

POFOORIT

1•2013 www.pohjanmaanfysioterapeutit.fi/pofoorit



Yhteystiedot 2

Puheenjohtajan kynästä 3

Uusia fysioterapeutteja
joukkoomme 4-5

Syysvirkistys 6

Terveiset Wienin
ENPHE-konferenssista 7

KGF 17 ryhmän raportti
opintomatkasta
Berliiniin a Bad Elsteriin 8-9

Fysioterapian
dokumentoinnin TOP10 10

Edustajiston kokousterveiset . 11

Koulutuskalenteri 12-13



Yhteystiedot 2013:



Tarja Svahn, puheenjohtaja

Sahrankatu 2 A
60320 Seinäjoki
tarja.svahn@seamk.fi
p. 040-5850 154



Päivi Ristikangas, varapuheenjohtaja

Ykkösvaltaus 8
60320 Seinäjoki
paivi.ristikangas@ristikangas.fi
p. 040-5506 129



Heli Alava, sihteeri

Iidesranta 34 A 18
33100 Tampere
heli.alava@hotmail.com
p. 040-5385 073



Anna Heimovirta, talousvastaava

Ritakulma 4 A 3
62100 Lapua
luoma.anna@gmail.com
p. 040-5331 374



Marjaana Saarenpää, hallitusjäsen

Jalminkatu 12
62100 Lapua
marjaana.saarenpaa@netikka.fi
marjaana.saarenpaa@epshep.fi
p. 040-8650 214



**Miia Hietaniemi, jäsensihteeri,
viestintä ja tiedotus**

Suopursu 7B
60150 Seinäjoki
miia.hietaniemi@gmail.com
p. 040 7391 362



Laura Nikkola, viestintä- ja tiedotus

Piiloviita 3 I,
60150 Seinäjoki
laura.nikkola@netikka.fi
p. 044-5955 709



Henna Paananen, viestintä- ja tiedotus

Teerentaival 8
60200 Seinäjoki
henna.paananen@live.fi
p. 040-7214 150



Hanna Hautala, opiskelijavastaava

Pappilantie 3 D 21
60200 Seinäjoki
hanna@seinajokinen.com
p. 050-3518 510



Marika Kääriäinen, opiskelijavastaava

Närelenkki 24 E
60200 Seinäjoki
marika.kaariainen@hotmail.com
p. 040-7332 650



Mari Mantere, koulutusvastaava

Kullervontie 10 B 5
60510 Hyllykallio
mari.mantere@gmail.com
p. 050-3434 086



Veli-Pekka Haapala, koulutusvastaava

Korhoskyläntie 64
61800 Kauhajoki
postilaatikko@fysioterapiaforte.fi
p. 045-1263 929



Marita Ottela, yrittäjähdyshenkilö

Kivimiehentie 127
61300 Kurikka
marita.ottela@netikka.fi
p. 040-7286 695



POFOORIT

1•2013

www.pohjanmaanfyysioterapeutit.fi

Vastaava päätoimittaja: Laura Nikkola
Taitto: www.iso-m.com

Fysioterapia kaipaa "rispektiä"!

Hyvää alkanutta vuotta itse kullekin – olkoon se meille onnekas ja menestyksellinen. Mennyt vuosi oli työntäyteinen, tapahtumarikas ja monenlaisia muutoksia ennakoiva. Tänä vuonna on aika tunnustella, mitä muutokset tuovat tullessaan. Liiton organisaatiouudistuksen lisäksi olemme saaneet liitolle uuden puheenjohtajan ja hallituksen. Heli Mesiäinen luotsaa meitä eteenpäin yhdessä uuden hallituksen kanssa ainakin seuraavat kolme vuotta. Nähtäväksi jää, mitkä asiat nousevat vuoden 2013 aikana merkityksellisiksi? Liittomme täyttää tänä vuonna 70 vuotta ja Fysioterapialehti 60 vuotta, joten ilmeistä on, että juhlinta on läsnä arjessamme tavalla tai toisella kuluvan vuoden aikana. Toivotavasti onnistumme juhinnan yhteydessä kohottamaan fysioterapeuttien työn arvostusta entisestään.

