



## Apmācību seminārs “Kā efektīvāk palīdzēt galvassāpju pacientiem”

**Sestdien, 2018. gada 2. jūnijā plkst. 10:00-14:00**

Speciālisti ik dienas sastopas ar pacientiem, kuri sūdzās par galvassāpēm. Veiksmīgas ārstēšanas pamatā ir pacientu izglītošana un apmācīšana dažādās pašpalīdzības metodēs. Regulāri praktizējot, piemēram, relaksācijas un elpošanas tehnikas, pacients spēs pats mazināt vai atbrīvoties no sāpēm un spriedzes.

Apmācību seminārs pilnveidos speciālista praktisko instrumentu klāstu, sniedzot padziļinātas zināšanas par relaksācijas, emociju refleksijas un elpošanas metodēm galvassāpju ārstēšanā. Seminārā ar savu pieredzi dalīsies Vivendi Galvassāpju centra speciālisti, kuri ikdienā daudz strādā ar galvassāpju pacientiem un ir izveidojuši, apbējuši pacientu izglītošanas programmas.

**Apmācības piemērotas:** ārstiem, māsām, rehabilitācijas speciālistiem, fizioterapeitiem, ergoterapeitiem u.c. speciālistiem, kuru ikdienā ir sastopami pacienti ar galvassāpēm.

### Programma

Laiks	Tēma	Lektors
10:00 – 10:30	Fiziskās terapijas vingrinājumi ikdienai	Monta Puide, fizioterapeite
10:30 – 11:00	Elpošanas vingrinājumi	dr. Tarass Ivaščenko, psihoterapeits, psihosomatiskās medicīnas ārsts
11:00 – 12:00	Emocionālā refleksija un pašrefleksija	dr. Tarass Ivaščenko, psihoterapeits, psihosomatiskās medicīnas ārsts
12:00 – 12:30	Kafijas pauze	
12:30 – 13:15	Pašmasāžas tehnikas	Diāna Strāķe, masiere
13:15 – 14:00	Relaksācijas vingrinājumi	Kristīne Dūdiņa, klīniskā psiholoģe

**Nodarbību vieta:** Vivendi Galvassāpju centrā, Dzirnau ielā 16, Rīgā

**Dalība:** Par dalību seminārā tiek piešķirti sertifikāti **un dāvanā saņemsiet Vivendi Galvassāpju centra disku ar relaksāciju vingrinājumiem.**

Dalības maksa: EUR 35,00 (trīsdesmit pieci EUR).

Kurss notiks, ja pieteiksies vismaz 10 dalībnieki.

Pieteikties dalībai tālr. 204 51 777 vai e-pasts: info@migrenacentrs.lv

**Papildus informācijai:** mob. t.: 29 469 750, agita.lazdina@vivendicentrs.lv