

SaronnoNews

Osteopata a Milano: quando rivolgersi allo specialista?

divisionebusiness · Monday, May 30th, 2022

L'osteopatia è una terapia olistica che ha lo scopo di portare dei **miglioramenti tra corpo, mente e spirito**. Può essere consigliata a tutte le età in un momento di vita particolarmente stressante o a seguito di traumi o malessere generale. Nel seguire questo tipo di terapia non ci sono controindicazioni perché non vengono utilizzati farmaci, si tratta di tecniche delicate e indolore che prevedono pratiche di massaggi e di manipolazione in specifiche parti del corpo.

Se cerchi un'osteopata a Milano, su cfosteopata.it puoi prenotare un appuntamento con **Chiara Fenaroli D. O. BsC** che opera nel Centro Medico Euriclea.

Cosa aspettarsi dalla prima visita osteopatica

Se è la prima volta che ti rivolgi all'osteopata a Milano o altrove, devi sapere che la prima visita osteopatica funziona un po' per tutti allo stesso modo.

Inizialmente dovrai riportare tutte le informazioni che riguardano il tuo dolore e l'esperto esaminerà la tua storia clinica, in modo da verificare se ci possono essere dei collegamenti.

Ogni paziente viene sottoposto ad un esame osteopatico, in modo da poter **avere una risposta sulle proprie condizioni attuali, sulle cause e sui possibili rimedi**. L'osteopata potrebbe consigliarti un'altra figura professionale se nota che il problema non può essere risolto con un trattamento olistico.

Se ad esempio presentiamo un dolore forte al braccio o ad una gamba, potrebbe essere necessaria una radiografia. Se invece si tratta di un problema legato alla postura o a dei disturbi periodici, potrebbero bastare le tecniche dell'osteopata che si basano sul **massaggio dei tessuti molli, stretching, movimento delle articolazioni, tecniche di energia muscolare e manipolazione articolare, tecniche di integrazione viscerale e cranio sacrale**. Una volta eseguito il trattamento più opportuno, l'osteopata fornisce una consulenza ed eventuali esercizi di allungamento o di rafforzamento da fare a casa, ma anche consigli posturali o sulle abitudini giornaliere che possono essere sbagliate e incrementare il dolore.

Quali zone vengono trattate dall'osteopata

L'osteopata tratta diversi problemi che riguardano le articolazioni, i muscoli o le ossa. Ci si rivolge a questa figura professionale quando si prova un malessere fastidioso che però non è patologico e si cercano delle tecniche per alleviare il dolore.

Se cerchi un **osteopata a Milano** quindi, assicurati di **rivolgerti a uno / una specialista che abbia competenze mirate rispetto al tuo problema.**

Ecco alcune problematiche in cui l'intervento dell'osteopata è fondamentale.

Dolori articolari: problemi alle ginocchia, al gomito, alle spalle possono essere trattati tramite massaggi e tecniche mirate. Queste lesioni possono essere dolorose e si può trarre sollievo da alcune terapie olistiche.

Postura scorretta: molti dolori possono derivare da posizioni scorrette che si tengono durante la giornata, soprattutto se si trascorrono tante ore in ufficio e ci si muove poco. In questo caso possiamo ricevere ottimi consigli e migliorare le nostre abitudini.

Dolore al collo: spesso avviene per via di una posizione scorretta mantenuta a lungo, ad esempio quando si trascorrono molte ore con la testa piegata in avanti per usare il telefono. Il malessere del collo può portare anche problemi di emicrania o alla vista e all'udito.

Mal di schiena: può essere dovuto ad una postura scorretta oppure perché si trascorrono tante ore seduti su una sedia non ergonomica. Il mal di schiena può toccare la parte alta della colonna oppure quella bassa e provocare anche male alle costole.

Sport e lesioni da uso eccessivo: persone che hanno avuto un infortunio si rivolgono all'osteopata per avere un trattamento delicato e mirato nella zona coinvolta. Chi pratica sport a livello agonistico potrebbe andare incontro a lesioni da sforzo e queste problematiche vanno gestite in modo che non diventino croniche.

L'osteopatia viene raccomandata per trattare diversi tipi di condizioni collegate alle articolazioni, che a sua volta possono generare altri malesseri come **il mal di testa o i disturbi digestivi**. Questi disturbi vanno comunque esaminati da un medico per accertarsi che non siano presenti problematiche più gravi, da trattare in modo diverso.

This entry was posted on Monday, May 30th, 2022 at 6:00 am and is filed under
You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.