Olen ollut onnekas saadessani tutustua pitkän opetustyöurpeaman jälleen kliiniseen fysioterapiaan erilaisissa työyhteisöissä. Kahden kuukauden työelämäjakson aikana olen konkreettisesti voinut todeta, miten tärkeää ja vaikuttavaa työtä fysioterapeutit tekevät, kuinka paljon meillä olisi annettavaa terveydenhuollon eri sektoreille, jos vain yhteistyökumppanimme, erityisesti lääkärit, tämän oivaltaisivat. Ongelma tuntuu olevan osittain siinä, että lääkäreillä ei juuri ole käsitystä siitä, mitä fysioterapeutit osaavat ja miten merkittävän panoksen voisimme omalla osaamisellamme antaa esim. potilaille, jotka voisivat välttää leikkaushoidon hyvällä konservatiivisella fysioterapialla. Meidän ei tulisi unohtaa myöskään postoperatiivisen fysioterapian tärkeyttä, sillä puutteellinen jälkikuntoutus voi vaikuttaa epäedullisesti koko toimenpiteen lopputulokseen. Esimerkiksi diskusprolapsin poiston jälkeen ei vielä ole takeita siitä, että potilas osaisi käyttää kehoaan monipuolisesti eri tilanteissa, halliten sekä dynaamisen että staattisen tasapainon.

Kannan huolta siitä, että lääkärit eivät kovinkaan usein kirjoita potilailleen jatkokuntoutukseen oikeuttavaa lähetettä. Potilaat siirtyvät toimenpiteiden jälkeen melko nopeasti paikasta toiseen ja jäävät odottamaan jatkokontrollejaan. Jatkokuntoutus saattaa jäädä kontrollikäynnin varaan. Jos potilas on onnekas, hänelle suunnitellaan selkeä jatkokuntoutus ohjelma. Saumattoman yhteistyön esteeksi tuntuu melko usein muodostuvan se, että tieto hoitavien tahojen kesken ei siirry riittävän tehokkaasti; kuntoutuspalautteet puuttuvat, eivätkä potilaat aina osaa kertoa, mitä edellinen terapia on pitänyt sisällään. Tällainen toiminta ei edistä sitä, että tekisim-



me fysioterapiaa tunnetuksi kansan keskuudessa tai että työtämme voitaisiin pitää vaikuttavana.

Toivonkin, että kukin meistä tykönään pohtisi omaa toimintaansa fysioterapeuttina ja työmme arvostuksen edistäjänä. Olemme itse vastuussa siitä, että meitä edelleen tarvitaan terveydenhuollossa ja että työllemme annetaan sellaista "rispektiä", jota se ansaitsee. Kaivetaan itsestämme esiin sisäinen yrittäjäys ja aletaan markkinoida työtämme tahoille, jossa kysyntä ja tarjonta kohtaavat. Olkaamme visionäärejä fysioterapian maaperällä ja vallatkaamme uusia alueita, joille voisimme osaamistamme tarjota.

Hyvää Uutta Vuotta toivoen,
Tarja

Uusia fysioterapeutteja joukkoomme!

Joulukuussa vietettiin valmistuvien fysioterapeuttien perinteisiä "potkiaisia" ja jäsenmerkkien jakojuhlaa. Pohjanmaan fysioterapeutit muistivat yhtä uutta kollegaa stipendillä. Valmistuva ryhmä sai tehtäväkseen valita keskuudestaan henkilön, jonka mie-

luusti ottaisivat työtoverikseen ja tällaiseksi henkilöksi osoittautui fysioterapeutti Riina Levijoki. Onnea Riinalle ja kaikille muille tutkintotodistuksensa saaneille!



