

UNA KALNĪTE

Sertificēta Fizioterapeite

Profesionālā pieredze kopš 2014.gada

Pirmie soļi:

Una ir dzimusi vienā no latviskākajiem novadiem – Smiltenes novadā, bērnību aizvadot Palsmanē.

Unas Moto:

”Neskriet taisni jūrā, nebrist zieda, nekāpt cita dvēselē, bet iet tuvu līdzās, apiet apkārt, palikt tuvu” (I.Ziedonis)

Hobiji:

Hokejs. Volejbols. Ceļošana un kāpšana kalnos.

Sportiskie sasniegumi: Latvijas vicečempione hokejā, Latvijas čempione *inline* hokejā.

Jaunatnes un Junioru godalgas Latvijas čempionātos šķēpa mešanā un lodes grūšanā.

Profesijas izvēle:

Una jau bērnībā zināja, ka vēlās savu profesiju saistīt ar medicīnu. Fizioterapija likās lieliska izvēle, lai savienotu sportu, medicīnu un nepārtrauktu kustību. Nevienu sekundi šī izvēle nav nožēlota 😊

Izglītība:

- Latvijas Sporta Pedagoģijas Akadēmija, Profesionālais bakalaura grāds sporta zinātnē ar kvalifikāciju FIZIOTERAPEITS (2014)

Pieredze:

2019.g. - **Šobrīd – FIZIOCENTRS**, rehabilitācijas un fizioterapijas klīnika

01.20218. – 08.2019. “Rīgas Veselības Centrs”

08.2017. - 05.2018. - Virslīgas sieviešu florbola kluba NND fizioterapeits

03.2016. – 09.2017. - SIA “Medsport” fizioterapijas centrs

05.2016. - 11.2016.- Arho Medicīnas serviss

08.2014. - 10.2016. RSAC “Gaiļezers”, fizioterapeits

Kursi:

- Sporta Masāžas kursi (M.Osovskis,2023)
- Diastasis recti – fizioterapeita skatījumā (2022)
- STOP STRESS starptautiska konference (2022)
- Diafragmālā elpošana un BFB kontrole (2021)
- Hroniskas sāpes (2021)
- Anatomiski dažāda kāju garuma diagnostika un terapijas iespējas (2023)
- Papēža piesis – ārstēšanas algoritms fizioterapeita praksē (2019)
- Fasciju mobilizācijas tehnikas (Naži, bankas, Floss Band) (2019)
- Medicīniskās teipošanas apmācības ADVANCE līmenis (2019)
- “Pleca locītava” 1.daļa un 2.daļa (2019)

- Mugurkaula un mīksto audu novērtēšana un terapija: aksiālo locītavu mobilizāciju tehnikas 1.daļa. (2019),
- “Grūtnieču masāža” (2019)
- Cīpslu audi (2019)
- Skrimšļu audi (2019)
- Gūžas locītavas saslimšanas (2018)
- Ceļa locītavas rehabilitācija pēc krustenisko saišu rekonstrukcijas sporta praksē
- Kā interpretēt un kam pievērst uzmanību mugurkaula radioloģiskos izmeklējumos (2017)
- Kādos gadījumos fizioterapeits var palīdzēt pacientam ar muguras sāpēm un kad nepieciešama vertebrologa palīdzība(2017)
- Mr. Alexandre Budnik, osteopath, acupuncturist,France. The Strain Counterstrain technic of Dr. Jones (2017. gada marts);
- Mr. Alexandre Budnik, osteopath, acupuncturist,France. The Strain Counterstrain technic of Dr. Jones (2017. gada marts);
- Mr. Alexandre Budnik, osteopath, acupuncturist,France. The Strain Counterstrain technic of Dr. Sports Injury Prevention Conference, Tartu, Estonia (2016.) Jones (29.-30.okt., 2016);
- Mr. Alexandre Budnik, osteopath, acupuncturist,France. The Strain Counterstrain technic of Dr. Jones (25.-26.febr. 2017.)
- Pleca locītavas saslimšanas (2016)
- Medicīniskās teipošanas apmācības BASIC līmenis (2013)

Fiziocentrā Una piedāvā:

- ⇒ **Fizioterapeita konsultācijas**
- ⇒ **Manuālās fizioterapijas metodes**
- ⇒ **Pēc traumu un pēc operāciju pilnvērtīga rehabilitācija**
- ⇒ **Ārstniecisko masāžu** - gan pieaugušajiem, gan bērniem;
- ⇒ **Ārstniecisko vingrošanu** – gan grupās gan individuāli
- ⇒ **Funkcionālos treniņus** (dažādiem sagatavotības līmeņiem) **Medicīnisko teipošanu un fizikālās procedūras**