

MIRAI Clinic w Otwocku - wsparcie medyczne dla tenisistów

maciej · 9 kwietnia, 2025



Wyobraź sobie, że doznajesz kontuzji...

Wyobraź sobie, że jesteś w trakcie intensywnego meczu. Grasz na pełnych obrotach, serwis działa perfekcyjnie, a woleje trafiają w każdy narożnik kortu. I nagle – ostry ból. Próbujesz grać dalej, ale każda piłka przypomina Ci, że coś jest nie tak. Kontuzja. Perspektywa długiej przerwy od gry wydaje się nieunikniona. Co teraz?

Tenis to sport dynamiczny, wymagający od zawodników znakomitej kondycji fizycznej, koordynacji i elastyczności. Niezależnie od poziomu zaawansowania, gracze narażeni są na różnego rodzaju przeciążenia i urazy, które mogą wpłynąć na ich zdolność do dalszej gry. W takich przypadkach kluczową rolę odgrywa specjalistyczna opieka medyczna. Jednym z miejsc, gdzie sportowcy mogą znaleźć kompleksową pomoc, jest MIRAI Clinic w Otwocku – prywatna klinika specjalizująca się w ortopedii, diagnostyce obrazowej, leczeniu operacyjnym oraz rehabilitacji.

Cały proces diagnostyczno - leczniczy w jednym miejscu



Form Follows **Fun**
Introducing the all new MUSE

MIRAI Clinic to miejsce stworzone z myślą o tych, którzy nie chcą tracić czasu na skomplikowaną logistykę leczenia, a zamiast tego potrzebują skupić się na regeneracji i powrocie do sportu. Wszystko czego potrzebuje pacjent – konsultacje ortopedyczne, szczegółowa diagnostyka obrazowa, leczenie operacyjne oraz pełna

rehabilitacja – odbywa się w tym samym budynku. Dzięki temu proces leczenia przebiega sprawnie, bez konieczności odwiedzania wielu różnych specjalistów w różnych miejscach. Każdy etap terapii jest skoordynowany, a lekarze, fizjoterapeuci i specjaliści od przygotowania motorycznego pracują razem, by jak najszybciej przywrócić pacjenta do pełnej sprawności. Wszystko to w historycznej otocze budynku, który w okresie międzywojennym pełnił rolę uzdrowiska dla warszawskiej elity, dziś – po procesie renowacji – nosi status zabytku.



Ortopedia dostosowana do potrzeb sportowców

W klinice, pod przywództwem ordynatora Michała Drwięgi, pracują doświadczeni specjaliści ortopedii i innych dziedzin, którzy doskonale rozumieją wyzwania, jakie stoją przed sportowcami. Dyscyplina ta obciąża głównie stawy kolanowe, barkowe, kręgosłup oraz nadgarstki, co może prowadzić do kontuzji wynikających z wielokrotnie powtarzanych ruchów, gwałtownych zmian kierunku czy intensywnych obciążeń. Wśród najczęściej diagnozowanych problemów ortopedycznych u tenisistów znajdują się: zapalenie ścięgna Achillesa, uszkodzenia stożka rotatorów, zespół cieśni nadgarstka, naderwania mięśniowe, urazy łokotek i więzadeł kolanowych, łokieć tenisisty (zapalenie nadkłykcia bocznego kości ramiennej) lub zmiany zwyrodnieniowe stawów.



Ordynator Michał Drwięga

Nowoczesna diagnostyka obrazowa



Właściwa diagnoza jest fundamentem skutecznej terapii. MIRAI Clinic dysponuje nowoczesnym zapleczem diagnostycznym, obejmującym rezonans magnetyczny (MRI), tomografię komputerową (CT), rentgen (RTG) oraz ultrasonografię (USG). Badania te pozwalają na szybkie i dokładne określenie przyczyny bólu lub ograniczonej ruchomości. Dla tenisistów, u których liczy się czas powrotu na kort, możliwość szybkiej diagnostyki i wdrożenia odpowiedniego leczenia jest niezwykle istotna.