Pohjanmaan fysioterapeuttien puheenjohtaja Tarja Svahn ja opiskelijavastaava Marika kääriäinen



Stipendin saaja ja toivottu työtoveri, Riina Levijoki



Fysioterapian lehtorit: Tarja Svahn, Merja Finne, Marjut Koivisto, Pirkko Mäntykivi, Pia Haapala, Riitta Kiili ja Minna Hautamäki

FYSIOTERAPIAN KOULUTUSOHJELMASTA JOULUKUUSSA 2012 VALMISTUNEIDEN FYSIOTERAPEUTTIENTEN OPINNÄYTETYÖT (työt on saatavissa nettiversioina Theseuksen kautta)

Riina Levijoki ja Henna Lehdikko

Ryhtiä päästä varpaisiin: Koulutusaamupäivä terveydenhoitaja-opiskelijoille kouluikäisen ryhdin tutkimisesta

Jutta Poikkimäki ja Mira Kalaja

Tapaustutkimus kuuden viikon harjoitusohjelman vaikutuksesta toiminnallisiin jalkaterän liikehäiriöihin

Tuuli Paloposki

"On helpompi hengittää": Sovelletujen psykofyysisten harjoitteiden vaikutuksia yksilön fyysiseen toimintakykyyn ja stressinhallintaan

Eero Viitikko ja Tuomas Linjamäki

Venyttelyllä lisää venyvyyttä - Jännitä-rentouta – venyttelyn vaikutukset polven ja lonkan koukistajien venyvyyteen kahdeksan viikon intervention jälkeen 11–12 –vuotiailla jalkapalloilijoilla

Miina Jokela ja Sonja Mäenpää

More Balance – Less Fear: The effect of an eight-week group-based balance training program on the balance and fear of falling of independently living elderly people

Eero Haapala ja Vesa Kilponen

Pikajuoksulajeja harrastavien urheiluvammat

Tiina Isomäki, Hanne Ylipelkonen ja Marika Jalonen

Terveydenhoitajan haasteena liikkumattomat lapset ja nuoret: Koulutuspäivä terveydenhoitajaopiskelijoille

Emmi Puolakka ja Maija Yli-Ojanperä

Yhden talven jääharjoittelun vaikutukset pikaluistelijoiden tasapainoon ja alaraajojen lihaskireyksiin

Anna-Sofia Luhta ja Anniina Pajala

Alle yksivuotiaan lapsen sensomotorinen kehitys ja sen tukeminen - Opaslehtinen vanhemmille alle yksivuotiaan lapsen sensomotorisesta kehityksestä ja sen tukemisesta

Johanna Järveläinen ja Reetta Keskinen

Yksittäistapaustutkimus pilates-tyyppisen harjoittelun vaikutuksista alaselän kipuun ja liikekontrolliin

Raija Yli-Jyrä ja Elina Mäki-Hallila

"Uneni on syvempää, jaksan paremmin"
Sovelletujen psykofyysisten harjoitteiden vaikutukset fibromyalgiaa sairastavien fyysisiin voimavaroihin, elämänlaatuun ja kipuun

Linda Melender ja Mari Hyttinen

Elpymisliikunta avuksi työelämään – tapaustutkimus elpymisliikuntaohjelman vaikutuksista toimistotyöntekijöiden niska-hartiaseudun kipuun, liikkuvuuteen ja lihasvoimaan

Heidi Nummela ja Linda Sjögren (H4)

"Onnea odotukseen, voimia vauva-ärkeen": Raskausajan liikunta ja synnytyksestä palautuminen

Syysvirkistys



Pohjanmaan fysioterapeuttien syyskokous järjestettiin 29.9.2012 Alahärmän Hunurijärvellä. Kokouksesta informoitiin fysioterapialehdessä ja nettisivuilla. Tapahtumaan osallistui hallitusväen lisäksi muutama aktiivinen jäsen ja olipa joukkoon eksynyt eräs puolivuotias pikkuneitikin -varmaankin tuleva järjestöaktiivi.

Kokouksen esityslistalla oli fysioterapialiiton edustajiston kokouksien edustajien valinta toimikaudelle 2013-2015. Päätös edustajistamme tehtiin jo ehdollisena kevään vuosikokouksessa, joten nyt enää vahvistimme päätöksemme. Yhdistyksen säännöt kun vaativat, että edustajat valitaan vasta syyskokouksessa, vaikka liitto tahtoi tiedon edustajista jo keväällä. Seuraavan kerran kun on tarpeen sääntömuutoksia tehdä, niin varmasti korjataan myös tämä pykälä nykyistä käytäntöä vastaavaksi. Varsinaisiksi edustajiksi valittiin Tarja Svahn ja Päivi Ristikangas ja heidän varajäseniksi Miia Hietaniemi ja Laura Nikkola. Muita virallisia asioita ei kokouksen esityslistalla ollutkaan, joten kokous saatiin läpikäytyksi alle 20 minuutissa.

