KONAKLAMALI FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON MERKEZİ

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ HASTANELERİ

PATALYA
THERMAL RESORT
HOTEL
KIZILCAHAMAM

Başkent Üniversitesi Hastanesi’nin deneyimi, bilgisi ve teknolojisi otel konforuyla buluşuyor.

Başkent University Hospital's experience, knowledge and technology meet with hotel comfort.

KONAKLAMALI FİZİK TEDAVİ ve REHABİLİTASYON MERKEZİ

PHYSICAL THERAPY & REHABILITATION CENTER WITH ACCOMMODATION

ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР- САНАТОРИЙ

مركز العلاج الطبيعي مع المبيت

Merkezimizde; ağrı, fonksiyon kaybı, yaşam kalitesinde bozulma ve bağımlılığa yol açan tüm romatizmal, nörolojik, ortopedik, kardiyopulmoner ve algolojik hastalıkların primer ya da tamamlayıcı tedavileri, fiziksel tıp modaliteleri, medikal ve manupülatif tedavileri kullanarak alanında uzman hekim ve deneyimli fizyoterapistler aracılığıyla yapılmaktadır.

In our center; Primary or complementary treatments of all rheumatic, neurological, orthopedic, cardiopulmonary and algological diseases that cause pain, loss of function, deterioration in quality of life and addiction are performed by specialist physicians and experienced physiotherapists using physical medicine modalities, medical and manipulative treatments.

UYGULAMA ALANLARIMIZ

- Nörolojik Rehabilitasyon
- Ortopedik Rehabilitasyon
- Romatolojik Hastalıklar Rehabilitasyonu
- Ağrı Tedavisi
- Spor Yaralanmaları ve Rehabilitasyonu
- Geriatrik Hastalıklar Rehabilitasyonu
- Osteoporoz ve Rehabilitasyonu
- Covid Sonrası Hastalıkları Rehabilitasyonu

OUR FIELDS OF APPLICATION

- *Neurological Rehabilitation*
- *Orthopedic Rehabilitation*
- *Rheumatological Diseases Rehabilitation*
- *Pain Treatment*
- *Sports Injuries and Rehabilitation*
- *Geriatric Diseases Rehabilitation*
- *Osteoporosis and Rehabilitation*
- *Post-Covid Disease Rehabilitation*

FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON YÖNTEMLERİ

PHYSICAL THERAPY AND REHABILITATION METHODS

Hidroterapi (Su ile Tedavi)

Bir motorla elde edilen su hareketi ile hidrostatik basınç, suyun viskozitesi ve kaldırma kuvvetinden yararlanırken hem de sıcak suyun ısıtıcı efekti ile egzersiz için uygun hidroterapi ortamı oluşturulur. Kişiye özel hazırlanan hidroterapi egzersiz programı uygulanabilir. Bu tedavi lokomotor sisteme ve suyun rahatlatıcı etkilerinden dolayı kişinin psikolojik durumuna olumlu katkılar sağlar.

Hydrotherapy (Water Treatment)

While the hydrostatic pressure, viscosity and buoyancy of the water is utilized by the water movement obtained by an engine, a suitable hydrotherapy environment is created for exercise with the heating effect of hot water. A personal hydrotherapy exercise program can be applied. This treatment contributes positively to the psychological state of the person due to the locomotor system and the relaxing effects of water.

Traksiyon Tedavisi

Bel ve boyun fıtıklarının tedavisinde kullanılan bir fizik tedavi çeşitidir. Halk arasında “çekme” olarak bilinen traksiyon yönetimi tüm omurganın çekilmesini sağlayan bir yöntemdir.

Bu yöntem manuel olarak (elle) veya makine yardımıyla uygulanabilir. Motorize traksiyon rehabilitasyon programları içerisinde sürekli veya aralıklı çekme uygulamak için fizyoterapistler eşliğinde sürenin ve çekme kuvvetinin manuel olarak ayarlanabildiği motorlu sistemlerle yapılan uygulamadır.

Traction Therapy

It is a type of physical therapy used in the treatment of waist and neck hernias. Traction management, popularly known as "pulling", is a method that allows the entire spine to be pulled.

