

## Nivelrikon PRP-injektiohoidot

Allasterapia

Aloittelijan  
lihaskuntojumppa

Kuntosalilta  
leikkaukseen

- 4** **Pääkirjoitus**  
Erilainen vuosi 2020
- 5** **Vuosikokouskuulumisia Helsingistä ja toiminnanjohtajan tervehdys**
- 6** **Tekonivelleikkaukseen kuntosalin kautta**
- 8** **Verihiutaleplasma nivelrikon hoidossa**
- 12** **PRP- ja HA-injektioita myös julkisessa terveydenhoidossa**
- 15** **VENYY – Passiivinen venytystanko**
- 17** **Aloittelijan lihaskuntojumppa**
- 21** **Allasterapia tuki- ja liikuntaelinsairauksissa**
- 23** **Nivelet naksuvat myös kulttuurissa**
- 24** **Nivelkanavalla Hannele Ikävä salamatkustaja**
- 25** **Uusi potilasvakuutuslaki**

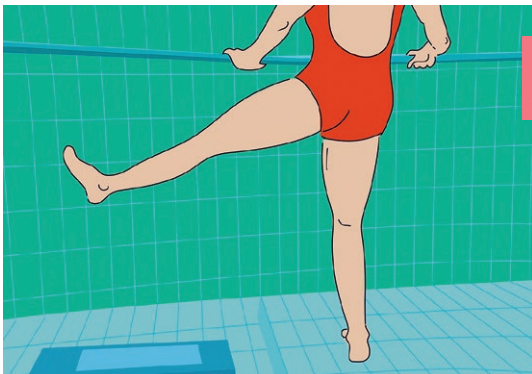


**06**



**30**

- 25** **Uusi jäsenrekisteri mahdollistaa verkkoasioinnin**
- 26** **Lääkärit vastaavat**
- 28** **Uutisia**
- 30** **Lukijan kynästä 70 ei ole vain numero**
- 31** **Myytävät tuotteet**
- 33** **Ristikko**
- 34** **Tuetut lomat 2021**
- 35** **Työikäisten toimintaa on lisätty**



**21**

## NIVELTIETO 4/2020

**Irtonumero**  
6,90 euroa

**Vuosikerta**  
33 euroa

**Julkaisija**  
Suomen Nivelyhdistys ry

**Ilmestymispäivät 2020**  
1/2020 28.2.  
2/2020 29.5.  
3/2020 28.8.  
4/2020 27.11.

**Päätoimittaja**  
Katri Kovasiipi

**Toimittaja**  
Tiina Lammasaari

**Ulkoasu ja taitto**  
Elias Kapiainen

**Kansikuva**  
Katri Kovasiipi harjoittaa tasapainoa VENYY – Passiivisen venytystangon avulla. Kuvaaja: Jere Satamo

**Paino**  
PunaMusta

**Painos**  
11 500 kappaletta

**Tilaukset ja osoitteenmuutokset**  
Suomen Nivelyhdistys  
Yliopistonkatu 5 (7. krs), 00100 Helsinki  
puh. 050 5252 098  
toimisto@nivel.fi

ISSN 1459-2568  
Aikakauslehtien liiton jäsen