



مكتب شركة
IPC Health

106 Station Road
Deer Park VIC 3023
صندوق البريد 171 Deer Park VIC 3023
رقم الشركة الأسترالية (ACN) 136 685 151
رقم العمل الأسترالي (ABN) 68 846 923 225

دير بارك

106 Station Road
Deer Park 3023

سانت ألبانز

1 Andrea Street
St Albans 3021

صن شاين

Level 1, 499 Ballarat Road
Sunshine 3020

ألتونا ميدوز

330 Queen Street
Altona Meadows 3028

هوبرز كروسينج

117-129 Warringa Crescent
Hoppers Crossing 3029

ويندهام فال

510 Ballan Road
Wyndham Vale 3024

1300 472 432

الموقع الإلكتروني ipchealth.com.au
البريد الإلكتروني ipchealth@ipchealth.com.au

الإلغاء

إذا كنت لا تستطيع حضور إحدى الجلسات، فيرجى الاتصال بنا على الرقم **1300 472 432**.

يرجى ملاحظة أنه إذا فاتتك جلستان أو أكثر من جلسات العلاج المائي ولم تبلغنا قبل الساعة 9 صباحًا في يوم الجلسة، فلن يُسمح لك بحضور الجلسات المستقبلية.

سيتم إلغاء العلاج المائي إذا كان من المتوقع أن تكون درجة الحرارة أكثر من 35 درجة مئوية في هذا اليوم.

كيف يمكنني حجز موعدًا؟

يجب أن يقوم اختصاصي علاج طبيعي أو اختصاصي فيزيولوجيا التمرين بتقييم العملاء في IPC Health قبل أن يتمكنوا من حضور جلسة العلاج المائي.

قد يلزم تقديم مزيد من شهادات اللياقة الطبية للتأكد من أن العلاج المائي مناسب لك.

قد تتضمن هذه الخدمة قائمة انتظار.

المواقع

مركز بريمباتك المائي والصحي

90 Taylors Road, Keilor Downs VIC 3038

مركز Aquapulse في ويربي

80-82 Derrimut Road, Hoppers Crossing VIC 3029



ما المقصود بالعلاج المائي؟

العلاج المائي هو ممارسة التمارين الرياضية في الماء تحت إشراف اختصاصي علاج طبيعي ومساعد صحي.

قد يكون العلاج المائي مناسبًا للعملاء الذين يواجهون صعوبات في برامج التمارين الرياضية المنتظمة.

تتكون مجموعة العلاج المائي لدينا من ثماني جلسات، مرة واحدة في الأسبوع.

في IPC Health، نقدم ثلاثة برامج للعلاج المائي:

- برنامج الأطراف العلوية
- برنامج الأطراف السفلية
- برنامج الظهر

تُقدّم إلى العملاء برامج التمارين الرياضية الخاصة بهم، ويتم تشجيعهم على التعلم والاستقلال في تمارينهم.

فوائد العلاج المائي:

-  يقوي العضلات
-  يحسن حركة المفاصل
-  يخفف الألم
-  يساعد على الاسترخاء
-  يحسن اللياقة البدنية العامة
-  يحسن اللياقة البدنية العامة

قبل جلسة العلاج المائي:

- تناول طعامًا خفيفًا وشرابًا في المنزل
- انتظر حتى يصطحبك أحد موظفي IPC Health إلى حمام السباحة
- أخبر اختصاصي العلاج الطبيعي بأي تغييرات في أدويةك أو صحتك

ما الذي يجب أن أحضره؟

- ملابس السباحة
 - منشفة
 - زحاجة مياه
 - أحذية غير قابلة للانزلاق
 - أي أداة مساعدة على المشي تستخدمها عادةً (مثل إطار المشي أو عصا المشي)
 - أدوية الذبحة والربو (إذا تم وصفها)
- يرجى الوصول قبل موعد بدء جلستك بمدة 10 دقائق.

بعد الجلسة:

- اشرب الماء قبل العودة إلى المنزل
- استحم حسب إرشادات الموظفين ولا تخلع حذاءك/شبشبك في جميع الأوقات
- اشرب الماء واسترخ في المنزل

لا تحضر إذا كان لديك ما يأتي:

- إسهال أو التهاب في المعدة والأمعاء في آخر 14 يومًا
 - نزلة برد أو إنفلونزا
 - ارتفاع في درجة الحرارة أو إذا كنت تشعر بتوعك
 - إصابة أو جرح أو قشرة جرح مفتوحة أو مصابة بالعدوى
 - ضغط دم أو سكر دم غير منضبط في الأونة الأخيرة
 - كنت تشرب الكحول
- إذا لم تكن متأكدًا مما إذا كان مسموحًا لك بحضور الجلسة، فيرجى التواصل مع IPC Health والاستفسار.

هل توجد رسوم؟

يتم دفع رسوم قدرها **30.80 دولارًا** قبل جلستك الأولى. وتغطي هذه الرسوم أربع جلسات. تكلفة كل جلسة **7.70 دولارًا**. يمكن الدفع في أي موقع من مواقع IPC Health.

هل يمكنني الحصول على مترجم فوري؟

نعم، يتوفر المترجمون الفوريون مجانًا. يرجى إعلامنا عند حجز موعد.