Sitten suuntasimmekin ulkoiluasuuteen. Aluksi tutustuimme matkailukeskukseen ja kävelimme alueelle tehdyn järven ympäri. Alue mäntymetsineen ja hirsirakennuksineen on kuin huomattavasti pohjoisemmalta leveyspiiriltä, eipä olisi tällaista uskonut löytävänsä keskeltä pohjanmaan lakeuksia. Mari Mantere oli järjestänyt kokousväelle leikkimielisiä kilpailuja, joten seuraavan tunnin ajan etsimme rasteja metsästä, heitimme tikkaa tasapainolaudoilla seisten ja kisailimme mölkyssä. Iloisia ilmeitä, riemunkiljahduksia ja herskyvää naurua olivat nämä hetket täynnä. Ulkoilun päätteeksi kokousväki vielä nautti maistuvan keittolounaan. Eikä allekirjoittanut tainnut olla ainut joka päätyi santsikierrokselle, niin hyvää kalakeittoa oli isäntä meille keitellyt.

-Heli Alava-

Terveiset Wienin ENPHE-konferenssista

Kaksi valmistuvaa fysioterapian opiskelijaa kävi marraskuussa Itävallan pääkaupungissa hakemassa uusia kokemuksia ja viemässä pohjoismaista yhteistyötä ja Seinäjokea maailmankartalle.

Teimme opinnäytetyömme Pohjoismaita ja Baltian maita yhdistävässä Nordplus-hankkeessa. Yhteistyökumppaneinamme olivat Lahden ammattikorkeakoulu ja Tarton yliopisto. Yhteisenä aiheenamme olivat ikäihmiset, mutta aiheen sisällä keskityimme jokainen omaan osa-alueeseen. Yhteistyötä teimme intervention suunnittelussa ja toteuttamisessa. Konferenssimatkan tarkoituksena oli oman opinnäytetyömme kautta tuoda esille, mitä fysioterapian opiskelijoiden välinen kansainvälinen yhteistyö voi käytännössä olla.

ENPHE tulee sanoista European Network of Physiotherapy in Higher Education eli se on eurooppalainen fysioterapiakoulutuksen yhteistyöverkosto. Tällä hetkellä jäsenenä on 183 oppilaitosta 28 maasta. ENPHE pyrkii mm. edistämään henkilöstö- ja opiskelijavaihtoa eri oppilaitosten välillä sekä tukemaan ja kehittämään fysioterapiaopetuksen korkeaa tasoa ja opetusohjelmien yhdenmukaistamista. ENPHE-konferenssi järjestetään vuosittain eri oppilaitosten toimiessa isäntänä. Wienissä konferenssia isännöi FH Campus Wien ammattikorkeakoulu. Modernit ja avarat tilat tarjosivat hyvät puitteet konferenssille ja sen yhteydessä toteutetulle opiskelijaohjelmalle.

Saavuimme Wieniin hyvissä ajoin, joten käytimme hyväksemme mahdollisuuden tutustua kaupunkiin ennen virallisen ohjelman alkamista. Syksyinen Wien tarjosi historiallista arkkitehtuuria, kahviloita ja makuelämyksiä. Ennen virallista konferenssipäivää osallistuimme ISB:n (International Student Body) opiskelijaohjelmaan. ISB on ENPHE:n sisällä toimiva opiskelijaelin. Ohjelmassa oli ensin kaikille yhteinen työpaja, aiheena tieteellisen artikkelin hyödynnettävyys käytännön fysioterapiatyössä. Iltapäivän ohjelmassa oli kaksi vaihtoehtoista työpajaa. Valitsimme työpajan, jossa käsiteltiin fysioterapian tavoitteiden asettamista. Opiskelijaohjelma oli mielen-



Konferenssipaiikka FH Campus Wien



Miina (vas.) ja Sonja (oik.) esittelemässä postereitaan



Haus der Musik –museo



Hofburgin palatsi Wienin keskustassa

kiintoinen ja antoisa. Päivän päätteeksi osallistuimme Haus der Musik-museossa järjestettyyn iltaohjelmaan. Saimme seurustella toisten opiskelijoiden kanssa rennommissa tunnelmissa ruoan ja juomien äärellä, ja lisäksi tutustuimme Wienin rikkaaseen musiikilliseen historiaan.

