

Baiba Šķēle
Sertificēta fizioterapeite
Latvijas fizioterapeitu asociācijas biedre

Specializējos

Rokas rehabilitācija (visa veida lāpstiņas, plecu joslas, plecu locītavas, elkoņa, plaukstu problēmas).

Mugurkaula problēmas (visa veida kakla, krūšu, jostas un krustu daļas sāpes, izstarojošas sāpes, plakanas muguras stājas īpatnības).

Kājas rehabilitācija (visa veida pēdas, potītes, ceļu, gūžu sāpes un problēmas).

Hronisku, multifaktoriālu sāpju risinājuma meklēšana.

Kustību biomehānikas analizēšana, simptomus provocējošo kustību ieradumu koriģēšana.

Izbaudīt kustību. Sajust, ka mans ķermenis man klausas, man sanāk. Ir brīži, kad ir spītīgi jātrenējas, bet ir brīži, kad vairāk ir jāmēģina saprast un sajust, kā ķermenis darbojas un kā tas jālieto. Šeit es esmu tāds kā vērotājs un padomdevējs, lai pacients atgūtu pēc iespējas lielāku spēju kvalitatīvi lietot savu ķermeni. Kam seko individuāli pielāgots funkcionāls treniņš atbilstoši pacienta ikdienas fiziskajām vajadzībām.

Fizioterapijā ir tāds maģisks brīdis, kad parādās tas īstais cilvēks. Kad manā priekšā vairs nav tikai "sāpes un ciešanas", kad pareizi atrastas stratēģijas rezultātā sāpes sāk atkāpties un parādās pats īstais cilvēks. Hronisku sāpju pacientiem šis ceļš nereti ir diezgan ilgs, bet tas brīdis ir maģisks, kad pacients atgūst savu dzīves sparun un kustību.

Izglītība

2016.g. veselības zinātņu maģistra grāds veselības aprūpē Rīgas Stradiņa universitātē

2013.g. profesionālais bakalaura grāds veselības aprūpē un fizioterapeita kvalifikācija Rīgas Stradiņa universitātē

Darba pieredze:

2014 - šobrīd fizioterapeite SIA „Arho Medicīnas Serviss”

2019 – šobrīd klīniskās prakses vadītāja fizioterapijas studentiem Latvijas Sporta Pedagoģijas akadēmijā (LSPA)

2019 - šobrīd klīniskās prakses vadītāja fizioterapijas studentiem Rīgas Stradiņa Universitātē (RSU).

2000-2015 ārzemju ziņu nodaļas žurnāliste un redaktore SIA LETA

2012-2015 tekstu autore un redaktore Tūrisma Attīstības Valsts aģentūras ikmēneša Tūrisma ziņu apkārtrakstam

2002-2003 ārštata autore laikrakstā „Zemgales Ziņas”

1997-2000 eksporta un importa menedžere SIA “Ventspils koks”

1997-1998 asistente SIA “Ostcelt”

Papildus izglītība:

2020 - Hroniski funkcionēšanas traucējumi fizioterapijā

2020 - Primārā un sekundārā traumu profilakse fizioterapeita praksē

2019 - Movement Impairment Syndromes, mugurkaula kakla daļa un augšējās ekstremitātes (lektors Bjorn Aasa, Zviedrija)

2018 - Movement Impairment Syndromes, muguras lejas daļa un apakšējās ekstremitātes (lektors Bjorn Aasa, Zviedrija)

2018 - Plecu traumu rehabilitācija sportā

2018 - Ergonomikas pamatprincipi un to pielietojums muskuļu, skeleta un saistaudu slimību profilaksē

2018 - Izdegšanas sindroms – klīniskās izpausmes, diagnostika, ārstēšana, profilakse

2018 - Standartizēti izvērtēšanas protokoli fizioterapeita praksē

2017 - Onkoloģijas pacientu rehabilitācija

2013 - Bērnu aprūpes īpatnības un attīstība līdz staigāšanas vecumam, Klaudija Hēla

2012 - Medical taping Concept for Physiotherapists

Lekcijas, uzstāšanās:

2024 - Sāpes un disfunkcija gūžas locītavā un iegurņa zonā (MyFitness treneru apmācība)

2024 - Pleca joslas, pleca un elkoņa locītavas disfunkcija un sāpes (MyFitness treneru apmācība)

2024 - Fizioterapija Hallux Valgus deformācijas attīstības palēnināšanai (11.Latvijas Traumatologu ortopēdu konference)

2024 - Fizioterapija pacientiem ar mugurkaula jostas daļas listēzi (11.Latvijas Traumatologu ortopēdu konference)

2024 - Hallux Valgus jeb greizais īkšķis – terapijas iespējas bez operācijas (Izstāde Medbaltica)

2023 - Fizioterapeita taktika darbā ar pacientiem pēc mugurkaula jostas daļas ķirurģiskas ārstēšanas (LFA seminārs)

2023 - Pacients pēc mugurkaula jostas daļas ķirurģiskas ārstēšanas fizioterapeita praksē: klīniskā gadījuma ziņojums (LFA seminārs)

- 2022 - Diagnostika un fizioterapijas metožu izvēle pusaudzīm ar hronisku elkoņa locītavas atslāņojošu osteohondrītu un augšanas zonu pārslodzi: gadījuma ziņojums (LFA Klīniskā konference)
- 2022 - Darba vides faktoru ietekme uz dažādām ķermeņa sistēmām (LFA seminārs)
- 2022 - Mugurkaula kakla daļas neiroloģiskā un funkcionālā izvērtēšana (LFA seminārs)
- 2022 - Pacienta rehabilitācija pēc hemorāģiska insulta pēc a.carotis interna dx disekcijas: gadījuma ziņojums (LFA seminārs)
- 2021 - Rehabilitation after hand and wrist injuries (AO Trauma Seminar Management of Fractures of the Hand and Wrist)
- 2021 - Ergonomika un fizioterapija zobārstniecībā (RSU Stomatoloģijas institūts tālākizglītības kursi zobu higiēnistiem un zobārstniecības māsām)
- 2020 - Ārvalstu lektoru prezentāciju sinhronā tulkošana III Latvijas Fizioterapeitu konferencē
- 2018; 2019 - Fiziska darba un smaguma celšanas ergonomikas pamatprincipi lidostas „Rīga” krāvējiem
- 2018 - Fizioterapija arodslimību rehabilitācijā – pamatprincipi, paņēmieni, indikācijas, kontraindikācijas. Fizioterapijas meistarklase (Latvijas arodslimību ārstu biedrības un RSU kursi ārstiem „Aktualitātes aroda medicīnā”)
- 2018 - Pleca locītavas un mugurkaula kakla daļas diferenciāldiagnostika, specifiski testi un terapijas piemērošana (LFA seminārs)
- 2016 - Lateropulsijas sindroms insulta pacientiem. Novērtēšana un fizioterapijas metodes (LFA seminārs)