

Tiedote  
12.10.2010

## **LymphaTouch-hoito vakiintunut osaksi kilpapyöräilijä Pia Sundstedtin treeniä**

**Ammattilaispyöräilijänä vaikuttavan uran tehnyt Pia Sundstedt on käyttänyt alipaineeseen perustuvaa suomalaista LymphaTouch-hoitomenetelmää apuna harjoittelussaan jo puolen vuoden ajan. Urheilija toteaaakin, ettei enää luopuisi menetelmän käytöstä osana lihashuoltoa ja palautumista.**

Pia Sundstedtin laji on rankka, hän kilpailee maastopyöräilyssä crosscountry-maratonmatkoilla, joiden pituus vaihtelee kahdeksastakymmenestä aina sataankahteenkymmeneen kilometriin. Lajissa parasta on hänen mielestään luonnossa ajaminen, hän pitää niin tasaisista kuin vuoristoreiteistäkin. Pia myöntää, että myös kilpailuviettiä löytyy. ”Pärjääminen ja se, että voittaa mitaleita motivoi, muuten en olisi jatkanut näin kauan”, hän toteaa. Uransa kohokohdiksi urheilija nimeää arvomitalit maastopyöräilyssä, Euroopan mestaruuden, ensimmäisen MM-mitalin vuonna 2007 ja sen, kun hän voitti maailmancupin kolmena peräkkäisenä vuotena.

Kesäkuussa Pia loukkaantui kilpailutilanteessa tapahtuneessa kaatumisessa, ja hänet kuljetettiin paikalta pois helikopterilla. Sairaalassa kerrottiin, että Pia pääsisi pyöräilemään vasta 1,5-2 viikon päästä. Erityisesti tämän loukkaantumisen jälkeen, jolloin Pialla oli paljon kipuja, hän huomasi LymphaTouch-laitteen tehon. ”Silloin se oli tosi hyvä, aktivoi verenkiertoa”, Pia sanoo. Urheilija pääsikin – monien hämmästykseksi – pyörän selkään jo pari päivää loukkaantumisen jälkeen. Jalka vaivasi vain noin viikon verran ja parin viikon päästä olo oli jo täysin normaali.

LymphaTouch-hoitoa on Pialla käytetty erityisesti reisilihasten hoitoon, ne ovat luonnollisesti tässä lajissa eniten väsyvät lihakset. Lisäksi on hoidettu pohkeita ja isoja mustelmia, joiden hän on havainnut parantuvan nopeasti menetelmän avulla. Pian mukaan hänellä on LymphaTouch-hoidosta ainoastaan positiivista sanottavaa, ja hän on suositellut sitä myös kanssaurheilijoilleen. Alipainehoito nopeuttaa urheilusuorituksesta palautumista ja on hyvä lisä hieronnan rinnalle.

Saksassa asuvan Pian kilpakausi on tältä kaudelta päättynyt, seuraavaan kilpailuun hän osallistuu huhtikuun puolessavälissä. Kilpailuissa Pialla on vielä ainakin yksi unelma, jonka hän haluaisi saavuttaa – maailmanmestaruuden voittaminen.

### **HLD Healthy Life Devices Oy**

HLD Healthy Life Devices Oy on vuonna 2005 perustettu suomalainen terveydenhuoltoalan teknologiayritys. HLD tarjoaa uudenlaisia hoitoratkaisuja paranemisprosessien ja kuntoutuksen tehostamiseen. HLD kehittää hoitomenetelmiä ja edistää tieteelliseen näyttöön perustuvaa hoitoa, joista hyötyvät sekä potilas, hoitaja, että koko terveydenhuolto. HLD Healthy Life Devices Oy on ISO 9001:2000 ja ISO 13485:2003 sertifioitu ja tuotteet valmistetaan Suomessa.

### **Lisätietoja:**

Sari Raittila, Scientific Product Manager, HLD Healthy Life Devices Oy,  
puh. 010 423 7308, sari.raittila@hldmail.com  
[www.lymphotouch.com](http://www.lymphotouch.com)



Kilpapyöräilijä Pia Sundstedt (Kuva Mikko Nikkinen/Storymakers)