

# Evita Evelīna Rozenšteine

Fizioterapeite

## Izglītība

2020-2024 Rīgas Stradiņa universitāte, profesionālais bakalaura grāds veselības aprūpē un fizioterapeita kvalifikācija

Latvijas Fizioterapeitu asociācijas (LFA) biedrs

## Darba pieredze

2024 – šobrīd SIA “Arho Medicīnas Serviss” fizioterapeite

## Tālākizglītība

2024 PD Warrior Neuroplasticity in Parkinson's Course Level 1

2024 LFA Klīniskā konference 2024

2024 Latvijas kustību slimību biedrības konference “Komplicētas Parkinsona slimības problēmas un risinājumi”

2024 LMA Miofsciālās masāžas kursi

2023 LFA vebinārs Rehabilitācija personām ar Parkinsona slimību

2023 LFA Klīniskā konference 2023 “Muskuloskeletālās sāpes”

2023 Medicīniskās teipošanas kursi (Medical Taping Concept)

## Specializējas

- traumatoloģija un ortopēdija, neiroloģija, reimatoloģija
- sporta un sadzīves traumu rehabilitācija (kauļu lūzumi, saišu sastiepumi, plīsumi, sasitumi)
- pirms un pēc operācijas rehabilitācija
- mugurkaula un citu locītavu sāpju ārstēšana
- mīksto audu bojājumu ārstēšana (cīpslu iekaisumi un bojājumi, sinovīti, bursīti)
- neiropātisku sāpju un jušanas traucējumu ārstēšana (radikulopātijas, nervu bojājumi)
- līdzsvara un koordinācijas traucējumu ārstēšana, Parkinsona slimība
- stājas un gaitas korekcija

## Piedāvā

- fizioterapeita konsultācijas,
- rehabilitācijas plāna izstrāde,
- ārstnieciskā vingrošana un funkcionālie treniņi (individuāli un grupās),
- manuāla kustību izstrāde locītavās,
- mīksto audu tehnikas,
- ārstnieciskā masāža,
- kinezioloģiskā teipošana

Kustība rada pārmaiņas mūsu fiziskajā, emocionālajā un mentālajā veselībā, kas ir kvalitatīvas dzīves pamats. Katram cilvēkam, kas vēršas pie fizioterapeita, ir savi mērķi, stiprās puses un izaicinājumi, ko pārvarēt. Tā var būt sāpju mazināšana, kustību un patstāvības atgūšana vai vienkārši jušanās pārliecinātāk savā ķermenī, un es ticu, ka katram ir potenciāls šos mērķus realizēt, tikai dažkārt tam nepieciešams neliels atbalsts. Lai panāktu vislabākos rezultātus fizioterapijā, pacients un terapeits strādā kopā kā komanda, kur katra darbs veicina progresu.

Pati ikdienā eju ar pārliecību, ka vesels ķermenis un mierīgs prāts ir rezultāts, ko iegūstam ar regulārām fiziskajām aktivitātēm, tāpēc kustos pati (skrienu, eju pārgājienos, braucu ar velo un saku “jā” jaunu aktivitāšu izmēģināšanai) un iedvesmoju kustībai citus.