

serdecznie zapraszamy! Termin znakowania rowerów: 27 czerwca w godzinach 15⁰⁰ – 18⁰⁰.

Zwiększone kontrole drogowe.

W związku ze zbliżającym się zakończeniem roku szkolnego, wyjazdami dzieci autokarami na wycieczki, policjanci prowadzić będą wzmożone działania mające na celu zapewnienie bezpieczeństwa w ruchu drogowym. Przeprowadzone zostaną kontrole prędkości i stanu trzeźwości kierujących. Policjant z radarem nie jest wrogiem kierujących! A wręcz przeciwnie. Policjanci podejmować będą stanowcze interwencje wobec uczestników ruchu drogowego popełniających wykroczenia, które stanowią główną przyczynę wypadków, przede wszystkim: - przekraczających prędkość, niestosowali się do obowiązku korzystania z pasów bezpieczeństwa, nieprawidłowo wyprzedzających. Zwrócona zostanie także uwaga na nieprawidłowo

zaparkowane samochody. Kontrole zostaną także przeprowadzone przez patrole piesze policji, co można było już zaobserwować na terenie miasta.

Zwiększenie obsady Komisariatu.

Zgodnie z zapewnieniami kierownictwa Komendy Miejskiej Policji w Poznaniu między innymi podczas debaty społecznej stan etatowy Komisariatu Policji w Kostrzynie uległ zwiększeniu. W drugim kwartale bieżącego roku stan etatowy zasililo dwóch funkcjonariuszy, których sylwetki przybliżymy w najbliższym czasie.

Podziękowania od organizatorów Kostrzyn MTB Maraton

Zespół Kostrzyn MTB Maraton przesłał podziękowania funkcjonariuszom policji za zaangażowanie, pomoc, zabezpieczenie ruchu drogowego i zapewnienie bezpieczeństwa zawodnikom Maratonu, który odbył się 15 maja w Kostrzynie.



POROZMAWIAMY O ZDROWIU

MEDYCYNA OSTEOPATYCZNA – WIĘCEJ NIŻ SIĘ SPODZIEWASZ

Filozofia osteopatii opiera się na podstawowej regule – leczy się człowieka, a nie objawy. To system opieki medycznej, który odwołuje się do holistycznego nurtu w medycynie. Co to oznacza?

Medycyna holistyczna traktuje organizm jako całość. Na objawy, które przedstawia pacjent, mogą mieć wpływ absolutnie wszystkie czynniki zewnętrzne oraz wewnętrzne, z którymi spotyka się on każdego dnia. Dolegliwości są sumą wszystkich tych czynników. Osteopatia w całej swej złożoności poszukuje w organizmie pacjenta miejsca, które blokują cały system. Za pomocą aplikacji zabiegów manualnych neutralizuje napięcia i pozwala wzbudzić mechanizmy naprawcze i autoregulacyjne. (źródło: <http://osteopatiapolska.org/osteopatia/>)

Jak wskazuje The Institute of Osteopathy: „Każdego dnia na świecie, ponad 30.000 osób odwiedza osteopatów z bólem pleców, karku, stawów, mięśni, z powodu kontuzji sportowych, powracającego bólu głowy i z wielu innych przyczyn. Wśród pacjentów są kobiety w ciąży, dzieci z zaburzeniami rozwoju, osoby z napięciami wynikającymi ze stylu pracy i życia, a także z dysfunkcjami związanymi z wiekiem.”

Naszym rozmówcą jest dr Łukasz Czubaszewski, Centrum Medyczne Diagnosis:

Kto może zostać osteopatą? - Zgodnie ze stanowiskiem OSEAN (Osteopathic European Academic Network), osteopatię może praktykować tylko lekarz lub fizjoterapeuta, który ukończył specjalistyczne szkolenie w wymiarze minimum 1500 godzin zajęć, z zakresu medycyny osteopatycznej w jednej ze szkół akredytowanych przez federacje osteopatyczne.

Czy zabiegi, którym możemy poddać się u osteopaty są bolesne? - Nie. Zabiegi są bezbolesne, często ruch oraz nacisk wywoływany przez osteopatę jest minimalnej siły. Ryzyko w zabiegach osteopatycznych jest minimalne. Osteopata bada ruch w ciele, wykorzystuje testy kliniczne oraz analityczne, by

ocenić ubytki ruchomości tkanek. Osteopatia jest bezpieczną i łagodną formą terapii manualnej. Dzięki temu może być stosowana u wszystkich pacjentów i w każdym wieku – zarówno u noworodków jak i u osób starszych.

Bardzo ważne jest to, że przed podjęciem leczenia osteopata przeprowadza wywiad z pacjentem, bierze pod uwagę wszystkie aspekty zdrowotne, które go dotyczą. Ważna jest zarówno dieta, jak i wcześniejsze urazy oraz wypadki, a także aspekty psychosomatyczne.

Czy przed spotkaniem z osteopatą trzeba się jakoś przygotować? - Wizyta u osteopaty nie wymaga żadnych szczególnych przygotowań. Dobrze jednak jest, gdy pacjent jest przygotowany do rozmowy dotyczącej jego stanu zdrowia. Warto wziąć



swoje wyniki badań, ewentualne wypisy ze szpitali, karty leczenia. Im więcej mam informacji dotyczących zdiagnozowanych chorób u pacjenta, tym łatwiej mi znaleźć przyczynę jego dolegliwości. Czasami z pozoru niezależne stany chorobowe dają odpowiedź na pytanie, dlaczego boli głowa. Im więcej o pacjencie wiem, tym szybciej jestem w stanie mu pomóc. Oczywiście zdążają się takie sytuacje, że mam do czynienia ze stanem nagłym,

z urazem – wówczas wystarczy rozmowa i badanie, by rozpocząć działania lecznicze.

- Jakie są wskazania do leczenia osteopatycznego? - Jest ich wiele. Z bardzo dużym powodzeniem osteopatia pomaga w przypadku: ostrego i przewlekłego bólu kręgosłupa, bólu stawów, brzucha i podbrzusza, dolegliwości bólowych w ciąży, a także bólu nieznanego pochodzenia. Zajmuję się również zaburzeniami neurorozwojowymi u dzieci, profilaktyką prawidłowego rozwoju u niemowląt, zespołami emocjonalnymi, a także urazami narządu ruchu, powikłaniami po urazach i zabiegach.

Osteopatia może być pomocna w wielu dolegliwościach. Jest od 140 lat pomocna w diagnostyce, leczeniu i profilaktyce zdrowotnej. Opiera się na terapii manualnej i bardzo szerokiej wiedzy specjalistów dotyczącej anatomii ludzkiego ciała.

W kolejnym wydaniu – o tzw. łokciu tenisisty.