This method can be applied manually or with the help of a machine. Motorized traction: It is an application made with motorized systems in which the duration and pulling force can be adjusted manually in the presence of physiotherapists to apply continuous or intermittent pull within the rehabilitation programs.

Ultrason Tedavisi

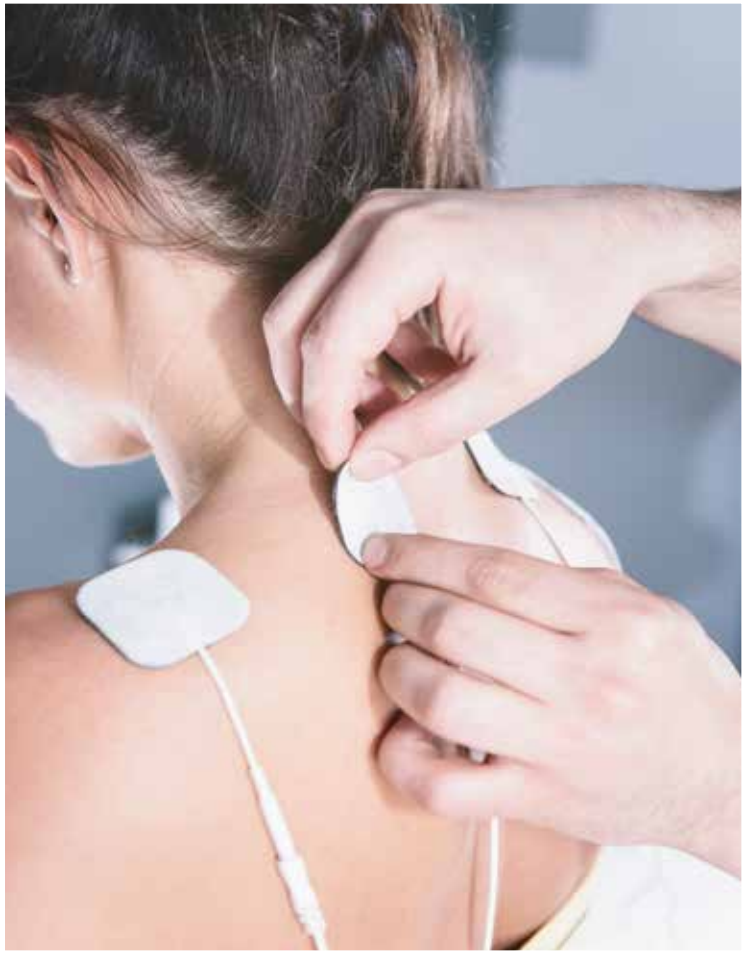
Fizyoterapinin klinik uygulamasında derin ısıtıcı olarak ultrason en sık kullanılan ajanlardan biridir.

Tedavi edici ultrason, vücut içerisinde ısıya bağlı veya ısıya bağlı olmayan fizyolojik etkiler doğurabilen, yüksek frekanslı akustik titreşimlerdir. Fizik tedavide ultrason; bel fıtığı, omuzda kas-tendon sıkışması, donuk omuz, karpal tünel sendromu, bursit, tendinit gibi kas iskelet sistemini ilgilendiren çeşitli sorunlarda kullanılmaktadır.

Ultrasound Therapy

In clinical practice of physiotherapy, ultrasound is one of the most used agents as deep heater.

Therapeutic ultrasound is high-frequency acoustic vibrations that can cause physiological effects in the body, either heat dependent or not heat dependent. Ultrasound in physical therapy; It is used for various problems related to the musculoskeletal system such as herniated disc, muscle-tendon compression in the shoulder, frozen shoulder, carpal tunnel syndrome, bursitis, tendinitis.



Elektrik Stimülasyonu

Elektriksel uyarım, kapsamlı bir fizik tedavi programının bir parçasıdır ve fizik tedavide yaygın olarak kullanılan terapötik bir yöntemdir. Genel olarak adlandırıldığı gibi farklı elektriksel uyarım türleri ve adlandırılmaları vardır. Bu farklı türler rehabilitasyon programınız boyunca fizyoterapistiniz tarafından kullanılacaktır.

