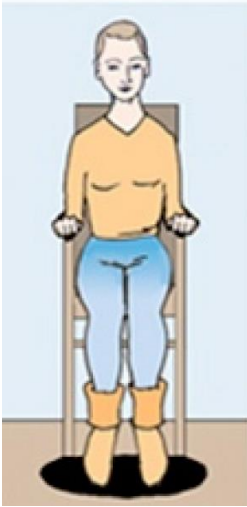


Hyvänlaatuinen asentohuimaus (www.reagingoci.org www-sivut)

Semontin manööveri / vasen puoli

Potilaalla on todettu vasemman puolen tasapainoelimen posteorisen kaarikäytävän hyvänlaatuinen asentohuimaus. Tehkää seuraava hoito viikon ajan aamulla ja tämän jakson jälkeen sovituin välein aamuisin.



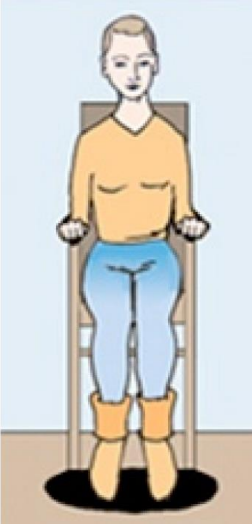
Istutaan sängyn tms. reunalla jalat reunan yli.



Kallistetaan kyljelleen maaten vauriopuolelle noin 45 sekuntia. Katse noin 45 astetta ylöspäin vartaloon nähden, 'kattolistaan'.



Noustaan istumaan ja samantien vastakkaiselle puolelle kyljelleen, pää edelleen noin 45 astetta alaspäin vartaloon nähden, 'lattialistaan'. Pysytään asennossa 45 sekuntia.



Noustaan istumaan. Pysytään paikallaan 2-3 minuuttia.