

# MARGARITA KRAUZE-DROZDOVA

## *Sertificēta Fizioterapeite*

Profesionālā pieredze kopš 2008.gada

### Pirmie soli:

Margarita ir dzimusi, augusi un bērnību pavadījusi mūsu varenajā un skaistajā pilsētā – Rīgā!

### Margaritas Moto:

**Katra diena ir kā jauns dzīves sākums, tāpēc vienmēr esi atvērts apgūt ko jaunu un nebijušu, galvenais neapstājies un turpini sevi slīpēt jo dienas - jo labāku.**

### Hobiji:

Kopš bērnības Margarita bijusi kā “dzīvā ūdens zāle”. Skolā mīlējusi sporta stundas, bet lielā sportošana izpalika. Kā fizioterapeits ilgu gadus biju “kurpnieks bez kurpēm”. Tikai pēdējos 5 gadus pati regulāri vingro. Šobrīd Margarita ir atkarīga no strukturētām fiziskām aktivitātēm, pašlaik, neatkarīgi no laikapstākļiem, 2 x nedēļā aktīvi nodarbojas ar “calisthenic” jeb ielu vingrošanu. Kā arī 4x nedēļā dodās uz spēka izturības un Kardio CROSSFIT treniņiem.

Patīk daudz staigāt, doties pārgājienos dabā.

### Profesijas izvēle:

Fizioterapija ir ļoti radoša profesija, kur katra diena ir atšķirīga no citas, kur katrs patients ir īpašs, un tas, ko tu katru reizi piedāvāsi pacientam, būs kas jauns un interesants, protams, saglabājot sasniedzamos mērķus un uzdevumus.

### Izglītība:

- Rīgas Stradiņu Universitātes, Bakalaura grāds veselības zinātnē fizioterapijas specialitātē (2008.)

### Pieredze:

**No 2025.gada augusta – SIA FIZIOCENTRS, (Skanstes filiāle)**

22.09.2023 – līdz šim brīdim Fizioterapeits SIA “MK prakse” – privātprakse (Cēsis)

07.12.2023 – 26.06.2025. Fizioterapeits soc. aprūpē SIA SP “Labāka rītdiena”

20.11.2015 – 12.08.2022 Fizioterapeits SIA „ORTO klīnika”

03.05.2011 – 06.09.2015 Fizioterapeits RPSIA „Rīgas 1. Slimnīca (pirms iestāžu sapludināšanas darba vieta RPSIA „Veselības nams 5”)

14.07.2008 – 02. 2012 Fizioterapeits BKU „Gaiļezers”

### Kursi:

- 14.01.2026. “Post - operatīvs plecs” Jo Gibson UK vebinārs

- 18.12.2025 – 19.12.2025 “Pleca locītavas rehabilitācija –jaunākais no zinātniskā un klīniskā viedokļa. 2. daļa” ( Ph.D., Ann Cools – Beļģija)
- 03.07. - 04.07.2025 “Potītes locītavas ārstēšana un skriešanas biomehānika: Fizioterapeita pieeja” ( Ph.D, Francois Fourchet - Francija, Šveice)
- 
- 07.06.2025. “Geriatrijas pacients Funkcionālā speciālista praksē” vebinārs pie M.H.sc., Santa Dreimane, Elīna Bergmane OMPT
- 
- 17.- 18.05.2025. “Muguras sāpes grūtniecēm – diagnostika un terapija” Vadims Puharts
- 
- 20.03.2025 – 21.03.2025 “Pleca locītavas rehabilitācija –jaunākais no zinātniskā un klīniskā viedokļa. 1. daļa” ( Ph.D., Ann Cools - Beļģija)
- 
- 22. – 23.11.2024 “International Schroth Three Dimensional Scoliosis Therapy Refresher course” FT Zane Rožkalne
- 
- 21.-22.09.2024. “Gūžas locītavas laterālās un priekšējās sāpes” vebinārs pie PhH Alison (Austrālija)
- 
- 14. – 15.08.2021 “Slodzes dozēšana pacientiem ar muguras sāpēm – Uz pierādījumiem balstīta fizioterapeita pieeja” ( Uwe Karl Heinz Hallman– Zviedrija, Šveice)
- 
- 2015-2022. Manuālā terapija OWI kursi pie Heiko Daal ( Vācija)
- 
- “Aktīva rehabilitācija pie PKS plīsumiem, Hamstringu cīpslu plīsumiem, Ahilleja u.c. muskuļu cīpslu plīsumiem” ( Uwe Karl Heinz Hallman– Zviedrija, Šveice)
- 
- Diafragmas mīksto audu tehnikas pie V. Puharta 19. -22.05.2015
- 
- Manuālā terapija OWI kurss ( 1.daļa) Heiko Daal ( Vācija) 20.-21.04.2013
- 
- Medical Taping Concept for physiotherapists (medicīniskā teipošana) pie Mareka Ostrovska 20.05.2012
- 
- CERTIFIKATE of Schroth 3 dimensional Skoliosis Theraphy 3.03.2012
- 
- The Redcord Education Program Certificate (Slinga terapija)
- 
- Ievads Feldenkraisa metodē: “Apzinātība caur kustību”, 2024
- TOGU Official Master Educator. Healthy Training., 2018
- ADVANCE līmeņa kursi medicīniskajā teipošanā, 2018
- BASIC līmeņa kursi medicīniskajā teipošanā, 2015

### **Fiziocentrā MARGARITA piedāvā:**

- ➔ Fizioterapeita konsultācijas (bērniem, jauniešiem un pieaugušajiem)
- ➔ Pēc traumu un pēc operāciju pilnvērtīga rehabilitācija un plāna sastādīšana

- ➔ Ārstniecisko vingrošanu – gan grupās gan individuāli
- ➔ ŠROTAS Metodes terapiju ( Skoliozes pacientiem)
- ➔ Funkcionālos treniņus (dažādiem sagatavotības līmeņiem)
- ➔ Medicīnisko teipošanu un fizikālās procedūras