



IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla  
Ravi 18, 10138 Tallinn  
Rg-kood 10822068  
Tel 666 1900  
E-post [info@itk.ee](mailto:info@itk.ee)  
[www.itk.ee](http://www.itk.ee)

## Kinesioteipimine

**Kinesioteip on elastne teip, mis on tõhus vahend skeletilihassüsteemi vaevuste vähendamiseks.**

Teipimine aitab kaasa ülekoormusest või traumast tingitud kahjustatud piirkonna taastumisele. Teip aitab alandada turseid ja vähendab valu.

Kinesioteipimist teeme ka patsiendi enda teibiga. Teenus on [tasuline](#).

**Teenusele saab aja broneerida:**

- kohapeal registratuuris;
- telefoni teel [666 1900](tel:6661900) E–R 7.15–18.00;
- patsiendiportaalis [iPatsient](#).