

LIIKKUVA NUORI

Lapset ja nuoret liikkuvat yleisesti terveyteensä nähden liian vähän. Kuitenkin järjestettyyn urheiluseuratoimintaan osallistutaan ehkä enemmän kuin koskaan. Myös nuorten elämä on hektistä ja suorituskeskeistä. Tulosta vaaditaan. Kiivaan kasvun aikana vammoja ja ylilyöntejä tulee helposti. Miten tunnistaa ja hoitaa ennen kuin on liian myöhäistä?

Erikoistumiskoulutuksena 3 tuntia: fysiatria, lastenkirurgia, lastentaudit, liikuntalääketiede, ortopedia ja traumatologia, radiologia, yleiskirurgia, yleislääketiede;
2 tuntia: akuuttilääketiede

Puheenjohtaja LT JARI PARKKARI, Tampereen Urheilulääkäriasema

- 9.20** LL FREDERICK WEITZ, Tays
Lasten ja nuorten yleisimmät akuutit urheiluvammat
- 9.45** LL TANJA KOMULAINEN, Tampereen Urheilulääkäriasema
Nuorten urheilijoiden rasitusvammat lisääntymässä? Miksi?
- 10.10** LL OLLI PAJULO, TYKS
Nuoren selkäkipu – milloin huolestua?
- 10.35** TAUKO (25 min)
- 11.00** FT KATI PASANEN, Tampereen Urheilulääkäriasema
Liikuntavammojen ehkäisy lapsilla ja nuorilla
- 11.25** ETM ANNA OJALA, Tampereen Urheilulääkäriasema
Nuoren urheilijan ravitsemuksen perusteet ja kuinka tunnistaa ongelmat?
- 11.50** LitT PIIA KAIKKONEN, Tampereen Urheilulääkäriasema
Nuoren urheilijan alipalautumistila
- 12.15** Ohjelma päättyy