



## Infomaterjal

### Jalalaba digitaaluuring

*Kestus – 45 minutit*

Jalgade stabiilsus mõjutab meie rühti, tasakaalu, kõndi ja selja tervist. Koormus jalalabale on vanusega muutuv. Jalanõude, tallatugede ning abivahendite valikul on vajalik individuaalne lähenemine

Uuring on näidustatud jalavaevuste ja kõnnakuhäire põhjuste selgitamiseks. Spetsiaalsel kõnnirajal kõndimine võimaldab visuaalsest vaatlusest täpsemalt hinnata põlavõlvide muutusi ning tallatugede kandmise vajadust. Füsioterapeut hindab Teie jalgade seisundit, soovitab sobivaid harjutusi ja annab juhiseid jalanõude ja abivahendite valiku osas.

#### Teenus on tasuta ja sisaldab:

- ✦ füsioterapeutilist hindamist;
- ✦ digitaalset uuringut, selgitamaks põlavõlvide seisundit ja hindamaks tallatugede vajalikkust;
- ✦ nõustamist abivahendite ja jalanõude osas;
- ✦ kodutreeningu juhiseid.

Jalalaba digitaaluuringut teostame alates 5. eluaastast. Vajalik on eelnev registreerimine. Uuringule tulekuks ei ole vaja arsti saatekirja.

#### Vajalik kaasa võtta:

- ✦ kasutusel olevad tallatoed või ortopeedilised jalanõud;
- ✦ enam kantavamad jalanõud, sportlaste puhul spordijalatsid;
- ✦ kasutatavad abivahendid jalgadele (ortoosid vms).