

Fysioterapeutin ja sairaanhoitajan v 2020 infot polven- tai lonkan tekonivelleikkaukseen menevälle Lappeenrannassa

Tilaisuudessa saat tietoa leikkaukseen valmistautumisesta ja liikeharjoittelusta.

Voit keskustella fysioterapeutin ja sairaanhoitajan kanssa sinua askarruttavista kysymyksistä kuntoutumiseen 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 itselle parhaiten sopivan ajankohdan.

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

Lehmuskodin juhlasali Armilankatu 33

Tammikuu	Helmikuu	Maaliskuu	Huhtikuu	Toukokuu	Kesäkuu
15.1.	12.2.	11.3.	8.4.	6.5.	3.6.
29.1.	26.2.	25.3.	22.4.	20.5.	17.6.
Heinäkuu	Elokuu	Syyskuu	Lokakuu	Marraskuu	Joulukuu
	12.8.	9.9.	7.10.	4.11.	2.12
	26.8.	23.9.	21.10.	18.11.	16.12.

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