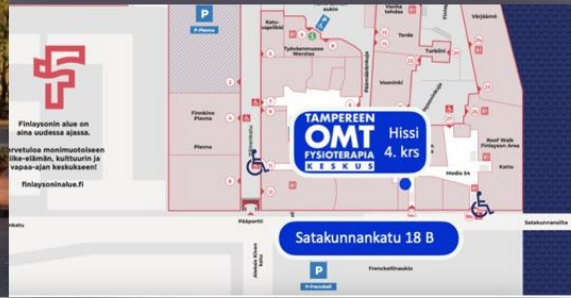




Valokuvaaja Mikko Vares Photography

1.7.2024 Tampereen OMT-Keskus muutti Finlaysonin alueelle. Tämä oli toinen muuttomme 30-vuotisen toimintamme aikana.



HYVISSÄ KÄSISSÄ

Tampereen OMT-Keskus Oy käänsi uuden lehden, kun 1.7. muutimme Finlaysonille. Tampereelta Vanhanpostin talosta 1994 alkanut toimintamme jatkui Kela-talossa Keskustorin laidalla aina vuodesta 2001 alkaen ja nyt 30 toimintavuotta tulee täyteen uusissa tiloissa Finlaysonilla.)

Elokuussa tapahtuneen muuton myötä olemme keskittyneet fysioterapiaan erikoisosaamisalueillamme ja ryhmäliikunnan olemme jättäneet toistaiseksi pois palveluistamme.

Asiakaskohtaukset, onnistuneet kuntouttamiset ja myönteiset asiakaspalautteet antavat draivia alkaneeseen syksyyn. Apua ovat saaneet niin pitkään migreenistä kärsineet kuin äkillisestä huimauksesta ja vaikeista säteilykivuista raajoissa kärsivätkin. Myös uusi työympäristö ja yhteistyökumppanit virittävät uudenlaista innostusta työntekoon.

Haluun aina muistuttaa itseäni ja muita huolehtimaan itsestään ja kehostaan. Toimintakykymme säilyy vain pysymällä aktiivisena ja tähän olemme vastanneet **HUOLENPITO-palvelullamme**, jonka avulla autamme asiakkaita seuraamaan omaa fyysistä kuntoa, selättämään kivut ja pysymään harrastuksiensa parissa. Verkkosivuillamme omtkeskus.fi löytyy lisää tietoa palvelusta.



Tulevallekin toimintavuosikymmenelle siirtyessämme lupaamme asiakkaille:

Olette meillä hyvissä käsissä.

Ystävällisesti

Jouko Nuutila, OMT-ft , tj.
Tampereen OMT-Keskus Oy

AKUUTTI - palvelu äkillisten vaivojen hoitoon

Akuutti fysioterapia on suunnattu äkillisesti alkaneisiin vaivoihin, mutta vastaanotolle saa tulla kuka tahansa vaivaan katsomatta. Päänsärky, ”lukko” selässä, polvi- tai olkapääkipu ovat tyypillisiä vaivoja, joita akuuttivastaanotolla hoidetaan. Niskaperäinen päänsärky tai rintarangan ”fasettilukon” aiheuttama rintaan pisto tai hengenahdistus voi olla melko invalidisoiva ja pelottava, mutta ovat melko helposti hoidettavissa tai oireita ainakin merkittävästi lievitetävissä terapeuttiemme toimesta. Vaivat ovat usein nopeampia kuntouttaa, kun ei odotella mahdollista kroonistumista. Monet vaivat saattavat kuntoutua toki itsestään, mutta Akuutti-palvelulla pyrimme auttamaan asiakkaitamme siten, että yhtään päivää ei hukattaisi kipujen vuoksi. Yksi Akuutti-palvelun keskeisiä tekijöitä on myös asiakkaan saama tieto vaivastaan, joka saadaan tutkimisesta. Useimmiten ei niin vakava, kuin ensin ajatellaan. Manuaalisen terapian ja teippauksen hyöty on merkittävä akuuteissa vaivoissa: kivun hoito, nivelen ja kropan toimintakyvyn palautumisen edistäminen sekä kehon toiminnan muutoksesta aiheutuvien vaivojen ehkäiseminen.

AKUUTTI-
PALVELU

HOITON ARKISIN
24 TUNNIN SISÄLLÄ
YHTEYDENOTOSTA.

