

TECAR terapija

Kratica TECAR pomeni »prenos energije s kapacitativno in rezistivno metodo (Transferimento Energetico Capacitivo e Resistivo).

Uporaba TECAR terapije je poglavitnega pomena v rehabilitacijskih terapijah saj:

- zmanjšuje bolečino
- stimulira vensko in limfno drenažo
- odpravlja vnetja kit in burz
- odpravlja bolečine v hrbtenici in mehkih tkivih
- pomaga pri poškodbah sklepov, kosti in mišic
- pomaga pri zdravljenju osteoartritisa
- terapija je koristna pri vseh vrstah športnih poškodb

Predstavlja inovativno tehnologijo prenosa energije v oboleli predel telesa. **Od ostalih oblik terapij**-ultrazvočni valovi, elektromagnetno valovanje ali laser-**se razlikuje** v tem, da toplote tkivu ne dodaja »od zunaj« temveč z aktivacijo ionov stimulira biološka tkiva in na ta način proizvaja energijo in toploto »od znotraj«. To povzroči **intenzivno stimulacijo na celičnem nivoju, spodbuja krvni obtok, zvišuje temperaturo in pospešuje fiziološke procese.**

TECAR torej ne deluje z neposrednim dovajanjem toka od zunaj, temveč povzroča nadzorovani izmenični tok elektrolitov, ki so prisotni v telesu, s čimer **pospešuje celične presnovne procese** s ciljem **uravnavanja tkivne fiziologije**. To se dogaja po kombinaciji dveh mehanizmov: globinsko zvišanje temperature in dvig energetskega potenciala celičnih membran.

Zaradi toplotnih učinkov (segrevanje tkiva) Tecar terapijo zelo dobro kombiniramo z manualno terapijo ali s pasivnim raztezanjem, ker zaradi lokalne hipertermije **dosežemo večji obseg giba in hitrejše sproščanje mišic**, ob izometrični mišični kontrakciji pa spodbujajoče vplivamo na **aktivacijo posameznih mišičnih vlaken.**

TECAR terapija **je zelo prijetna**, ker daje ugoden občutek toplote in nima **nobnih stranskih učinkov.**

Uporaba je omejena pri ljudeh s srčnim spodbujevalnikom, nosečnicah in ljudeh, ki imajo moteno zaznavanje temperature.