

Füsioteraapia

Füsioteraapia on kehalistel harjutustel (liikumisravi), asendravil, massaažil ja füüsilistel meetoditel (sooja- ja külmaravi ning elektriravi) põhinev taastusravi osa, mille sihiks on täielikult või osaliselt taastada tugiliikumisaparaadi või organsüsteemi funktsionaalne võime, et patsient saaks paremini integreeruda normaalsesse elu- ja töökeskkonda. Füsioteraapia koosneb

- manuaalsest käsitlest (massaaž)
- funktsionaalsest harjutamisest (liikumisravi)
- füüsilise ravi meetodite kasutamisest (elektriravi, sooja- ja külmaravi, soolaravi)
- füsioteraapiast basseinis
- kinesioteipimisest
- venitusravi võtetest
- patsiendi verbaalsest või/ja manuaalsest juhendamisest
- tagasisidest soorituste ja kommunikatsiooni osas

Füsioteraapia võib olla suunatud ka puude, kahjustuse või funktsionaalse piirangu tekke ennetamisele, sisaldades indiviidi tervisliku seisukorra, elukvaliteedi ja/või heaolu parandamist.

Kes on füsioterapeut?

Füsioterapeut on erialase haridusega, kutset omav spetsialist, kes tegeleb liigutuste funktsiooni hindamise ja taastamisega, kasutades selleks kehalisi harjutusi ja erinevaid füüsilisi võimalusi. Samuti kohandab füsioterapeut abivahendeid ja nõustab klienti või tema lähedasi liigutusliku tegevusvõime säilitamisel või parandamisel.

Füsioteraapia eesmärgid

- liigeste liikuvuse säilitamine, parandamine
- lihasjõu säilitamine, parandamine
- deformatsioonide vältimine
- arengu soodustamine
- funktsionaalse võimekuse ehk iseseisvuse arendamine
- liigutusliku aktiivsuse tõstmine
- abivahendite kohandamine