Moninkertaisia taloudellisia hyötyjä Akuutti-palvelusta

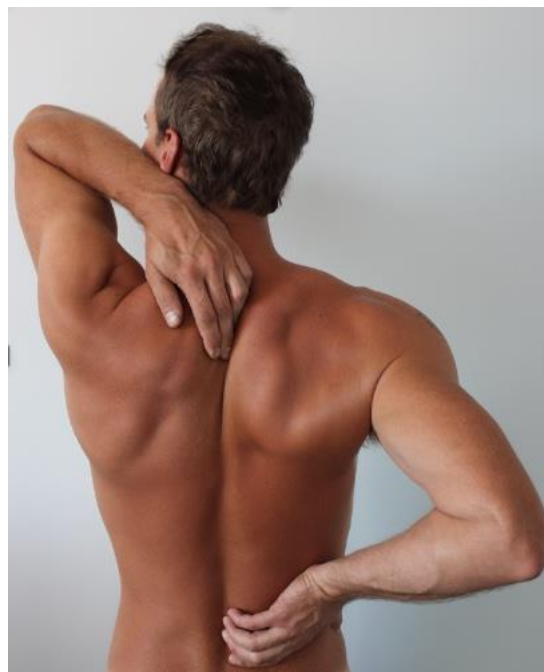
Akuutti-palvelusta hyötyvät niin hoidettava asiakas kuin hänen työnantajansa ja yhteiskuntakin. Vaivan nopea kuntouttaminen säästää kaikille osapuolille merkittäviä summia. Sairausloman laskennallinen kustannus yritykselle ja myöhemmin yhteiskunnalle on keskimäärin 300 - 400€ / pvä. Fysioterapiaprosessi akuuteissa vaivoissa on tyypillisesti 1-3 hoitokertaa, eli alle 250€. Tuki- ja liikuntaelinvaivoissa vain harvoin on tarpeen viikon sairausloma, joka ei koskaan saisi olla vain lepäilyä. Keho tarvitsee aina aktiivista tekemistä ja tämän ohjaamiseen juuri fysioterapeutit ovat asiantuntijoita. Oikea ohjaus ja omat liikuntaharrastukset ovat toimintakyvyn ylläpitoon keskeisin tekijä.

Terveisiä ”seläkoulutuksesta”

Tampereen OMT-Keskuksen fysioterapeuttien osaaminen perustuu hankittuun tasokkaaseen koulutukseen, vahvaan kokemukseen sekä jatkuvaan uuden tiedon hankintaan.

Muutamia viikkoja sitten osallistui kaksi fysioterapeuttiamme koulutukseen Selkämerellä, jossa keskityttiin selkäongelmiin. Kouluttajina olivat Juhani Määttä (Fysiatrian erikoislääkäri, LT, Dosentti) sekä Riikka Holopainen (ft, TtT). Tässä muutamia painokkaasti koulutuksessa esiin tulleita asioita, jotka antavat pohjan uudelle hoitosuositukselle.

1. SÄRKYLÄÄKKEET JA LEPO eivät kuntouta selkääsi, vaan aktiivinen liike kivun sallimissa rajoissa.
2. KIPUHOIDOILLA ja TEIPPAUKSELLA saadaan madallettua kynnystä aktiiviseen treeniin.
3. KUVANTAMISTUTKIMUKSIA EI YLEENSÄ TARVITA, ellei kyseessä ole epäily vakavammasta rakenteellisesta ongelmasta.



Koulutuksen todettiin vahvistavan niitä hyviä hoitokäytäntöjä, jotka ovat pitkään olleet fysioterapeuttiemme osaamisaluetta. Samalla oli rakentavaa kuulla uutta tutkimustietoa, jolla voi täydentää ja vahvistaa nykyisiä taitojaan.

Mikko Nuuttila, Mika Halonen

Uusia lyhyt-videoita YouTubessa



Olemme jo pitkään julkaisseet somessa (FB ja YouTube) lyhyitä "hoitovinkkivideoita". Tässä kuvamuistutus parista viimeisimmästä. Kannattaa käydä YouTubissa

https://www.youtube.com/channel/UC43mj1tDXHMjM_tWaBNliDA

Tervettä ja hapekasta syksyä uutiskirjeemme lukijoille!



Toivottavat
OMT-Keskuksen fysioterapeutit

Tampereen OMT-Keskus Oy

Satakunnankatu 18B, 4.krs

Tampere, Finland

+358 3 223 55 66

www.omtkeskus.fi

omt@omtkeskus.fi