

Laura Krustiņa
Fizioterapeite

Izglītība

2019 - 2023 Rīgas Stradiņa universitāte profesionālais bakalaura grāds veselības aprūpē un fizioterapeita kvalifikācija

2023-2025 Rīgas Stradiņa universitāte akadēmiskais veselības zinātņu maģistra grāds veselības aprūpē.

Latvijas Fizioterapeitu asociācijas (LFA) biedrs.

Darba pieredze

2023 - Ergoterapeita / Rokas terapeita asistents, praktikants SIA "Latvijas Mikroķirurģijas centrs"

2023 - šobrīd fizioterapeite SIA "Arho Medicīnas serviss"

2022 - šobrīd fizioterapeite SIA "Veselības centrs 4" filiālē "Diagnostikas centrs"

Tālākizglītība

2021 - FESSH (Federation of European Societies for Surgery of the Hand) Congress

2022 - K-Taping Therapist training

2023 - Dalība Traumatologu un ortopēdu konferencē

2023 - Dalība APFSSH (Asian Pacific Federation of Societies for Surgery of the Hand) kongresā ar interaktīvu stenda referātu

2023 - Dalība "Hong Kong International Wrist Arthroscopy Seminar and Workshop" Seminārā

2024 - Dalība FESSH (Federation of European Societies for Surgery of the Hand) Rotterdam

2024 - dalība Traumatologu un ortopēdu konferencē

Regulāri piedalos zinātniskās konferencēs un plānoju apmeklēt arvien vairāk tālākizglītības kursus, konferences utt., lai turpinātu paplašināt savas zināšanas.

Specializējas

- Traumatoloģijas un ortopēdijas, neiroloģijas, kā arī reimatoloģijas pacientu ārstēšana,
- Sadržīves un sporta traumu rehabilitācija (kauļu lūzumi, saišu sastiepumi, plīsumi, sasitumi),
- Rehabilitācija pirms un pēc ķirurģiskām operācijām,
- Apakšdelma, plaukstas locītavas un pirkstu rehabilitācija pēc konservatīvas vai ķirurģiskas lūzumu ārstēšanas,
- Muguras sāpju profilakse,
- Locītavu sāpju ārstēšana,
- Stājas asimetrijas mazināšana,
- Gaitas stereotipa korekcija,

Piedāvā

- Fizioterapeita konsultācijas,
- Individuāla rehabilitācijas plāna izstrāde,
- Ārstnieciskā vingrošana,
- Manuāla kustību izstrāde locītavās,
- Manuālās terapijas tehnikas,
- Mīksto audu tehnikas,
- Kinezioloģiskā teipošana.

Mans kā fizioterapeita galvenais mērķis ir uzlabot dzīves kvalitāti ikvienam cilvēkam, ar kuru sadarbojos. Ikdienas darbā mani vada patiesa aizraušanās ar savu profesiju, atzīstot kustību būtisko nozīmi vispārējās veselības uzturēšanā.

Apzinos ar mūsdienu straujo ikdienu un profesiju īpatnību saistīto traumu un hronisko sāpju izplatību, tādēļ tiecos nodrošināt efektīvu ārstēšanu, lai risinātu šīs radušās problēmas un uzlabotu ikviena vispārējo labsajūtu. Ikdienas darbā uzsveru, cik svarīga ir pacientu iesaistīšanās savā rehabilitācijas procesā, sniedzot ikvienam zināšanas, kas ir noderīgas ilgtermiņa panākumiem savas vispārējās veselības uzlabošanā. Ikvienam ikdienā būtu vēlams ieviest regulāras fiziskās aktivitātes, kā arī pietiekamu un kvalitatīvu atpūtu, lai optimizētu vispārējo dzīves kvalitāti un dzīvesprieku.

Ir svarīgi apzināties, ka fizioterapija nav ātrs risinājums vai “maģiska dziedinoša tablete”, kas radīs tūlītēju ārstējošu efektu un mazinās sāpes vai citas sūdzības. Drīzāk tas ir fizioterapeita un pacienta kopīgs darbs, kas prasa centību, pacietību un mērķtiecību, lai sasniegtu ilgtspējīgus rezultātus.