Dodatkowo, w klinice stosowane są testy funkcjonalne i biomechaniczne, które pozwalają na ocenę pracy mięśni oraz wzorców ruchowych. Dzięki temu możliwe jest wcześniejsze wykrycie ewentualnych przeciążeń i wdrożenie działań profilaktycznych, zanim kontuzja się rozwinie.

Leczenie operacyjne i rehabilitacja

W przypadkach, gdy leczenie zachowawcze nie przynosi oczekiwanych efektów, konieczna może być interwencja chirurgiczna. W MIRAI Clinic wykonywane są zarówno małoinwazyjne artroskopia stawów, jak i bardziej skomplikowane operacje rekonstrukcyjne. Dzięki nowoczesnym technikom i doświadczeniu zespołu medycznego, pacjenci mogą liczyć na zabiegi minimalizujące okres rekonwalescencji.

Po zabiegu kluczowym elementem powrotu do pełnej sprawności jest fizjoterapia. Klinika oferuje kompleksowy program terapeutyczny, uwzględniający techniki manualne, ćwiczenia wzmacniające oraz terapie przyspieszające regenerację tkanek. Indywidualnie dobrany plan rehabilitacji pomaga tenisistom wrócić do sportu w optymalnej formie i zmniejszyć ryzyko ponownej kontuzji. W ramach terapii stosowane są także nowoczesne metody fizykoterapeutyczne wspomagające regenerację, takie jak terapia falą uderzeniową, komora hiperbaryczna czy elektrostymulacja itp. Fizjoterapeuci ściśle współpracują z lekarzami ortopedami, co zapewnia holistyczne podejście do procesu leczenia.

Jak unikać kontuzji na korcie?

KANWA
APARTAMENTY

ZAMOYSKIEGO 24/26
WARSZAWA

PRZESTRZEŃ, KTÓRĄ TWORZYSZ
Apartamenty na warszawskiej Pradze
z widokiem na Jezioro Kamionkowskie

SPRAWDŹ OFERTĘ →



moderna
Superior living

Choć tenis wiąże się z ryzykiem urazów, odpowiednie przygotowanie może pomóc w ich uniknięciu. Specjaliści pracujący w klinice podkreślają, że kluczowe znaczenie mają: właściwa rozgrzewka przed treningiem, regularne wzmacnianie mięśni stabilizujących stawy, prawidłowa technika uderzeń i postawy, dostosowanie obciążeń treningowych do możliwości organizmu, regeneracja i odpoczynek po intensywnym wysiłku, regularne konsultacje ortopedyczne oraz kontrola biomechaniki ruchu czy stosowanie odpowiedniego obuwia i sprzętu sportowego.

Powrót do gry - szybki i bezpieczny

Dzięki opiece specjalistów z MIRAI Clinic, zawodnicy mogą nie tylko skutecznie leczyć urazy, ale także zapobiegać im, dbając o długowieczność swojej kariery tenisowej. Współpraca z doświadczonym zespołem medycznym oraz dostęp do nowoczesnych metod diagnostycznych i terapeutycznych sprawia, że zarówno profesjonalni zawodnicy, jak i amatorzy mogą czuć się bezpiecznie, koncentrując się na swojej grze.

ORTOPEDIA • DIAGNOSTYKA • REHABILITACJA

OPERACJE • ZABIEGI

TURNUSY REHABILITACYJNE

KONSULTACJE SPECJALISTÓW

TOMOGRAFIA • REZONANS • USG • RTG

OTWOCK • Armii Krajowej 8 • 48 576 778 858 • repcja@miraiclinic.pl



Czytaj online i udostępnij:

<https://tenismagazyn.pl/mirai-clinic-w-otwocku-wsparcie-medyczne-dla-tenisistow/>