

LAST VAN SPANNING OF STRESS? LEES NU HIER VERDER.

Alles is anders nu. U kunt niet eens meer naar de supermarkt zonder

eerst te moeten wachten voor u naar binnen kunt. U werkt thuis, of

misschien kunt u niet eens werken. U zit veel binnen, ziet

waarschijnlijk geen andere mensen meer. Normaal gesproken kosten dit

soort grote veranderingen maanden om aan te wennen. Vaak komen mensen

hier prima doorheen, ervaren hooguit wat lichte klachten als een paar

nachten slechter slapen, wat hoofdpijn of geïrriteerd zijn. U kunt

immers wel tegen een stootje. Maar mocht dit nou niet zo zijn, ervaart u

klachten door spanning of stress die u in de weg zitten, dan kunt u

natuurlijk ook nu terecht bij de psychosomatisch fysiotherapeut.

Mocht u last hebben van hyperventilatie, gejaagdheid, slaapproblemen,

hoofdpijn, of boosheid en somberheid, of u heeft het allemaal, neem

contact op en maak een afspraak. René Oonk heeft nu extra ruimte in zijn

agenda gereserveerd om u bij deze klachten te begeleiden. Vaak hebben

mensen binnen een week al duidelijk minder last, wacht gewoon niet te

lang.

Contactgegevens: René Oonk, 010-4558105, info@fysionesse.nl .