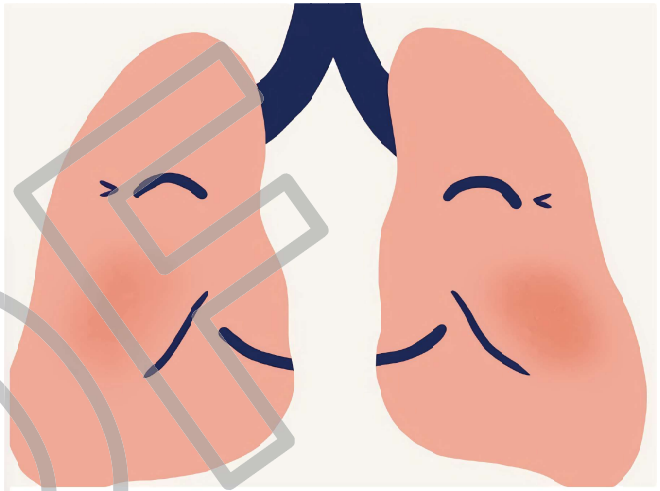
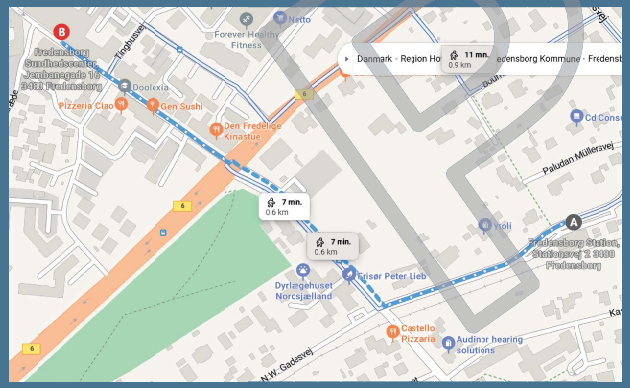
Fredensborg Sundhedscenter



PROOF

Find vej fra Fredensborg Station til Fredensborg Sundhedscenter Jernbanegade 16, 3480 Fredensborg



48480276

Åbningstider for telefon

Dag	Åbningstider
Mandag	Kl. 8.00 - 14.00
Tirsdag	Kl. 8.00 - 14.00
Onsdag	Kl. 8.00 - 14.00
Torsdag	Kl. 8.00 - 14.00
Fredag	Kl. 8.00 - 14.00
Lørdag	Lukket
Søndag	Lukket

Fredensborg Sundhedscenter
fredensborgsundhedscenter.dk
info@fredensborgsundhedscenter.dk
Jernbanegade 16, 3480 Fredensborg

Lungefysioterapi

Hjælp til udfordringer med:

- *Åndenød*
- *Øget slim*
- *Gentagende lungebetændelser*
- *Dysfunktionel vejrtrækning*
- *Brug af PEP-fløjte*
- *Træning*

Fredensborg Sundhedscenter
fredensborgsundhedscenter.dk
info@fredensborgsundhedscenter.dk
Jernbanegade 16, 3480 Fredensborg

Fysioterapeut
Daniel Johan Mowitz

Uden for den offentlig sektor mangler der fokus på hjælp til lungesyge. Jeg tilbyder min faglige ekspertise på vores klinik i Fredensborg.

Jeg har erfaring fra lunge- og infektionsmedicinsk afdeling, hvor jeg har arbejdet med diverse lungelidelser, holdt KOL-seminarie og undervist i lungefysioterapi.

Jeg har efteruddannet mig med kurser i Basis lungefysioterapi og Træning til patienter med lungesygdom.

Medlem Dansk Selskab for Hjerte- og Lungefysioterapi



Jeg tilbyder hjælp til:

- Holdtræning til patienter der er lungesyge
- Vejrtrækningsteknikker
- Håndtering af åndenød ved aktivitet
- Brug af PEP-fløjte
- Hoste teknikker
- Slim-mobilisering

Fredensborg Sundhedscenter
En fysioterapeut klinik, der sætter høj faglighed i højsædet. Vi tilbyder specialiseret behandling inden for mange områder, såsom, uro-gyn-obs fysioterapi, lungefysioterapi, osteoporose, GLAI:D træning, ultralydsskanning, Shockwave, laser-behandling og diætist

Brug af PEP-fløjte

- Sæt dig så oprejst som muligt med afslappede skuldre og fødderne i gulvet
- Placér mundstykket mellem tænderne, og luk læberne tæt sammen om mundstykket.
- Træk vejret roligt ind gennem næsen/fløjten og pust ud gennem fløjten uden at tømme lungerne helt.
- Pust 10-15 gange i pep-fløjten.
- Lav 2-3 stødninger - så lang en udånding med åben mund, som når man ånder på et spejl.

PROOF