Virallisena konferenssipäivänä 7.11.2012 asetimme kaksi posteriamme esille niille varatuille paikoille. Esillä oleviin noin 30:een posteriin oli mahdollista tutustua pitkien kahvi- ja ruokataukojen aikana. Tauoilla kävimme muiden osallistujien kanssa mielenkiintoisia keskusteluja postereihin liittyen. Konferenssin ohjelma koostui puheenvuoroista, joissa esiteltiin työryhmien aikaansaannoksia sekä ENPHE:n tulevaisuuden näkymiä. Ohjelmassa oli myös ENPHE:n uusien nettisivujen lanseeraus sekä ensivuoden konferenssi-isännän, Lahden, julkistaminen.

Olemme tyytyväisiä konferenssin antiin. Tapasimme uusia ihmisiä, joiden kanssa saimme vaihtaa ajatuksia. Olemme taas yhtä kokemusta rikkaampia. Näitä kokemuksia jaoimme kotiin palattuamme myös muille fysioterapian opiskelijoille. Olimme ensimmäiset ENPHE:en osallistuneet opiskelijat oppilaitoksestamme, ja nyt toivomme, että saimme uusia opiskelijoita innostumaan tästä tärkeästä yhteistyöstä.

Miina Jokela & Sonja Mäenpää

Linkki ENPHE:n nettisivuille: <http://www.enphe.eu/>

KGF 17 ryhmän raportti opintomatkasta Berliiniin a Bad Elsteriin



Matkamme alkoi perjantaina 18.5.2012, kun linja-automme starttasi klo 4.40 Koskenalantien yksikön parkkipaikalta kohti Helsinki-Vantaan lentokenttää. Linja-auto oli lastattu 27:llä väsyneellä, mutta innolla matkaan lähtevällä viimeisen vuoden fysioterapian opiskelijalla ja kahdella opettajalla. Matkan aikana perehdyimme Saksan synkkään, mutta sitäkin mielenkiintoisempaan historiaan. Pienestä turbulenssista huolimatta laskeuduimme turvallisesti Saksan maalle kesän keskelle.

Berliiniin saavuttuamme suuntasimme hotellille, joka sijaitsi keskeisellä paikalla, aivan Hauptbahnhofin (päärautatieasema) vieressä. Hotellin hinta-laatusuhde oli kohdallaan ja sijainti loistava. Yläsängyissä punkkaavat jäivät kuitenkin ihmettelemään peitaamatta jätettyjä vuoteita ja vain muutamien huoneiden hintaan sisältyi pyyhkeet. Ensimmäisen päivän iltana kiertelimme hotellin lähiympäristössä ja tutustuimme nähtävyyksiin sekä kauppoihin ja ravintoloihin. Aikaisesta herätyksestä ja uuvuttavasta matkasta johtuen peti kutsui suurinta osaa matkalaisista jo varhain.

Aamupalan tungoksesta selviytyttyämme suuntasimme pienryhmissä hyvin nukutun yön jälkeen Berliinin vilkkaaseen menoon, kukin oman mielenkiintonsa mukaan. Tutustuimme Berliinin nähtävyyksiin, kuten kirkkoihin, monumentteihin, museoihin ja Berliinin muuriin. Rennompaa saksalaista menoa ja meininkiä pääsimme kokemaan ravintoloiden, terassien ja kahviloiden kautta. Aidot ja oikeat (suomalaisista merkittävästi poikkeavat) Berliinin munkit ja kuuluisa saksalainen olut lunastivat ennako-odotukset ja tulivat kaikille tutuiksi. Ja kuten matkusteluun kuuluu, opiskelijoiden kevyet lompakot kevenivät entisestään Berliinin tarjotessa lukuisia shoppailumahdollisuuksia.

