



Suunatud raadiosagedusteraapia (targeted radiofrequency therapy- TRT)

Kestus kuni 30 minutit

TRT suunab kõrgsagedusliku elektromagneetilise energia kudedesse, mille tulemusel tekib koe hüpertermia. Koe soojenemine toob kaasa valu vähenemise, lihaste lõõgastumise. Soojusenergia aitab stimuleerib kudede regenereerimist ja seeläbi omab ravitoimet.

Protseduur

Protseduuri teostatakse valulikule, pinges piirkonnale kas istuvas või lamavas asendis. Terapeut on terve protseduuri aja kliendiga kontaktis sidudes enda manuaalsed oskused suunatud raadiosagedusteraapiaga. Terapeut kasutab kahte erinevat otsikut libistades neid masseerivate võtetega probleemsel piirkonnal. Klient tunneb massaaži ja suuremat soojust kui inimese käsi seda produtseerida suudab. Soojusenergia olenevalt otsikust suundub lihasesse või tihedamatesse struktuuridesse nagu näiteks kõõlused, sidemed, luuümbris. Soojusenergia hulka ehk tekkivat soojust saab vastavalt kliendi eelistusele muuta.

Klient tunneb kohest lõõgastavat tunnet, mis aja jooksul suureneb. Püsiva ravitoime saavutamiseks on vajalik teostada 3-6 protseduuri, sagedus oleneb probleemist.

Peamised näidustused:

- ✦ lihaste ülepinge, lihasvalu
- ✦ kaelavalu
- ✦ seljavalu
- ✦ erinevad kõõluspõletikud
- ✦ lateraalne/mediaalne epikondüliit
- ✦ plantaarfastsiiit
- ✦ külmunud õlg



Infomaterjal

Vastunäidustused:

- ✦ rasedus
- ✦ naha infektsioonid
- ✦ pahaloomulised nahamuutused
- ✦ tõsine kardio-ja/või respiratoorhaigus
- ✦ äge põletik
- ✦ palavik
- ✦ tundlikkushäired
- ✦ veritsushäired, sh hemorraagia

Lokaalsed vastunäidustused:

- ✦ südamestimulaator
- ✦ endoproteesid
- ✦ metallfiksaatorid jne
- ✦ ehted

Ravi tehakse ainult arsti või füsioterapeudi otsusel.

Koostaja: Sisehaiguste kliiniku taastusravi osakond Kairit Linnaste

Koostatud: 2018