

## **„Protect Voice” – pomagamy chronić głos**

Głos jest ważnym narzędziem pracy w wielu zawodach. Niestety, nieświadoma i nieprawidłowa praca aparatem głosowym prowadzi do zaburzeń i poczucia dyskomfortu związanego z emisją głosu wśród przedstawicieli zawodów, narażonych na jego nadmierną eksploatację (nauczyciele, wykładowcy, mówcy, aktorzy, śpiewacy, spikerzy).

Osoby pracujące głosem powinny pamiętać również o tym, że zaburzenia mięśniowo – powięziowe w narządzie ruchu (np. wady postawy, wzmożone napięcie w obszarze kręgosłupa szyjnego i barków, zaburzenia neurodynamiczne, dysfunkcje stawu skroniowo-żuchwowego, asymetrie i blizny w obszarze twarzy, głowy) w istotny sposób wpływają na powstawanie zaburzeń fonacji.

„Protect Voice” dedykowany jest tym osobom, które rozpoczynają pracę zawodową związaną z wykorzystaniem głosu, a także dla osób już pracujących w zawodach, w których głos to główne narzędzie pracy.

W ramach „Protect Voice” sprawdzimy czy Twój aparat głosowy jest bezpieczny, a Ty nauczysz się w jaki sposób chronić głos i unikać przeciążeń, które mogą prowadzić do powstania istotnych zaburzeń w emisji głosu.

Pierwszym krokiem w ramach „Protect Voice” jest konsultacja przeprowadzona przez fizjoterapeutę/terapeutę manualnego. Ocenie zostanie poddany narząd ruchu w aspekcie zaburzeń mięśniowo-powięziowych, które w istotny sposób wpływają na emisję głosu. Wskazane zostaną obszary ciała, które wykazują nieprawidłowe napięcia tkankowe i wymagają normalizacji celem uniknięcia przeciążeń głosu w przyszłości.

Jeśli w ocenie fizjoterapeutycznej zdiagnozowane zostaną istotne zaburzenia mięśniowo-powięziowe, kolejnym etapem jest ocena aparatu głosowego przeprowadzona przez lekarza specjalistę. Następnie lekarz specjalista określi, czy i jaką terapię należy wprowadzić.

W ramach terapii wykorzystane zostaną nowoczesne metody terapeutyczne, takie jak terapia Maitland, neuromobilizacje wg. NOI i Butler, metoda CRAFTA - Akademia terapii czaszkowo twarzowej, terapiapowięziowa, metoda mcKenziego) oraz specjalne dobrane ćwiczenia, które pomogą Ci skutecznie chronić głos.

Konsultacja fizjoterapeutyczna – 60 minut.

Terapia manualna i instruktaż ćwiczeń – 30 minut. Ilość terapii w zależności od potrzeb.

“Protect Voice” to nowoczesny program ochrony głosu, w ramach którego zespół specjalistów pomoże Ci skutecznie zadbać o Twój głos.