Onneksemme pääsimme seuraamaan myös intohimoista saksalaista jalkapalloa, kun mestareiden liigan finaali pelasi saksalaisten oma FC Bayern München Englannin FC Chelseaa vastaan.



Peliä varten oli pystytetty lukuisia screeneja ympäri kaupunkia, joista yksi sijaitsi aivan hotellimme vieressä. Finaali tarjosi suuren jännitysnäytelmän pelin edetessä rangaistuspotkuihin asti. Saksalaisten koväänisestä kannustuksesta huolimatta peli päättyi FC Bayern Münchenin tappioon.

Sunnuntaiamuna hyvästelimme 3,4 miljoonan asukkaan Berliinin ja lähdimme linja-autolla kohti 3700 asukkaan Bad Elsteriä. Linja-automatka kesti lähes viisi tuntia, jonka aikana seurasimme lämpömittarilukeman tasaista kasvusuuntaista kehitystä yli helle-ajan.

Bad Elster sijaitsee laaksossa itä-saksassa, aivan Tšekin rajan tuntumassa. Ihastuimme Bad Elsterin kauniiseen ja idylliseen ympäristöön: mäkiseen maastoon, puhtaaseen ja runsaaseen luontoon sekä huoliteltuun koristeelliseen arkkitehtuuriin. Sunnuntai- ja -ilta kuluivat kaupunkia ihastellessa sekä yhteisen ruokailun merkeissä. Hotellimme Bad Elsterissä oli todellinen vastakohta Berliinin pieniin kerrossängyillä varustettuihin huoneisiin; huoneet



olivat kauniita, avaria ja kodikkaita.

Aloitimme viikon patikoimalla korkean mäen päällä sijaitsevaan paikalliseen fysioterapiakouluun, Medfachschuleen. Seinäjoen sairaalanmäki kalpenee kokemamme nousun rinnalla. Koulussa meidät otettiin lämpimästi vastaan ja paikalliset opiskelijat sekä opettajat olivat nähneet paljon viihtyvyytemme vuoksi. Koululla tutustuimme saksalaiseen fysioterapiaan, joka poikkeaa merkittävästi suomalaisesta fysioterapiasta. Suurin poikkeavuus fysioterapian suhteen johtuu todennäköisesti siitä, että Saksassa fysioterapian toteutus ei pohjautu tutkittuun tietoon, kuten meillä Suomessa. Toinen merkittävä ero on, että fysioterapiakoulutus Saksassa on vain toisen asteen koulutus, kun taas Suomessa se on korkeakoulututkinto ja koulutusohjelmat poikkeavat sisällöiltään paljon. Saksassa lääkärit määräävät, mitä fysioterapiassa tehdään ja fysioterapeutit ainoastaan toteuttavat terapian sen mukaan.

Saksalaiset opiskelijat esittelivät meille Suomen fysioterapiasta eroavia menetelmiä, kuten esimerkiksi suspensiota, vesihierontaa ja erilaisia lämpöhoitoja. Tämän lisäksi saksalaiset olivat järjestäneet Saksa-Suomi lentopalloturnauksen (jossa jouduimme taipumaan tappioon!) sekä grillailua. Vietimme saksalaisten opiskelijoiden kanssa myös vapaa-aikaa urheilun ja jutustelun merkeissä.

Seuraavana päivänä tutustuimme paikalliseen kuntoutuslaitokseen, Vogtlandklinikiin sekä Albert Bad nimiseen kylpylään. Vogtlandlinikissa asiakkaat ovat pääasiassa neurologisia, TULE-ongelmia sekä inkontinenssista kärsiviä ja he tulevat sinne kuntoutusjaksoille. Klinikka on valtavan iso ja tarjoaa monia eri kuntou-

tuspalveluja, kuten esimerkiksi, fysioterapiaa, hierontaa, fysikaalisia hoitoja, toimintaterapiaa, psykoterapiaa ja ergonomioapastusta. Ergonomiaopastusta varten oli rakennettu jokapäiväisiä toimintoja vastaavia ympäristöjä kuten asuinhuoneisto, jossa asiakas voi harjoitella ADL-toimintojaan turvallisesti mahdollisimman luonnollisessa ympäristössä. Albert Badissa oli yhdistetty vanhaa ja uutta kylpyläkulttuuria. Uima-altaiden lisäksi tarjolla oli muun muassa hierontaa ja vesiterapiaa.

