A sportsérülések megelőzése és rehabilitálása

A sportolók, mint „Modern Gladiátorok" nap mint nap ha nem is az életüket, de az egészségüket teszik kockára a dicsőség és a tömegek szórakoztatásának érdekében. A sportpályafutás alatti sorozatos sérüléseken túl a visszavonulást követően a legtöbb élsportoló egészségi állapota, életminősége jelentősen romlik.

A Sani Prevent Mozgásszeri Programunkkal (SPMP) szeretnénk segíteni, hogy ez ne így legyen. Természetesen a programunk minden sportolni szerető, „rászorulónak" segítséget nyújt, életkortól, nemtől függetlenül.

A SPMP keretében mérőeszközeinkkel (XCT 2000 –háromdimenziós csontsűrűség és csontszerkezet mérés; Leonardo –izomdinamikai mérés) felmérjük a csontok, izmok, inak állapotát, amiből megállapítható az esetleges sérülés kockázata. Akinél a mérések eredményei indokolttá teszik, csontképző, porcképző étrendkiegészítőkkel (Sani-Prevent csontpor, Seatone Sport Restart, Seatone Sport Endurance Extra) illetve speciális edző-rehabilitáló (Galileo- billegő platós egésztest vibrációs eszköz) készülékkel segítjük a vázizom rendszer optimális felépítését, vagy sérülés esetén a visszaállítását. A leendő sportolók esetében már 6-7 éves kortól, amikor a gyors növekedés beindul érdemes a programot elkezdeni, mert az átlagos étrend az esetek túlnyomó részében nem képes ezt a gyors növekedést kiszolgálni. A vázizom rendszer felépülése, megerősödése sok esetben nem képes lépést tartani a növekedés ütemével, aminek az eredménye különféle deformitások kialakulása: gerincferdülés, csípőcsont kimozdulás, térdelváltozások, X láb, O láb stb. Ezek a deformitások jelentősen befolyásolják a sport teljesítményt, fokozzák a sérülés-veszélyt és rontják a későbbi egészségi állapotot. A programunkban használt étrend-kiegészítőkkel mintegy „svédasztalszerűen" minden mikroszerkezeti tápanyaggal kiszolgáljuk a szervezetet , így a vázizom rendszer lépést tud tartani a gyors növekedéssel és a szervezet eleget tud tenni a sporttevékenységből adódó nagyobb kihívásnak. Sportsérülések esetén, amennyiben az a lábakat érinti, mérni tudjuk a két láb teljesítménye közti eltérést, így pontosan meg lehet mondani, hogy mikor lehet újra kezdeni a sporttevékenységet a „rásérülés", vagy a sérülés kiújulásának fokozott veszélye nélkül. Egészséges sportolóknál méréseinkkel az edzésmunka hatékonyságát is ellenőrizni tudjuk. A Galileo készülékkel jelentősen fölgyorsítható a rehabilitáció, amit már 3-4 héttel a műtét után el lehet kezdeni, mert az izmok erősítését az izületek komolyabb terhelése nélkül tudjuk végezni. A készülék használatával jelentősen felgyorsítjuk a perifériás keringést(a hajszálerek tevékenységét), ami segíti a sérülés helyén keletkezett „törmelék"(sérült szövetek) gyors eltávolítását és az új, működőképes mikroszerkezet visszaépítését.

A SPMP iránt érdeklődők bővebb tájékoztatást találnak a honlapunkon www.saniprevent.hu vagy a 06-22-506 415 , 06- 30- 433- 6073 telefonon.

Dr. Kocs Mihály

SPMP programgazda.