

Fysioterapia- ja hierontapalvelut

SAGA
KÄPYLINNA

Onko sinulla niska- tai hartiakipu ja tai sattuu polveesi? Fysioterapeutti voi kliinisen tutkimuksen kautta antaa juuri sinun tarvitsemaasi hoitoa.

Fysioterapiapalveluja voidaan toteuttaa henkilökohtaisen suunnitelman mukaisesti, joko omassa kodissasi, talon kuntosalilla ja terapia-altaassa tai fysioterapeuttien vastaanottotiloissa. Fysioterapeuttinen harjoittelu voi sisältää mm. tasapaino-, lihasvoima- ja liikkuvuusharjoittelua, hierontaa, liikehoitoja sekä venyttelyä.

Fysioterapian tavoitteena ikääntyneen ihmisen kohdalla on mm. toimintakyvyn ylläpito ja/tai kohentaminen (mm. liikkuminen, apuvälineiden käyttö, kiputilojen lievittäminen). Fysioterapiaan ei tarvitse lääkärin lähetystä, mutta lääkärin läheteellä (SV3FM) saat fysioterapiasta kelakorvauksen. Varaa vastaanottoaika Saga Käpylinnan lääkärille Sagan hoitajilta.

Sagan fysioterapeutti Simo Sahlman on suorittanut opintonsa Lahden ammattikorkeakoulussa. Yksilöllisen fysioterapian ohella Simolta löytyy kokemusta ryhmänohjauksesta niin kuntosaliharjoittelun kuin vesiliikunnan osalta. Myös manuaaliset hoidot luonnistuvat. Simo on suorittanut lisäopintoina teippauskoulutuksen uudesta Dynamic tape –menetelmästä. Dynamic Tape soveltuu heikon tai yllirasittuneen lihaksen hoitoon ja sillä voidaan tukea nivelten liikkeitä. Simo nauttii yhdessä tekemisestä ja kohtaa asiakkaan pohjois-karjalaisella leppoisuudella.

Fysioterapia- ja hierontahinnasto

Hinta

Fysioterapia / hieronta 30 min

30 €

Fysioterapia / hieronta 45 min

45 €

Fysioterapia / hieronta 60 min

60 €

Yhteystiedot

Simo Sahlman

puh. 050 4389 159

simo.sahlman@sagacare.fi

Yhteydenotto pyynnöt myös Sagan hoitajille.

Aukioloajat:

arkisin klo 8.00 - 15.00 tai sopimuksen mukaan

Vastaanotto:

Saga Käpylinnan 1.krs, kampaamon yhteydessä hissien vieressä



Simo Sahlman
fysioterapeutti

Ota yhteyttä ja
varaa aika
yksilölliseen
fysioterapiaan!

Saga Käpylinna

Myrskyläntie 18 | 00650 Helsinki

www.sagacare.fi

 **SAGA CARE**