

# SPORTLASELE OLULISED MEDITSIINITEENUSED

Eesti Kergejõustikutreenerite aastakonverents  
11. november 2017

Dr. Pii Müller  
Spordimeditsiini SA



▶ **“ An ounce of prevention is worth a pound of care”**

Benjamin Franklin (1706-1790)



- ▶ Spordimeditsiini SA
- ▶ Tartu Ülikooli Kliinikum– Sporditraumatoloogia keskus ja Spordimeditsiini osakond
- ▶ Ortopeedia arstid
  
- ▶ Haigekassa noorsportlaste terviseuuringute partnerid üle Eesti  
[www.noorsportlane.ee](http://www.noorsportlane.ee)

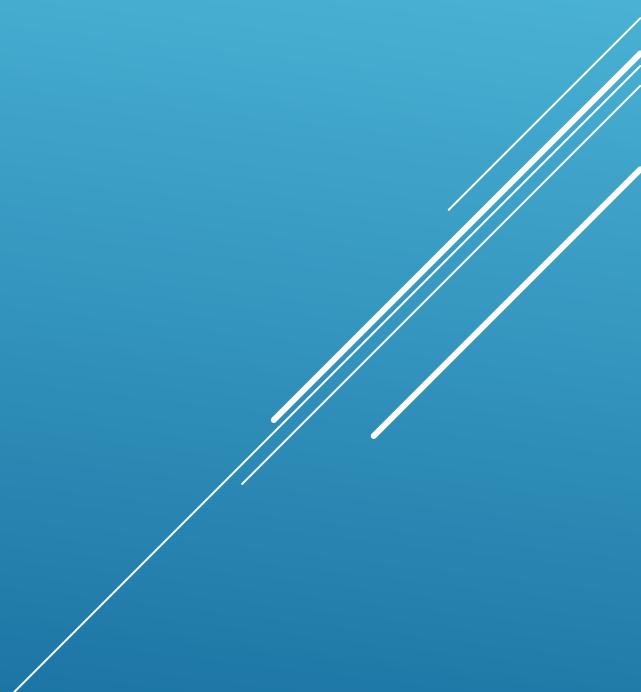
SPORDIMEDITSIINILINE TUGI EESTIS

- ▶ Noorsportlane vs täiskasvanu
- ▶ Harrastaja vs saavutus-sportlane
- ▶ Üleüldine tervisekontroll
- ▶ Treeningute efektiivsuse hindamine
- ▶ Terviseprobleemide tuvastamine
- ▶ Spordiarsti soovitused ohutuks ja efektiivseks treenimiseks

# TERVISEUURINGUD

- ▶ **“Healing is a matter of time, but sometimes also a matter of opportunity”**

Hippocrates (c460-370 BCE)



- ▶ Spordiarsti konsultatsioonid – Dr. Lepik, Dr. Vask
- ▶ Ortopeedi konsultatsioonid – Dr. mardna, Dr. Rõivassepp, Dr. Annus
- ▶ Kardioloog – Dr. Hanni
- ▶ Uued tuuled...

ERIMÄRSTIABI

## Füsioteraapia Kliinik

Kliiniku spetsialistid aitavad leida lahenduse erinevatele skeletilihassüsteemi vaevustele, on selleks siis igapäevategevusi või sportimisharrastusi piirav valu, lihasjäudluse langus, liigesliikuvuse piiratus või muu probleem.

Vaata Džõnsoni treeningu praktikumi (15.09 või 27.10.17) infot SIIT.

[Broneeri aeg](#)

Füsioteraapia Kliinik  
Parim abi sinu skeletilihassüsteemi probleemile

- ▶ Koostöö Füsioteraapia Kliinikuga
- ▶ [www.fysioterapia.ee](http://www.fysioterapia.ee)

# FÜSIOTERAAPIA

- ▶ Diadünaamika
- ▶ Külmaravi
- ▶ Laserravi
- ▶ Lööklaineravi
- ▶ Magnetravi
- ▶ Ultraheliravi
  
- ▶ Vajalik saatekiri - perearst/ortopeed/taastusraviarst

# APARAATNE FÜSIOTERAAPIA



- ▶ Partnerlaboriks Synlab
- ▶ Vereanalüüsid terviseuuringute osana
- ▶ TippSPORTlaste jälgimine
- ▶ Tervisesportlase pakett / kliinilise vere analüüs

# VEREANALÜÜSID

# SPORDIMEDITSIINI SIHTASUTUS

TONDI 84/3 (AUDENTESE ERAKOOLI III KORRUS)  
11316 TALLINN

TELEFON: +372 699 6515, +372 699 6545

E-POST: ADMIN@SPORTMED.EE



Küsimusi?