



OULUN DIAKONISSALAITOS

www.odl.fi

Oulun Liikuntalääketieteellinen Klinikka

Lisätietoja ja ajanvaraus puh. (08) 313 2154

Fax (08) 371 855

Kajaaninkatu 17, 90100 Oulu

E-mail: liikuntaklinikka@odl.fi



ISO 9001
ISO 14001

27.12.2011

ODL
parantaa elämää

Liikuntalääketieteellistä osaamista urheiluseuroille



ODL LIIKUNTAKLINIKKA

www.odl.fi

ERIKOISLÄÄKÄRIT

- Liikuntalääketiede, yleislääketiede, kirurgia, ortopedia, sisätaudit, kardiologia

OMALÄÄKÄRITOIMINTA

- Henkilökohtainen omalääkäritoiminta
- Urheilujoukkueen lääkäripalvelut

LABORATORIOPALVELUT

URHEILIJOIDEN TERVEYSTARKASTUKSET

- Lääkärin tarkastus
- Urheilijoiden verinäytteet (PVK)
- Lepo EKG
- Asiantuntijoiden palaute harjoittelun tueksi

TESTAUSTOIMINTA

- Hapenkulutuksen mittaus suoralla tai epäsuoralla menetelmällä
- Kynnysrajojen määrittäminen
- Ponnistusvoimatestit
- Maksimivoimatestit
- Yksilö- ja joukkueetstit

FYSIOTERAPIA

- Fysioterapeutin vastaanotto
- Lihastasapainokartoitukset
- Biomekaniikan arviot
- Joukkueiden ohjaus

HENKINEN VALMENNUS

- Urheilupsykologin vastaanotto
- Henkinen valmennus joukkueelle

RAVITSEMUSVALMENNUS

- Ravitsemusterapeutin vastaanotto
- Ravitsemusvalmennus joukkueelle

KOULUTUS- JA TIEDONVÄLITYS

- Luentopalveluita harjoitteluun, terveyteen, lihashuoltoon, vammojen ennaltaehkäisyyn ja ensiapuun sekä ravintoon ja palautumiseen liittyvissä asioissa
- Kohderyhmä uheilijat, valmentajat, huoltajat ja vanhemmat sekä muut tuliryhmät