

„Czyń to, co możesz, za pomocą tego, co masz, tam, gdzie jesteś.”

*/ Theodore Roosevelt /*

## Chiropraktyka

Życie w ciągłym biegu, dziesiątki godzin spędzane w pozycji siedzącej przed komputerem, telewizorem czy w samochodzie, nieprawidłowa postawa ciała, brak ruchu, złe nawyki żywieniowe, do tego stres wynikający z nadmiaru obowiązków powodują w ciele liczne zmiany – nieprawidłowe napięcia mięśni, przykurcze, dyskopatie, skoliozy, zaburzenia narządów wewnętrznych, bóle głowy, barków czy kręgosłupa. Lekarstwem na te dolegliwości może być wizyta u **terapeuty – chiropraktyka**.

**Chiropraktyka**, to jedna z najbardziej rozpowszechnionych na świecie metod terapii manualnej. To najskuteczniejsza forma terapii aparatu ruchu oparta na szczegółowej analizie zaburzeń w nim powstających. Zajmuje się głównie związkiem pomiędzy prawidłowym ustawieniem kości a pracą układu nerwowego.

Zabieg chiropraktyczny jest bezpieczny i bezbolesny. Poprzez delikatne manipulowanie na aparacie ruchu – kościach głowy, kręgosłupa, miednicy, kończyn górnych i dolnych terapeuta usuwa przyczyny bólu, wspomaga funkcjonowanie układu nerwowego oraz hormonalnego, usprawnia, a także wpływa na zmianę postawy ciała. W zależności od stanu schorzenia a także indywidualnych potrzeb klienta terapia obejmuje od jednego do kilku zabiegów.

### ▣ **Zabiegi chiropraktyczne w możliwie delikatny i nieinwazyjny sposób:**

- ▣ usprawniają stawy kręgosłupa, kończyn górnych i dolnych;
- ▣ przynoszą ulgę w bólach głowy, stawów, kręgosłupa oraz w nerwobólach;

- usuwają zablokowania w aparacie ruchu i towarzyszące bólowi parestezje (mrowienia, drętwienia);
- przywracają równowagę mięśniową;
- aktywizują naturalne zdolności organizmu do regeneracji co w efekcie pomaga utrzymać prawidłowe zdrowie;
- odtwarzają właściwe napięcie mięśni i powięzi mięśniowych;
- zapobiegają degeneracji kręgosłupa.