Electrical Stimulation

Electrical stimulation is part of a comprehensive physical therapy program and is a therapeutic method widely used in physical therapy. While it is generally termed there are different types of electrical stimulation and nomenclature. These different types will be used by your physical therapist to achieve different goals throughout your rehabilitation program.

Manuel Terapi

Mobilizasyon, manuplasyon, konnektif doku masajı, lenf drenajı ve tetik nokta (trigger point) terapisi gibi el ile uygulanan tedavi yöntemlerinin genel adıdır. Manuel terapi, bu konuda eğitim almış kişiler tarafından eklemlere veya ilişkili yumuşak dokulara uygulanan pasif hareketlerden oluşur.

Manual Therapy

It is the general name of manual treatment methods such as mobilization, manipulation, connective tissue massage, lymph drainage and trigger point therapy. Manual therapy consists of passive motions applied to the joints or associated soft tissues by those trained in the subject.

Egzersiz

Fizyoterapistinizin hazırlayacağı program ile zayıf bölgelerinizi kuvvetlendirerek, daha sağlıklı bir kas iskelet sistemine sahip olabilirsiniz. Postür analizi sonucunda kişiye özel programlanan fonksiyonel rehabilitasyon egzersizleri ağrılar sebebiyle bozulan fonksiyonlarınızı geri kazandırır, kan dolaşımı artırarak doku hasarının iyileşmesini hızlandırır.

Exercise

You can have a healthier musculoskeletal system by strengthening your weak areas with the program prepared by your physiotherapist. After the posture analysis, functional rehabilitation exercises programmed individually restore your functions that have been impaired due to pain, increase blood circulation and accelerate the healing of tissue damage.

Deneyimli sağlık personeli gözetiminde, fizik tedavi uygulamaları, termal havuzlarımız ve fitness salonumuz sağlıklı ve kaliteli bir yaşamın kapılarını aralamanız için bekliyor.

Under the supervision of experienced health personnel, our physical therapy applications, thermal pools, and fitness center are waiting for you to open the doors of a healthy and quality life.

Bantlama

Koruyucu ve düzeltici olmak üzere iki amaç için kullanılır. Koruyucu amaçlı bantlama, yaralanmalardan sonra anatomik hareketlerin kısıtlanması veya sportif aktivitelerde eklemlerin korunması amacıyla uygulanır. Profesyonel sporcularda yaygınca kullanılan renkli ağrı bantları (kinesiotape) elastik bant sınıfına girer ve daha çok ağrıyı azaltma ve fonksiyonu koruma amaçlı uygulanır. Düzeltici bantlama ise kişinin postüründeki dizilim hatalarını biyomekaniksel olarak düzeltme amacıyla kullanılır.

Banding

It is used for two purposes, protective and remedial. Banding with protective elastic bands is applied to restrict anatomical movements after injuries or to protect joints in sports activities. Coloured pain bands (kinesiotape), which are widely used by professional athletes, are classified as elastic bands, and are mostly applied to reduce pain and protect function. Remedial banding is used to biomechanically correct alignment errors in the person's posture.

Hot Pack

Isıtıcı yastıklar ve parafin gibi yüzeysel ısıtıcıların uygulanması ile yapılır. Hot pack silikat jel ile doldurulmuş kumaş torbasıdır. Silikat jeli su çekerek 60-70°C ye kadar ısıtıldıktan sonra bir havluya sarılarak 20-30 dakika ısısını kaybetmeden uygulanabilmektedir. Uygulandığı bölgeye göre 1-4 cm'lik derinlikte 1,1-3,3 C'lık ısı artışı sağlayabilirler.

Hot Pack

Heater is made by applying superficial heaters such as pillows and paraffin. Hot pack is a fabric bag filled with silicate gel. After the silicate gel is heated up to 60-70 ° C by drawing water, it can be applied for 20-30 minutes without losing its heat by wrapping it in a towel. They can provide a temperature increase of 1.1-3.3 C in a depth of 1-4 cm, depending on the area of application.

PATALYA
THERMAL RESORT
HOTEL
KIZILCAHAMAM

Konaklamalı Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Merkezi'mizde alacağınız sağlık hizmeti, **Patalya Thermal Resort** ile otel kalitesinde gerçekleşiyor.

