IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla
Ravi 18, 10138 Tallinn
Rg-kood 10822068
Tel 666 1900
E-post info@itk.ee
www.itk.ee

Vaimse tervise füsioteraapia

Vaimse tervise füsioteraapia on onkoloogilistele ja taastusravi patsientidele mõeldud füsioteraapiateenus, mis põhineb kehatajuteraapia meetodil BBAT (Basic Body Awareness Therapy).

Teenuse käigus õpetatakse patsientidele, kuidas läbi liikumise ja liigutusteadlikkuse arendamise toetada eneseteadlikkust ning stressi ja haigusega toimetulekut. Kehatajuteraapia on sobiv füüsiliste ja/või vaimsete terviseprobleemide korral, nagu krooniline valu, lihaspinged, väsimus, unetus, ärevus- ja meeleoluhäired jms. Teraapia keskendub funktsionaalsele liikumisele, liigutusteadlikkuse ja liigutuskvaliteedi arendamisele, sh õpib inimene märkama, kuidas ta kasutab keha argitegevustes (istumine, seismine, kõndimine ja lamamine).

Vastuvõtule pöördumiseks on vajalik ITK eriarsti saatekiri! Teenusele suunab raviarst.