

Pihlajalinna pitää huolta Tappara-perheen terveydestä

Pihlajalinna on toiminut tamperelaisen jääkiekkoseura Tapparan pääyhteistyökumppanina jo useamman kauden ajan. Edustusjoukkueen ohella Pihlajalinna pitää huolta myös juniorijoukkueiden terveydestä huolehtien samalla siitä, että vamman tai vaivan sattuessa pelaaja saa oikeanlaista hoitoa, oikeaan aikaan. Aito halu auttaa nuoria urheilijoita silloin, kun apua tarvitaan, näkyy vahvasti yhteistyössämme. Pihlajalinna on halunnut rakentaa koko Tappara-perheelle oman Medical Teamin, jonka ammattilaiset ovat urheilualan vahvoja osaajia.

Tapparaperheen apuna ovat seuraavat Pihlajalinnan asiantuntijat:

Kun sattuu, Pihlajalinnan moniammatillinen tiimi on tukenasi. Hoidamme sinut kuntoon, olipa kyseessä haava, murtuma tai muu mieltä askarruttava asia. Haluamme olla tukena hoitopolun alusta loppuun asti ja varmistaa, että pelikentille palataan takaisin oikeaan aikaan. Otathan meihin rohkeasti yhteyttä.



Raine Sihvonen

Olen ortopedian erikoislääkäri ja hoidan kaikenlaisia tapaturmia. Olen erikoistunut polven vammojen hoitamiseen. Olen toiminut Tapparan liigajoukkueen lääkärinä useamman kauden ajan.



Tomi Kianta

Olen yleiskirurgian erikoislääkäri ja erikoisalueenani ovat rintasyöpä, kilpirauhaskirurgia, nivus- ja napatyrät ja ihokasvain kirurgia. Olen pitänyt vuodesta 1997 lähtien traumavastaanottoa Koskiklinikalla ja tehnyt erikoistumisvaiheessani varsin paljon traumaortopediaa. Olen ollut Tapparan kannattaja pikkupojasta lähtien sekä toiminut Tapparan liigajoukkueen yhtenä lääkäreistä vuodesta 1999 lähtien (pois lukien vuodet 2001–2002). Urheilu on ollut osa elämääni pienestä pitäen, mutta eniten olen keskittynyt tenniksen pelaamiseen. Nykyisin minut löytää talviaikaan viikoittain jääkiekon höntsyvuoroilta.



Vesa Lepola

Olen ortopedi ja liikuntalääketieteen erikoislääkäri ja erikoistunut erityisesti olkapään ja kyynärpään alueen ongelmiin, mutta autan tarvittaessa myös kaikissa muissa vaivoissa. Olen toiminut viime vuosituhannen puolelta asti lukuisten eri pääsarjatason palloilujoukkueiden lääkärinä, kenttien laidoilla ja konsulttina. VaLePa:n liigajoukkueen lääkärinä olen toiminut jo useiden vuosien ajan. Olen ollut myös kiekkojoukkueiden mukana. Vapaa-ajalla oma ykkösharrastukseni on tällä hetkellä padel.



Jouni Havulinna

Olen koulutukseltani käsikirurgian erikoislääkäri. Vastuualueeseeni kuuluvat akuuttien käsivammojen, ranteen alueen murtumien ja nivelsidevammojen hoito, ranteen ja kyynärnivelen tähystyskirurgia, yläraajan hermopinteiden sekä ranteen ja käden nivelrikon hoito. Erityisosaamistani ovat ranteen alueen kirurgia, erityisesti ranteen murtumat ja nivelsidevammat, kyynärnivelen tähystys- ja nivelsideleikkaukset sekä mikrokirurgia. Vapaa-ajalla minut voi löytää tenniksen, golfin, maastopyöräilyn, purjehduksen tai murtomaahiihdon parista.



Marko Wahlman

Olen ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri. Toimin yleisortopedinä eli hoidan kaikkia tuki- ja liikuntaelimistön vaivoja sekä vammoja. Erikoisosaamistani ovat selkäongelmat ja niiden kirurginen hoito sekä urheilijoiden että harrastajien urheiluvammat. Olen toiminut aiemmin useita vuosia TAYS:ssa yleisortopedinä sekä selkäortopedinä operatiivisessa selkäyksikössä. Oma huippu-urheilutausta on tuonut ymmärrystä erilaisten urheiluvammojen hoitoon ja olenkin usean vuoden ajan toiminut eri yksilö- ja joukkuelajien sekä olympiaurheilijoiden oma- ja konsulttilääkärinä. Vapaa-aikana intohimoni on kalastus.



