



Ο Μιχάλης Σαμαράς είναι πιστοποιημένος πτυχιούχος φυσικοθεραπείας από το ΤΕΙ Αθήνας, με ευρεία νοσοκομειακή και κατ' οίκον εμπειρία.

Έχει εργαστεί σε μεγάλα νοσοκομεία της Αττικής, έχοντας αναλάβει πληθώρα περιστατικών που καλύπτουν όλο το φάσμα των παθήσεων, ενώ εξειδικεύεται στις αθλητικές κακώσεις.

Δίνει μεγάλη βαρύτητα στη συνεχή επιστημονική κατάρτιση, αλλά και στην παραχή ολοκληρωμένων υπηρεσιών, διατηρώντας πολύχρονη συνεργασία με δέκτιο επιστημονικών και εταιρικών συνέργατών.

Με σύμμαχο την πολυετή εμπειρία, τη συνεχή κατάρτιση και τον πιο σύγχρονο εξοπλισμό, στοκεύει πρωτίστως στην αμεσότερη και πιο αποτελεσματική αποκατάσταση και αποθεραπεία.

### Με τη φυσικοθεραπεία πετυχαίνουμε πολλά οφέλη για την υγεία μας τα οποία περιλαμβάνουν

- αποκατάσταση της σωματικής κίνησης
- επαναφορά της σωματικής λειτουργικότητας
- εξάλειψη του σωματικού πόνου
- διόρθωση της κακής στάσης του σώματος
- μυϊκή ενδυνάμωση
- μείωση μυϊκών σπασμών
- αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων
- θεραπεία / πρόληψη συγκεκριμένων παθήσεων

**physionow.gr**  
therapy at home

6938998446  
info@physionow.gr

εμπιστευτείτε  
την physionow  
για άμεση  
αποκατάσταση  
και θεραπεία  
σε ορθοπαιδικές,  
ρευματολογικές,  
νευρολογικές  
και αναπνευστικές  
παθήσεις

ΦΕΡΝΟΥΜΕ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΣΑΣ  
ΤΟ ΠΙΟ ΣΥΓΧΡΟΝΟ  
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΡΙΟ



φέρνουμε στο χώρο σας  
το πιο σύγχρονο  
**φυσικοθεραπευτήριο**

Η physinow παρέχει ολοκληρωμένες υπηρεσίες κλινικής φυσικοθεραπείας κατ' οίκον, εξασφαλίζοντας ένα θεραπευτικό περιβάλλον παρόμοιο με αυτό του ιατρείου. Στόχος μας είναι η άμεση και αποτελεσματική αποκατάσταση του ασθενή στον δικό του χώρο, με υψηλή θεραπευτική φροντίδα και υψηλό τεχνολογικό εξοπλισμό, που περιλαμβάνει μηχανήματα και λέιζερ τελευταίας τεχνολογίας.

με **υπερσύγχρονο εξοπλισμό**  
και άρτιες τεχνικές φυσικοθεραπείας

#### ΤΕΧΝΙΚΗ

- κινησιοθεραπεία
- manual therapy
- McKenzie
- τεχνικές pf
- kinesiotaping
- Έλξις
- θεραπευτική μάλαζη
- αθλητική μάλαζη
- φυσικά μέσα
- stretching
- Ενεργητική και Παθητική άσκηση
- κινητοποίηση νευρικού ιστού



#### μηχανήματα

- tecar therapy
- ηλεκτροθεραπεία
- υπέρχυο
- laser
- sock wave
- πελματογράφος...

#### εξοπλισμός

- φορητό κρεβάτι φυσικοθεραπείας
- πλατφόρμες και δίσκοι ισορροπίας
- λάστιχα ενδυνάμωσης
- βάρος ενδυνάμωσης άνω και κάτω άκρων

## Φυσικοθεραπεία

για ευρύ φάσμα  
παθήσεων.

#### Η φυσικοθεραπεία

physinow προσαρμόζεται σε κάθε μία πάθηση εξατομικευμένα, ανάλογα με το ιστορικό του ασθενούς και τις ιδιαίτερες ανάγκες θεραπείας που μπορεί να υπάρχουν, συνδυάζοντας εκείνες τις τεχνικές και τον εξοπλισμό, που επιτρέπουν αποτελεσματική παρέμβαση στην πάσχουσα περιοχή και άμεση αποθεραπεία.

#### με επιπρόσθετες υπηρεσίες

- θεραπευτικό μασάζ
- πελματογράφημα
- clinical pilates

## Θεραπευτικό Pilates

Το Θεραπευτικό Pilates είναι μια μέθοδος που επικεντρώνεται στην σωστή ανάποδη, την στάση του σώματος, την σταθερότητα του κέντρου βάρους του, την δύναμη αλλά και την ευλυγία. Το σώμα δουλεύει σαν σύνολο και ενδυναμώνονται κυρίως οι εν τω βάθει μύες.

Πραγματοποιείται ατομικά αλλά και ομαδικά, είναι εξειδικευμένο στις δυνατότητες και τις ανάγκες του ασκούμενου και με τον ίδιο τρόπο καθορίζονται η συντόνητη και η διάρκεια του. Τα όργανα που κρησιμοποιούνται είναι κατάλληλα για το είδος της άσκησης και εύκολο να τα έχουμε στο σπίτι μας.

Απευθύνεται σε όλες τις ηλικίες, σε άτομα με μυοσκελετικούς τραυματισμούς όπως αυχεναλγία, οσφυαλγία, ακολίωση, λόρδωση, κύφωση ή με νευρολογικές και αναπνευστικές παθήσεις.

Τα θετικά αποτελέσματα της μεθόδου είναι εμφανή στην καθημερινότητα του ασκούμενου καθώς ενισχύεται το αισθήμα αυτοπειθησης και ευεξίας.

Τέλος, το Θεραπευτικό Pilates κρησιμοποιείται είτε ως ξεχωριστό πρόγραμμα είτε σε συνδυασμό με την κλασική φυσικοθεραπεία.