



**Martin Toht on veendunud, et mida vabamalt patsient ennast massaazilaul tunneb, seda kiiremini saab ta oma vaevustele leevendust.**

## **Martin Tohti idee võitis IdeaMarketil esikoha**

**Septembri lõpus korraldasid Tallinna Ettevõtlusinkubaator ja loomemajanduse infokeskus Loov Eesti ingliskeelse tootearenduse nädalalõpu, mis kandis nime IdeaMarket +TeamLabi. Ettevõtmisel sündis mentorite abiga viis uus äriideed.**

### **JAAN LUKAS**

Rahvusvahelise mõõtmega ettevõtmisele kogunes ambitsioonikate ja innovatiivsete ideedega inimesi kogu Euroopast. Ajujaht ja Tallinna Ettevõtlusinkubaator tunnistasid võitjaks Jõgeva füsioterapeudi Martin Tohti juhitava 3D Treatment Systemi hea meeskonnatöö ja innovatiivse lähenemise eest. Ideeks oli kolmedimensiooniliselt liikuv massaazilaua

peatugi. Auhinnaks oli võimalus osaleda LoomBosoni tugiprogrammis Tallinna Loominkubaatoris ning pääs Eesti prestiižikamale ettevõtluskonkursile „Ajujaht” neljakümne parima võistleja sekka.

### **Peavalud pärast massaaži**

Füsioterapeut Martin Toht märkis, et idee uut tüüpi massaazilaudadest sai alguse tähelepanekust, kus paljud alaseljavaludega massaazis käinud inimesed kaebasid pärast protseduuri pingetunnet õlavöötmes ja peavalu.

"Tuldi ravima selga, kuid saadi hoopis peavalu! Mõtlesin selle põhjustele ja leidsin vastuse. Nimelt on kõikidel massaazilaudadel peaosa järgalt fikseeritud ja ei lase massaaži ajal inimese peal vabalt liikuda. Kui kliendi pea on massaazilaua peatoes olevasse süvendisse fikseeritud, siis massaaži ajal koguneb kogu pinge kaela.

Lahenduseks otsustasin disainida kolmes dimensioonis (3D) liikuva massaazilaua peatoe, mis liigub üles-alla, paremale-vasakule ning pikisuunas.

Edaspidi on kavas disainida liikuvaks ka massaazilaua jalgade osa. Idee on muuta massaazilaua tehtava ravi kontseptsooni terves maailmas, mis tähendab et staatilisest teraapiast saab dünaamiline ravi. Meie keha on loodud liikuma, mitte aga passiivselt lamama, " rääkis Toht.

### **Nagu kergel merelainel**

"Kui massaazilaua erinevad osad -algul peatugi, hiljem ka jalgade osa teraapia ajal liiguvad, siis ei teki selle protseduuri ajal kehasse pingeid, vaid need hajuvad koos laua liikumisega. Sellisel laual toimub massaaži ajal hoopis mõnus kerge venitus, mis muudab keha pingevabaks. Laual olles tunned end kui kerge merelaine peal, sest liikumine tekitab tervesse kehasse mõnusa lõdvestuse. Laualt tõustes oled täiesti pingevaba. 3D liikumine on inimese organismile omane liikumine," kirjeldas füsioterapeut.

Ta loetles ka kolmedimensiooniliselt liikuva massaazilaua kolm põhilist eelist. "Esiteks ohutus - vähem riske massaaži tegemisel kodus või algajate terapeutide puhul. Teiseks nauditavus - teraapia ajal toimub väga kerge kaela venitus, mis muudab õlavöötme, kaela ja pea pingevabaks. Ning kolmandaks efektiivsus – ei teki pea- ja kaelavalud ning väheneb vajaminevate teraapiakordade arv. Nii on võimalus kiiremini terveks saada ja ravitulemus on parem. Kui töötajad vähem haiguslehel viibivad, on sellest kasu ka tööandjal" tõdes ta.

### **Uut lauda aitab välja töötada meeskond**

Innovaatilise massaazilaua idee tekkis Martin Tohtil 2012 aasta kevadel. "Tegin paberil visandi valmis. Rääkisin oma ideest

ühele massaazilaudade tootjale, kes oli koostööst ka väga huvitatud, kuid erinevatel põhjustel jäi asi temapoolselt soiku. Idee põles mul peas edasi, uskusin selle suurde potentsiaali ning otsustasin 2013 aasta alguses, et lähen oma ideega Eesti suurimale ettevõtluskonkursile – Ajujahi saatesse. Sel sügisel kutsusin oma meeskonda ühe kogenud füsioterapeudi. IdeaMarketi võistlusel lisandusid veel tootedisainer ning insener, kes on omalt poolt nõu andnud," rääkis Martin Toht.

### **Masseerimisvõimalused töökohalgi**

Martin Tohti sõnul kavatakse 3D massaazilaua prototüüp valmis saada 2014 kevadel ja pool aastat kulub selle testimisele ja täiustamisele.

"Uute laudade tootmine võib alata tuleva aasta lõpus. Tahame disainida laua selliseks, et isegi viieminutilise lihtsa teraapiaga tekiks kliendil hea vabastav tunne. Sel laual on võimalik lihtsamat teraapiat teha ka ilma erikoolitusega. Kui selline laud on töökohal, saavad töötajad teha üksteisele lühiteraapia-seansi, mis parandab oluliselt õlavöötme ja pea piirkonna verevarustust ja nii paraneb ka töö kvaliteet," kinnitas füsioterapeut.

Martin Toht töötab Jõgeva haiglas ja praktiseerib oma erialal ka ettevõtjana.