Keskiviikkoamuna aloitimme kotimatkan antoisan ja tapahumarikkaan reissun päätteeksi. Tänä päivänä hellelukumat paukuivat yli + 30 asteen, jonka käytimme linja-autossa istumiseen ja lentokentällä odotteluun. Paluulento oli onneksemme tasaisempaa kyytiä, kuin menomatka. Helsinki-Vantaan lentokentällä linja-auto odotti jo valmiina, joten saimme jatkaa jo tutuksi tullutta istumista. Saavuimme Koskenalantielle puolen yön aikaan, takanamme noin 15 tunnin kotimatka.

Kaiken kaikkiaan opintomatkamme oli erittäin onnistunut ja saimme kokea monia uusia asioita sekä fysioterapiasta, että saksalaisesta kulttuurista. Koko ryhmän tunnelmat reissusta olivat pelkästään positiivisia. Yhteinen matka oli mukava myös siinä mielessä, että valmistuminen on jo lähellä ja viimeiset yhteiset hetket opiskelukavereiden kanssa ovat kultaakin kalliimpia.

Terveisin
KGF 17 ryhmän puolesta,
Jutta Poikkimäki & Linda Sjögren

Milloin viimeksi lähetit asiakaspalautteen kollegallesi tai lähettävälle lääkärille?

Fysioterapian dokumentointi kuuluu oleellisesti fysioterapia-prosessiin ja dokumentoinnilla on niin juridinen kuin laadullinenkin merkitys potilaan/asiakkaan palvelutoimintaketjussa. Hyvä dokumentti toimii asiakkaan käteen jäävänä ”kuittina”, jonka tarkoituksena on olla asiakkaan kuntoutumista tukeva apuväline. Dokumentti tekee näkyväksi sitä, mitä on jo tehty ja millaista palvelutoimintaa jatkoon on suunniteltu. Fysioterapiapalaute on terapeutin osaamisen ja asiantuntijuuden käyntikortti ja sen avulla voimme vaikuttaa asiakkaan liikkumiseen palveluketjussa. (Arkela-Kautiainen 2010.)

Fysioterapeuttien ja fysioterapiayrittäjien dokumentointikäytännöt ovat kokemustietoon perustuen hyvin erilaisia. Osa yrittäjistä on siirtynyt sähköiseen dokumentointiin, mutta suurella osalla on edelleen käytössä manuaalinen dokumentointijärjestelmä. Markkinoilla on erilaisia fysioterapiatoiminnan dokumentointiin soveltuvia sähköisiä ATK-järjestelmiä, mutta niiden hankintaa jarruttaa mm. niiden korkea hintataso. Terveystieteiden julkisella sektorilla ollaan vähitellen siirtymässä sähköiseen potilasasiakirjajärjestelmään ja kansalliseen arkistointiin, johon myös yksityisen terveydenhuollon toimijat voivat halutessaan liittyä. (<http://www.kanta.fi/web/fi>)

Sähköisesti kirjattaessa asiat on ilmaistava lyhyesti ja jäsenytneesti. Ytimekästä ja laadukasta kirjaamista kaivataan myös fysioterapiapalautteisiin, jotka kulkevat asiakkaan mukana eri hoitopaikkojen välillä. Potilaat eivät useinkaan osaa kertoa aiemman terapian sisällöstä riittävästi ja tämä aiheuttaa väärinymmärryksiä tiedon suhteen, esim. mobilisaatiokäsittelyn potilaat usein ilmoittavat hieronnaksi. Koodien ja luokitusten käyttö arjen potilastyössä helpottaisi kirjaamista, tehostaisi ajankäyttöä ja dokumentointia. Käsitteistön yhtenäistämiseksi on laadittu erilaisia luokitusmalleja ja nimikkeistöjä, mutta niitä ei hyödynnetä kirjaamisessa systemaattisesti. Fysioterapianimikkeistö on yksi työkalu, joka on laadittu fysioterapian termistön yhtenäistämiseksi. (Fysioterapianimikkeistö 2007.) Kansainvälisen toimintakyvyn luokituksen ICF:n (International Classification of Functioning and Health) tavoitteena on myös luoda yhteinen kieli potilaan terveydentilan ja terveyden kuvaamiseksi ja luokituksen tarkoituksena on parantaa eri käyttäjryhmien välistä viestintää. (Paltamaa 2009)

