

# Fysioterapiapalvelut

**Onko sinulla niska- tai hartiakipuja tai sattuuiko polveesi? Fysioterapeutti voi kliinisen tutkimuksen kautta antaa juuri sinun tarvitsemaasi hoitoa.**

Fysioterapiapalveluja voidaan toteuttaa henkilökohtaisen suunnitelman mukaisesti joko asukkaan kotona, talon kuntosalilla, terapia-altaassa tai fysioterapeutin 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 lähetettä, mutta lääkärin läheteellä (SV3FM) saat fysioterapiasta kelakorvauksen.

Sagan fysioterapeutti Emma Salmi on valmistunut vuonna 2009. Hän on työskennellyt paljon työikäisten sekä ikääntyneiden parissa. Liikunnallisena henkilönä Emma pyrkii innoittamaan myös asiakkaita löytämään liikunnan ilon ja liikkeen parantavan voiman. Manuaalisissa hoidoissa puolestaan keskitytään kipujen lievitykseen ja lihasten rentouttamiseen. Fysioterapiahoitojen lisäksi Emma tekee hemmotteluhoitoja, joihin kuuluu intialainen päähieronta, kuumakivihieronta ja aromahieronta. Tämän lisäksi tarjolla on myös vyöhyketerapiaa.

**SAGA**  
TORILINNA

## Fysioterapia- ja hierontahinnasto

## Hinta

Fysioterapia / hieronta 30 min

34,00 €

Fysioterapia / hieronta 45 min

50,00 €

Fysioterapia / hieronta 60 min

66,60 €

## Yhteystiedot

### Emma Salmi

Puh. 050 529 8969

emma.salmi@sagacare.fi

Yhteydenottopyynnöt myös Saga Torilinnan vastaanottoon tai Sagan hoitajille.

### Aukioloajat:

arkisin sopimuksen mukaan

### Vastaanotto:

Saga Torilinnan 1. kerroksessa



**Emma Salmi**  
Fysioterapeutti

**Ota yhteyttä ja  
varaa aika  
yksilölliseen  
fysioterapiaan!**

**Saga Torilinna on omaishoidon palvelusetelituottaja**

Saga Torilinna  
Snellmaninkatu 3 D, 1.krs | 53100 Lappeenranta  
www.sagacare.fi

 **SAGA**  
PALVELUTALOT

# Hemmotteluhoitot ja vyöhyketerapia

SAGA  
TORILINNA

## INTIALAINEN PÄÄHIERONTA

Vanhaan intialaiseen hoitomuotoon pohjautuvassa hieronnassa käsitellään päänahkaa, kasvojen aluetta, korvalehtiä sekä niskaa rauhallisin hierontaliikkein. Hoito auttaa rentoutumaan sekä saavuttamaan fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia. Soveltuu hyvin stressin, päänsärkyongelmien ja jännitystilojen hoitoon.

**Hoidon kesto 45 min (50 €)**

## KUUMAKIVIHIERONTA

Hieronta tehdään lämpimillä kivillä, joista välittyvä syvälämpö vilkastuttaa verenkiertoa ja auttaa laukaisemaan lihasjännitystä. Hieronnan aikana käsitellään koko vartalo. Kuumakivihieronta on hyvä rentoutushoito jännittyneille ja väsyneille lihaksille.

**Hoidon kesto 60 min (67 €)**

## AROMAHIERONTA

Kevyt, rentouttava ja aineenvaihduntaa vilkastuttava hieronta koko vartalolle. Eteeriset öljyt ja sivelevät hierontaliikkeet rentouttavat ja tuovat levollisen olon. Öljyt imeytyvät ihon kautta elimistöön ja hoitavat kehoa solutasolla asti.

**Hoidon kesto 60 min (67 €)**

## VYÖHYKETERAPIA

Vyöhyketerapian tavoitteena on tasapainottaa kehoa. Hoidon aikana painellaan jalkapohjan ja jalkaterän eri heijastepisteitä. Kehon eri osien vyöhykkeitä käsittelemällä saadaan elimistön omat parantavat voimat toimimaan mahdollisimman tehokkaasti.

**Hoidon kesto 60 min (67 €)**

## HOITOPAKETIT

Aromahieronta + intialainen päähieronta

**Hoidon kesto 90 min (100 €)**

Kuumakivihieronta + intialainen päähieronta

**Hoidon kesto 90 min (100 €)**