Kalite ile Konfor burada buluşuyor...

The health service you will receive in our Physical Therapy and Rehabilitation Center with accommodation comes to fruition at the quality of the hotel,

Patalya Thermal Resort. Quality and Comfort meet here ...

ODALAR

ROOMS

4 adet suit oda, 10 adet deluxe oda ve 1 adet engelli odası olmak üzere toplam 156 odası ile siz değerli misafirlerimizin hizmetinde.

Rooms are at the service of our valued guests, with a total of 156 rooms, including 4 suites, 10 deluxe rooms and 1 disabled room.

AÇIK VE KAPALI HAVUZ

OPEN AND INDOOR POOL

Sağlık ve şifa sunan yarı olimpik açık ve kapalı havuzlarımızda, yaz aylarında tertemiz dağ havası eşliğinde serinleyerek, kış aylarında ise lapa lapa karda 32 derece sıcaklığa sahip suyun keyfini çıkarın. Yorgunluk ve stresinizi termal havuzun sularına bırakın. Açık ve kapalı çocuk havuzlarımızla ailece dinlenmenin tadını çıkarın.

In our semi-olympic outdoor and indoor pools that offer healthiness and healing, enjoy the water with a temperature of 32 degrees in the flaky snow in the winter while freshen with the clean mountain air in the summer. Leave your tiredness and stress to the waters of the thermal pool. Enjoy relaxing as a family with our indoor and outdoor children's pools.

KÜR HAVUZU

CURING POOL

Günün stresini atabileceğiniz ve bununla birlikte birçok fiziksel rahatsızlığınızın iyileşmesine yardımcı olabilecek 38-42 derecedeki termal kür havuzları, mentollü su uygulamalı sauna ve vücudunuzdaki toksinleri atmanıza yardımcı olan 45 derece buhar sıcaklığı bulunan Fin Hamamlarımız, Kür Merkezimizde siz değerli misafirlerini bekliyor.

Thermal cure pools that can relieve the stress of the day and help heal many physical ailments which have 38-42 degrees, sauna with menthol water application and our Finnish Baths, which have 45 degrees of steam temperature that helps you remove toxins from your body are looking forward to our valuable guests in the Cure Center.

HAMAM

TURKISH BATH

Eşsiz mimari yapısıyla sizi yıllar öncesine götürecek Türk Hamamı'nda yorgunluğunuzu ve stresinizi atacak, uygulanacak kese ve masaj sayesinde kendinizi çok daha zinde hissedeceksiniz.

You will relieve your tiredness and stress in the Turkish Bath, which will take you years ago with its unique architectural structure, and you will feel much more energetic thanks to the scrub and massage to be applied.

SPA GÜZELLİK MERKEZİ

SPA & BEAUTY CENTER

Eşsiz bir konfor içinde, uzmanlar eşliğinde yapılan uygulamalar sayesinde cildiniz nefes alarak yenilenecek.

Your skin will be renewed through breathing thanks to the applications performed by experts in a unique comfort.

- **Papatya Banyosu**
- **Çamur Terapi**
- **Süt Banyosu**
- **Kaş Dizayn ve Boyama**
- **Çikolata ve Kakaolu Vücut Bakımı**
- **Küvette Yosun Banyosu**
- **Manikür Pedikür**
- **Sıcak Taş Masajı**
- **Yosun Terapi**
- **Cilt Bakımı**
- **Parafinli El Bakımı**
- **Aroma Terapi**

- *Chamomile Bath*
- *Mud Therapy*
- *Milk Bath*
- *Eyebrow Design and Painting*
- *Chocolate and Cocoa Body Care*
- *Algae Bath in Tub*
- *Manicure Pedicure*
- *Hot Stone Massage*
- *Algae Therapy*
- *Skin Care*
- *Paraffin Hand Care*
- *Aroma Therapy*

FİTNESS CENTER

FITNESS CENTER

Ter atmak, vücut geliştirmek yada sadece stres atmak için konaklamanız boyunca ücretsiz kullanabileceğiniz Fitness Center'da uzmanlar eşliğinde spor yapmanın keyfini yaşayacaksınız.