Heidi Haapasalo

Olen liikuntalääketieteeseen, ortopediaan ja traumatologiaan erikoistunut lääkäri. Toimin Pihlajalinnan Urheiluklinikan vastuulääkärinä koordinoiden kumppaniseurojen urheilijoiden terveydenhuoltoa. Tapparan U20 ottelulääkäriringin pyörittämisen kautta ajoittain kaukalon laidalla itsekin. Eritysosaamisalueeni ortopediassa ovat nilkan ja jalkaterän alueen vammat ja vaivat, sekä urheilijoiden rasitusperäiset ongelmat. Olen entinen maajoukkuesuunnistaja ja nykyisin vapaa-aika kuluu kestävyyslajien parissa sekä salibandykentällä.



Tanja Komulainen

Olen liikuntalääketieteen ja fysiatrian erikoislääkäri. Hoidan ja kuntoutan urheilijoiden ja liikkujien rasitusperäisiä vaivoja ja ylirasitustiloja. Toimin mielelläni myös urheilijoiden omalääkärinä. Olen tehnyt omalla urheilu-urallani piruetteja kiekkoringissä ja harrastan edelleen yleisurheilua. Tappara- ja taitoluistelufani pienestä pitäen!



Olli Kattilakoski

Olen Liikuntalääketieteen erikoislääkäri ja toimin Pihlajalinnassa myös työterveyslääkärinä. Olen mukana urheiluvalmennuksessa lentopallon puolella.

Vastaanotolleni voi hakeutua kaikissa urheiluun liittyvissä ongelmissa kuten ylikuormitukseen ja alipalautumiseen liittyvissä haasteissa, suorituskyvyn laskuun liittyvissä tilanteissa sekä rasitusastman ja rasitusperäisten vammojen vuoksi.



Juho Postila

Olen yleislääkäri, ja toimin osana Pihlajalinnan urheiluklinikan asiantuntijatiimiä. Yleislääkärinä hoidan laaja-alaisesti erilaisia vaivoja ja potilasryhmiä. Vastaanotolleni voit tulla perinteisten urheiluun liittyvien vaivojen takia, mutta myös esimerkiksi vatsavaivojen, verenpaineen tai mielenterveyden haasteiden vuoksi. Olen intohimoinen urheilija ja harrastanut monipuolisesti useita eri lajeja, esimerkiksi koripalloa, padelia ja maratonjuoksua. Tarkastelen mielelläni potilaideni ongelmia urheilun näkökulmasta. Tavoitteenani on lisätä potilaideni hyvinvointia ja auttaa heitä parantamaan suorituskykyään turvallisesti ja tehokkaasti.



Erkki Nilkku

Toimin pääasiassa tuki- ja liikuntaelinongelmien kanssa. Fysioterapeutin koulutuksen lisäksi olen käynyt manuaalisen fysioterapian erikoistumiskoulutuksen (Maitland konseptin). Oman kiinnostuksen kohteena on vammoja ennalta ehkäisevän harjoittelun yhdistäminen lajiharjoitteluun.

Oman liikunnan harrastamisen lisäksi olen valmentanut jalkapalloa 15 vuotta.



Heidi Tuomanen

Toimin OMT- fysioterapeuttina ja arvioin sekä kuntoutan urheilijan kehoa laaja-alaisesti, jotta toistuvien kuormituksellisten vaivojen/vammojen riski tulisi minimoitua. Etenkin alaselän, lonkan ja alaraajan ongelmien kuntouttaminen on erityisosaamistani myös taitolajeissa. Oma treenitausta löytyy sirkuksesta ja kotona nuorten jääkiekkokasseista pilkottaa Tapparan värit!



Juho Viiala

Toimin Pihlajalinna Urheiluklinikan koordinaattorina. Teen yhteistyötä Pihlajalinnan kumppanuusurheiluseurojen kanssa ja tarjoamme asiantuntijoidemme kanssa mahdollisimman sujuvan ja nopean hoitoon pääsyn sekä ammattitaitoisen hoidon urheilijoille. Urheiluklinikan koordinaattorin saatat nähdä myös erilaisissa urheilutapahtumissa maskottikettumme kanssa. Urheilutaustani löytyy pitkältä ajalta eri palloilulajeista.



VAMMAN TAI VAIVAN SATTUESSA

TOIMI VAKUUTUSYHTIÖSI OHJEIDEN MUKAAN
Voit saada suoralaskutusluvan.

