



IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla
Ravi 18, 10138 Tallinn
Rg-kood 10822068
Tel 666 1900
E-post info@itk.ee
www.itk.ee

Veealune duššmassaaž

Veealune tugeva joaga massaaž sobib lihaseprobleemide, liigesliikuvuse piiratuse ja lümfostaaside korral.

Veealust massaaži tehakse vee alla suunatud voolikuga, juhtides 1–3-atmosfäärise survega veejuga. Veealuse massaaži mõjul paraneb vereringe, suureneb verre sattuva hapniku hulk ning kiireneb ainevahetus. See omakorda aitab kaasa organismi puhastumisele jääkainetest. Veealune massaaž on mõnus ja pehme toimega. Näidustuseks on rasvumine, lihaste nõrkus, radikuliidid, traumajärgsed seisundid, halvatused, liigeshaigused ja tursed. Sobilik ka reuma, une- ja ainevahetushäirete, neeruhädade, migreeni ja stressi ravimisel.

Kestus: 20 minutit. Teenus on [tasuline](#).

Palume tules kaasa võtta ujumisriided, hügieenitarbed, käterätik ja mittelibiseva tallaga jalanõud.

Teenusele saab aja broneerida:

- kohapeal registratuuris;
- telefoni teel [666 1900](tel:6661900) E–R 7.15–18.00;
- patsiendiportaalis [iPatsient](#).