You will enjoy exercising with experts at the Fitness Center, which you can use free of charge during your stay for steam bathing, bodybuilding or just stress relief.

EĞLENCE

ENTERTAINMENT

Patalya Thermal Resort’te eğlence hiç bitmez.
Bilardo, masa tenisi ve oyun salonunda sevdiklerinizle birlikte eğlenerek keyifli zaman geçirebilirsiniz.

Entertainment never ends at Patalya Thermal Resort. You can have a pleasant time by having fun with your loved ones in billiards, table tennis and games room.

RESTORAN BAR

RESTAURANT & BAR

Ocakbaşı Restoran, Yıldızlı Salon ve her mevsim barbekü keyfini yaşayabileceğiniz Çardak Restoran'da lezzet sunumla birleşiyor. Patalya Thermal Resort'un birkaç kilometre uzağında kurulmuş olan çiftliğimiz, süt ve süt ürünlerinin yanında ekolojik meyve ve sebze üretimi de yapan, sağlıklı ve organik ürünler, profesyonel ellerde özenle harmanlanıp lezzetli tatlara dönüşüyor. Her öğünde sunulan meyve, sebze, yumurta ve süt ürünleri, sağlıklı ve lezzetli beslenmenizi sağlamak amacıyla sizlere sunulmaktadır.

Taste unites together with presentation at Ocakbaşı Restaurant Yıldız Salon and Çardak Restaurant, where you can enjoy barbecue in all seasons. Our farm, which is established a few kilometres away from Patalya Thermal Resort, produces ecological fruits and vegetables besides milk and dairy products, and healthy and organic products are carefully blended in professional hands and turn into delicious taste. Fruits, vegetables, eggs and dairy products offered at every meal are offered to you to ensure a healthy and delicious diet.

REKREASYON ALANLARI

RECREATION AREAS

Otelimizin çevresindeki çam ormanı içinde yeralan 1 kilometre uzunluğundaki yürüyüş yolunda yapacağınız doğa yürüyüşü ile şehrin yorgunluğunu ve stresini üzerinizden tamamen atacaksınız.

You will completely relieve the tiredness and stress of the city with a trekking on the 1-kilometer-long trekking path in the pine forest around our hotel.

ÇİFTLİK | *FARM*

Patalya Thermal Resort'un birkaç kilometre uzağında kurulmuş olan çiftliğimiz, süt ve süt ürünleri tesisimizin yanısıra ekolojik meyve ve sebze üretimi de yapmaktadır.

Our farm that is established a few kilometers away from th Patalya Thermal Resort produces milk and dairy products along with ecological fruits and vegetables.

Patalya
Lakeside Resort Hotel

Karşıyaka Mahallesi
Haymana Yolu 4.KM.
No. 159 Gölbaşı - Ankara
golbasi@patalyahotels.com
T: +90 312 484 44 44
F: +90 312 484 46 46

golbasi.patalyahotels.com/tr

Patalya
Thermal Resort Hotel

Soğuksu Milli Parkı İçi
06890 Kızılcahamam
Ankara / Türkiye
info@patalyahotels.com
T:+90 312 736 02 00
F: +90 312 736 02 10

kizilcahamam.patalyahotels.com/tr

Başkent Üniversitesi
Hastaneleri

Yukarı Bahçelievler,
Mareşal Fevzi Çakmak Cd.
10. Sk. No:45, 06490
Bahçelievler - Ankara
T: +90 312 203 68 68
F: +90 312 223 73 33

ankara.baskenthastaneleri.com/tr

Tasarım ve Uygulama
Kurumsal İlişkiler Birimi tarafından
gerçekleştirilmiştir.
Nisan 2021

Design and practice was carried out
by the Corporate Relations Unit.
April 2021

PATALYA
THERMAL RESORT
HOTEL

KIZILCAHAMAM

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ HASTANELERİ

KONAKLAMALI FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON MERKEZİ

Soğuksu Milli Parkı içi 06890 Kızılcahamam - Ankara
Tel: +90 (312) 746 02 00 / 7000
info@patalyahotels.com