

21.11.2018

## Fysioterapeutin ja sairaanhoitajan v 2019 infot polven- tai lonkan tekonivelleikkaukseen menevälle Imatralla

Tilaisuudessa saat tietoa leikkaukseen valmistautumisesta ja liikeharjoittelusta.

Voit keskustella fysioterapeutin ja sairaanhoitajan kanssa sinua askarruttavista kysymyksistä kuntoutumiseesi ja valmistautumiseen liittyen.

Sinulla on myös mahdollisuus harjoitella käytännössä kyynärsauvojen käyttöä tasaisella ja portaissa.

Infot pidetään **keskiviikkoisin klo 14.30-15.30**.

Tilaisuus on maksuton. Voit valita itsellesi parhaiten sopivan ajankohdan.

Voit ilmoittautua etukäteen ortopedian poliklinikalle soittamalla puh 05 352 6000 tai suoraan paikan päällä.

**Tilaisuus pidetään:**

**Honkaharjun sairaala, ruokasalin kabinetti, hissillä K-kerrokseen**

**Honkaharju 4**

**55800 Imatra**

Tammikuu	Helmikuu	Maaliskuu	Huhtikuu	Toukokuu	Kesäkuu
09.1. klo 14.30	6.2. klo 14.30	6.3. klo 14.30	3.4. klo 14.30	15.5. klo 14.30	12.6. klo 14.30
23.1. klo 14.30	20.2. klo 14.30	20.3. klo 14.30	17.4. klo 14.30	29.5. klo 14.30	26.6. klo 14.30

Heinäkuu	Elokuu	Syyskuu	Lokakuu	Marraskuu	Joulukuu
	7.8. klo 14.30	4.9. klo 14.30	2.10. klo 14.30	13.11. klo 14.30	11.12. klo 14.30
	21.8. klo 14.30	18.9. klo 14.30	16.10. klo 14.30	27.11. klo 14.30	
			30.10. klo 14.30		

**Eksoten puhelinpalvelu 05 352 6000, ma-pe klo 7.30-16.**



**QR-koodi** videoon  
Kotivoimisteluohjeita  
polven- tai lonkan  
tekonivelleikkaukseen  
menevälle, osa 1



**QR-koodi** videoon Sauvakävely- ja  
vuoteesta ylösnousuohjeita polven-  
tai lonkan tekonivelleikkaukseen  
menevälle, osa 2