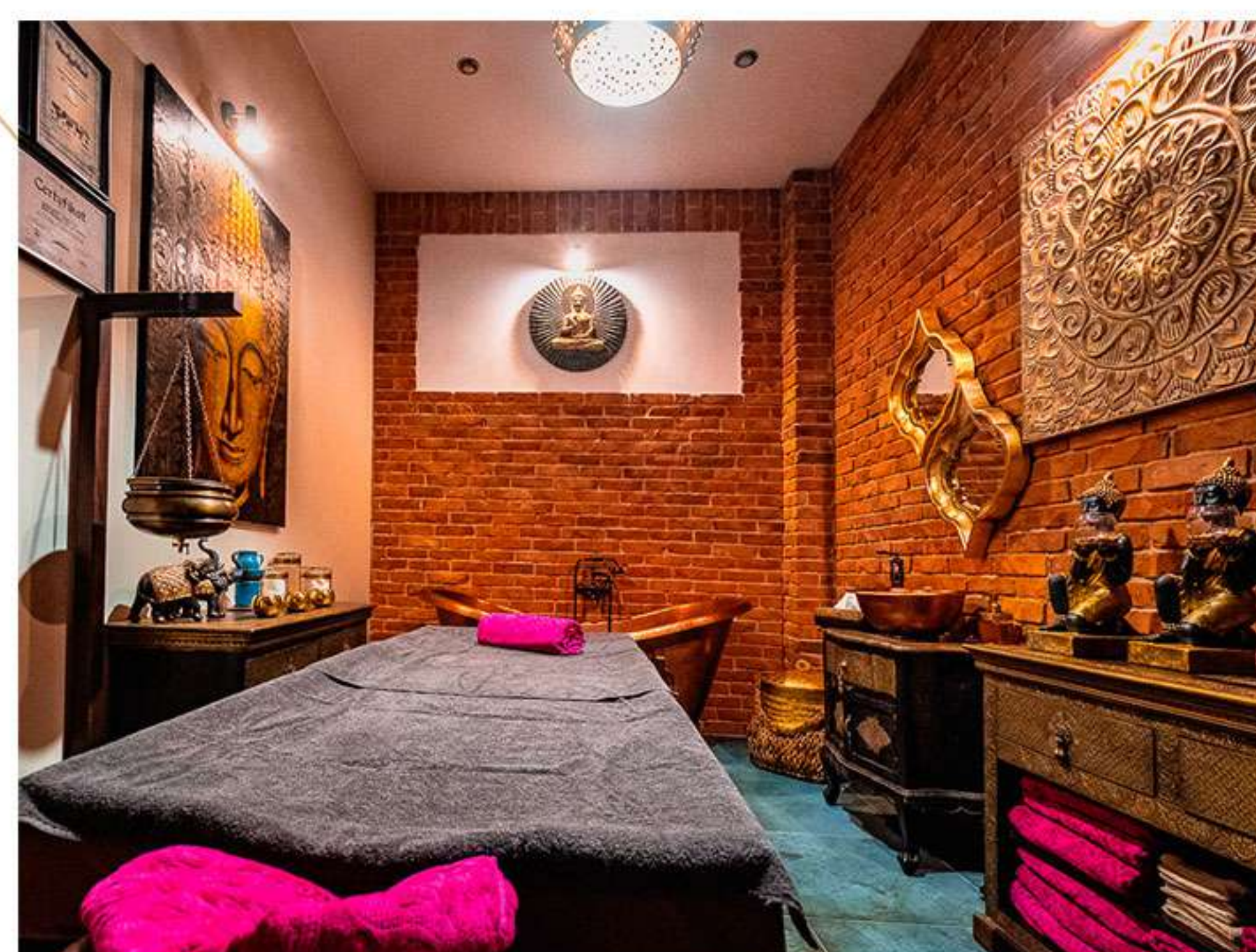
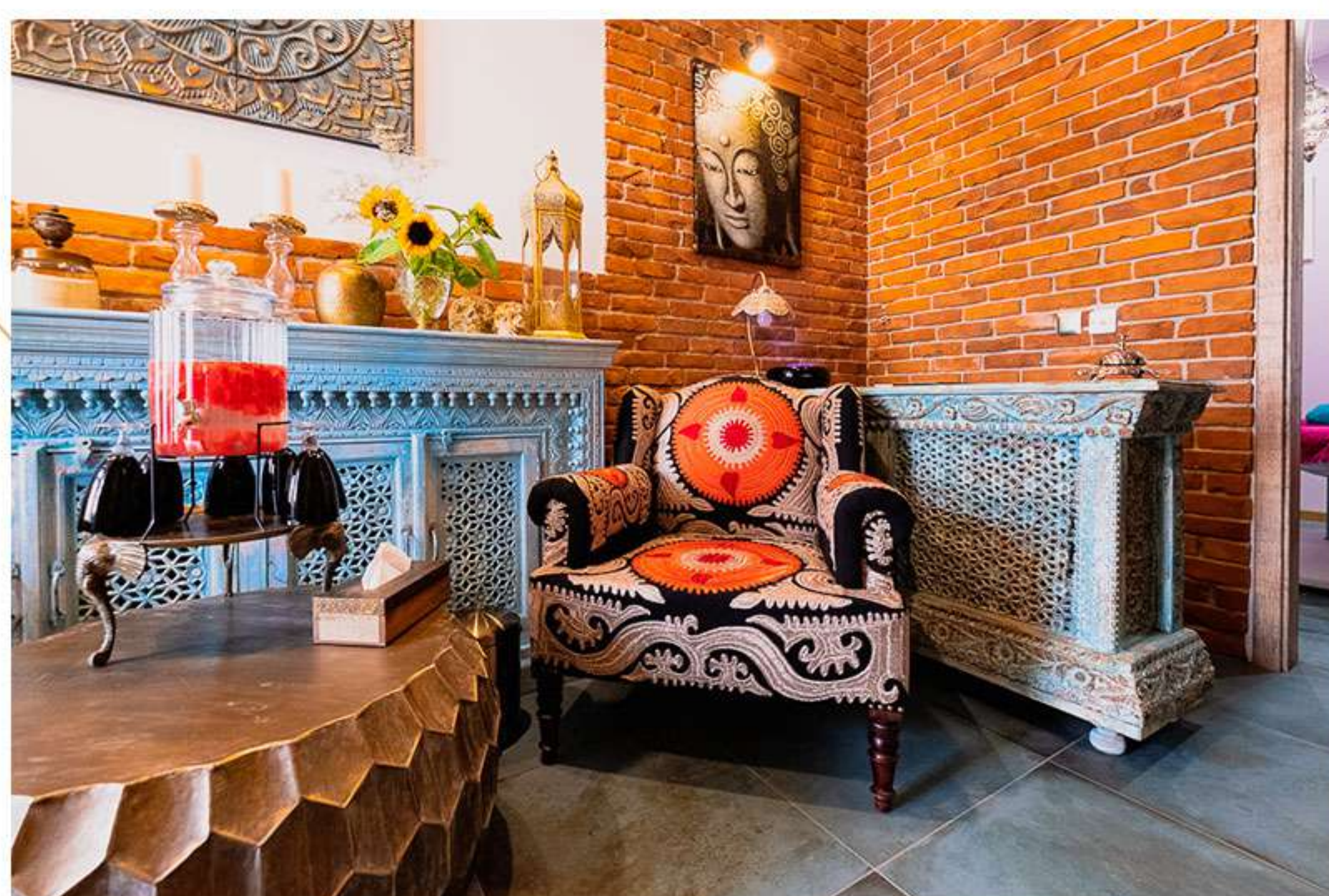
Zdrowie psychosomatyczne

- uspokajająca - rozgrzewająca kąpiel,
- terapia cranio - sacralna lub masaż Marma.

Cena: 290zł/90min.



PRZESTRZEŃ CENTRUM



Zasady oraz regulamin korzystania z usług Centrum Osteopatii i Medycyny Holistycznej
dostępny na naszej stronie internetowej www.holistic-osteopatia.pl



Holistic

ul. Kościelna 8/2, 16-300 Augustów

tel. 606 274 816

www.holistic-osteopatia.pl