ASIOI ILMAN VAKUUTUSYHTIÖN SUORALASKUTUSLUPAA

POHJOLA VAKUUTUS
Pohjola Terveysmestari -palvelu
0100 5225
(joka päivä klo 7-22)

FENNIA VAKUUTUS
FenniaHoitaja
010 503 5000
(joka päivä klo 7-22)

LÄHI-TAPIOLA
Varaa aika
pihlajalinna.fi

MUUT VAKUUTUS-YHTIÖT
Ole yhteydessä vakuutusyhtiösi korvaus-palveluun

MAKSA KÄYNTI ENSIN ITSE
Mahdolliset korvaukset haetaan jälkikäteen vakuutusyhtiöltä

TULE PÄIVYSTYKSEEN PIHLAJALINNA KOSKIKLINIKALLE
(myös ilman ajanvarausta) TAI VARAA AIKA PIHLAJALINNAAN
pihlajalinna.fi • 010 312 010 (mpm/pvm)

Pihlajalinna Terveyssovelluksen ajanvaraus, Tapaturmalinja ja chat.

TAPATURMAPÄIVYSTYS
Pihlajalinna Koskiklinikka
Koskikeskus 3. krs, Hatanpään valtatie 1, Tampere

Pihlajalinna Koskiklinikan tapaturma- ja yleislääkäri-päivystys auttavat vamman tai vaivan sattuessa.

Palvelemme aukioloaikojen puitteissa ajanvarauksella ja ilman.

Yleislääkäripäivystys ma-pe 8-21 ja la-su 10-20
Tapaturmapäivystys ma-pe 16-21 ja la-su 10-20

Pysäköinti kauppakeskuksen parkkihallissa.
Sisäänkäynti lääkärikeskukseen Koskikeskuksen 3. kerroksesta.

AJANVARAUKSELLA
Pihlajalinna Tampellan sekä Ideapark Lempäälän yleis- ja erikoislääkärit auttavat vamman tai vaivan sattuessa.

Pihlajalinna Tampella (Kelloportti)
Kelloportinkatu 1 D, Tampere

Palvelemme ajanvarauksella ma-to 8-19 ja pe 8-16

Pihlajalinna Ideapark Lempäälä
Ideapark 2. kerros, Ideaparkinkatu 4, Lempäälä

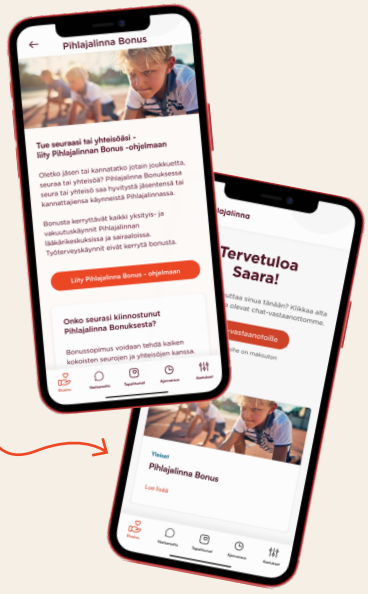
Palvelemme ajanvarauksella ma-pe 8-20 ja la-su 10-18



Tue seuraasi helposti Pihlajalinna Bonuksessa

Ostot Pihlajalinnan lääkärikeskuksissa tai sairaaloissa kerryttävät valitsemallesi seuralle tai yhteisölle maksettavaa bonusta. Bonusta kerryttävät kaikki yksityis- ja vakuutuskäynnit Pihlajalinnan lääkärikeskuksissa ja sairaaloissa. Työterveyskäynnit eivät kerrytä bonusta.

1. **Lataa Pihlajalinna Terveyssovellus** maksutta puhelimeesi App Storesta tai Google Playsta.
2. **Tunnistaudu sovelluksen käyttäjäksi** verkkopankki-tunnuksellasi. Ensimmäisellä kerralla luot oman nelinumeroisen PIN-koodin, jolla kirjaudut jatkossa.
3. **Klikkaa oikeasta alakulmasta asetukset ja valitse valikosta Bonus.** Voit liittyä Bonukseen myös sovelluksen etusivulla olevan Bonus-kuvakkeen kautta.
4. **Etsi ja valitse valikosta haluamasi seura tai yhteisö.** Samalla voit liittää myös alaikäiset lapsesi Pihlajalinna Bonukseen.



Pihlajalinna

HANKI Google Play PALVELUSTA

Lataa App Storesta