

LFA apakšgrupas „Psihiskā veselība un fizioterapija” rīkotā vasaras skola Limbažos

11.-12. augustā Limbažu slimnīcā notika pirmā Latvijas Fizioterapeitu Asociācijas apakšgrupas „Psihiskā veselība un fizioterapija” vasaras skola par tēmu „Hroniskās sāpes”. Semināros piedalījās 5 ziņotāji ar dažādām tēmām: ārsti-psihoterapeiti Tarass Ivašenko un Oļegs Pļesunovs, psiholoģe Inese Upeniece un fizioterapeiti Ivars Zbitkovskis un Silva Cimoška.

- Pirmajā dienā notika ievadlekcija par psihosomatisko medicīnu, ka arī biopsihosociālo modeli, slimības cēloņiem un hroniskām sāpēm, kas palīdz labāk izprast pacientu uzvedību. Lekciju vadīja Tarass Ivašenko - ārsts-rezidents psihoterapeits, RSU Psihosomatiskās medicīnas un psihoterapijas katedras pasniedzējs.

- Inese Upenice – psiholoģe, dejas un personības kultūras centra “I-DEJAS MĀJA” radītāja un pasniedzēja, ka arī franču psihoterapijas virziena “psiho-organiskā analīze” terapeite novadīja meistarklasi „Somatika”, kas ir balstīta uz skatpunktu, ka ķermeņa fiziskās problēmas iesākumā rodas smalkajā struktūrā- mūsu domās un jūtās. Meistarklases laikā varēja izmēģināt dažādas kustības, tai skaitā kontaktimprovizācijas elementus, un ieklausīties ķermenī, kādas sajūtas rodas.

- Dienas nobeigumā bija lieliska iespēja izbaudīt relaksācijas nodarbību, ko novadīja fizioterapeits Ivars Zbitkovskis un, protams, dažādas izklādes un vienkārši kopā būšana.

- Otra diena sākās ar ārsta-rezidenta psihoterapeita, RSU Psihosomatiskās medicīnas un psihoterapijas katedras pasniedzēja Oļega Pļesunova lekciju par emocionāli nestabilām personām jeb par cilvēkiem ar robežlīmeņa traucējumiem (*borderline*) un kā ikdienā strādāt ar šādiem pacientiem.

- Fizioterapeite Silva Cimoška novadīja semināru par *Iyengar* jogas elementu izmantošanu pacientiem ar hroniskām muguras sāpēm.

- Tika atvēlēts laiks arī diskusijām, jaukām sarunām pie kafijas un garda kļiņģera.

Arī turpmāk plānosim rīkot dažādus seminārus, jo atsauksmes bija tikai pozitīvas.

LFA apakšgrupas valdes locekļi