

Ievads Sievietes iegurņa pamatnes veselībā : funkcijas un disfunkcijas (pamata zināšanas)



Datums un laiks

24.- 25.01.2026 plks. 9.00 - 17.00

un

Patstāvīga priekšapmācība attālināti 4 akadēmiskās h pirms apmācībām

Norises vieta Vaivaru Ambulatorā
rehabilitācijas klīnika, Vienības gatve 49A, Rīga

Dalības maksas pozīcijas

LFA IPVF biedri* – 500.00 (iekļaujot PVN)

Sertificēti fizioterapeiti* – 525.00 (iekļaujot PVN)

LFA apstiprinājuma Nr SK6/2025 , TIP 20



Rīkotāji Latvijas Fizioterapeitu asociācijas apakšgrupa iegurņa pamatnes veselība
fizioterapijā sadarbībā ar lektori fizioterapeiti **Michelle Lyons** (Īrija, Apvienotā Karaliste)

Datums līdz kuram reģistrēties 12.01.2026 (vieta grupā tiek rezervēta pēc rēķina apmaksas)

* iegurņa pamatnes muskulatūras novērtēšanas metodi digitāla palpācija praksē ir tiesīgīpieliētototikai
sertificēti fizioterapeiti

Kursu programma

TIEŠSAISTES PRIEKŠAPMĀCĪBA

1. iegurņa veselības anatomija un funkcija
2. iegurņa veselības novērtēšanas un izmeklēšanas principi
3. Traumas apzināšanās iegurņa rehabilitācijā
4. Urīnceļu disfunkciju pārskats

1. DIENA – KLĀTIENĒ 24.01.2026

9:00 Ievads sievietes iegurņa rehabilitācijā, kursa mērķi un uzdevumi

9:30 Starpenes un iegurņa rehabilitācijas anatomija un novērtēšana

10:30 Praktiskā apmācība Ārējā starpenes novērošana, identificēšana un palpācija

11:15 Pārtraukums

11:30 Praktiskā apmācība Iekšējās iegurņa rehabilitācijas izmeklēšanas tehnikas

13:00 Pusdienu pārtraukums

14:00 Slodzes urīna nesaturēšanas rehabilitācija

15:15 - Pārtraukums

15:30 Kustību vadība

16:15 Jautājumi un atbildes

2. DIENA – KLĀTIENĒ 25.01.2026

9:00 Jautājumi par 1. dienu

9:15 Hiperaktīvs urīnpūslis un urīna steidzamības nesaturēšana

10:15 Īpaši aspekti dažādos sievietes dzīves posmos: urīnpūšļa funkcija sportistēm, pēcdzemdību un perimenopauzes periodā

11:15 Pārtraukums

11:30 Zarnu, elpošanas un slodzes pārneses stratēģiju izvērtēšana, krūškurvja un vēdera sienas disfunkcijas

12:15 Specifiski stāvokļi, kas saistīti ar iegurņa sāpēm un urīnpūšļa veselību

13:00 Pusdienu pārtraukums

14:00 Ārstēšanas plānošana un klīniskā argumentācija

15:15 Pārtraukums

15:30 Klīnisko gadījumu analīze

16:15 Jautājumi un atbildes

Papildus informācija

Kursu valoda – angļu valoda bez tulkojuma	Īpaši apsvērumi: Šis tālākizglītības pasākums ietver plašu praktisko apmācību, dalībniekiem ir jābūt gataviem piedalīties gan fizioterapeita, gan pacienta statusā. Vagināli iegurņa pamatnes muskuļu izmeklējumi tiks mācīti pāros vai grupās pa 3. Praktiskās nodarbības notiks instruktora uzraudzībā.	Kontrindikācijas piedalīties tālākizglītības pasākuma praktiskajā daļā: • Grūtniecība vai agrīns pēcdzemdību periods (līdz 12 nedēļām pēc dzemdībām) • Akūtas infekcijas saslimšanas – urīnizvadceļu, maksts infekcijas, infekciozi ādas stāvokļi ārējo dzimumorgānu reģionā, starpenes apvidū vai uz roku ādas • Alerģija pret lateksa izstrādājumiem
---	---	---

Papildus informācija par digitālu palpāciju <https://dati.zva.gov.lv/mtdb/30-rehabilitācijas-mediciniskie-pakalpojumi/fizioterapijas-tehnoloijas/digitala-palpacija>

**Ja ir kādi jautājumi, droši sazinieties ar IPVF apakšgrupu e-pastā
ipvfizioterapija@gmail.com**