Lähetteellä fysioterapiaan tulevan henkilön ft-prosessi on yleensä etukäteen määritelty, esimerkiksi 10 hoitokertaa sisältävä kokonaisuus, josta tulee kirjoittaa kirjallinen kuvaus, fysioterapiapalaute. Jokaisesta fysioterapiatapahtumasta tulee tehdä merkinnät potilaskertomukseen. Tiedoista tulee ilmetä, mm. miten ja millaista terapiaa on toteutettu, onko terapian aikana ilmennyt jotain erityistä ja millaista terapiaa koskevia ratkaisuja terapian kuluessa on tehty. On eettisesti oikein, että lähettävä/maksava taho saa tarkan tiedon terapian sisällöstä. (STM asetus potilasasiakirjoista.)

Potilasasiakirjan tulisi toimia työkaluna terveydenhuollon ammattilaisten keskuudessa. Dokumentointi toimii terveydenhuollossa informaation lähteenä ja kommunikoinnin välineenä ja varmistaa omalta osaltaan laadukasta ja vastuullista terveydenhuoltoa. Toissijaisena tarkoituksena ovat laadun varmennus ja potilaan oikeusturvan varmistaminen. Näihin kaikkiin tavoitteisiin pääsemi-

seksi potilasasiakirjat, kuten esim. fysioterapiapalautteet tulisi kirjoittaa mahdollisimman tarkasti vastaamaan käytännön ammatillista toimintaa.

Kunkin fysioterapeutin tulisi dokumentoidessaan noudattaa hyvään fysioterapiakäytäntöön perustuvia suosituksia. Suosituksia on laadittu niin kansainvälisellä kuin kansallisellakin tasolla, mm. Suomen fysioterapeutit ovat laatineet fysioterapeutin huoneen tauluksi ”dokumentoinnin TOP 10-listan” (taulukko 1), jossa mainitaan fysioterapian kannalta oleelliset muistettavat tekijät. (Suomen fysioterapeutit ry 200.) Ft-lehti 1/2011

Fysioterapiapalautteen laatiminen on osa asiakkaan fysioterapiaa ja sen laatii fysioterapiasta vastuussa oleva fysioterapeutti. Palaute tulee laatia selkeästi ja sen laatimisessa tulisi noudattaa voimassa olevaa lainsäädäntöä. Palaute toimitetaan lähettävälle taholle asiakkaan luvalla viimeistään viikon kuluttua terapian päättymisestä. Fysioterapiapalaute tulee antaa myös asiakkaalle itselleen. Tutkimusten mukaan fysioterapian kirjaamisessa on parannettavaa niin sisällön kuin otsikoinninkin suhteen. Epäyhtenäisyyden vähentämiseksi voimme vaikuttaa ottamalla käyttööme fysioterapianimikkeistön ja suosituksen fysioterapiapalautteen laatimista varten. (Pukki 2004.) Jotta voisimme parantaa fysioterapian vaikuttavuutta ja lisätä ammattimme arvostusta entisestään, olisi jokaisen meistä terästädyttävä kirjaamisen äärellä.

Tarja Svahn, ft, TtM

Asiakaspalautteen tärkeydestä on keskusteltu erityisesti fysiatrian poliklinikalla ja siellä sekä fysioterapeutit että lääkärit kaipaavat palautetta uusien potilaidensa muissa yhteyksissä toteutuneista fysioterapioista ja niiden sisällöistä.

Fysioterapian dokumentoinnin TOP10

- 1 Kaikkien terveydenhuollon ammattihenkilöiden tulee pitää potilasrekisteriä.
- 2 Jokaisesta potilaan palvelutapahtumasta tulee tehdä merkintä.
- 3 Dokumentoi vain hoidon kannalta olennaiset tiedot.
- 4 Käytä dokumentoinnissa Fysioterapianimikkeistöä.
- 5 Käytä arvioinnissa luotettavia ja päteviä mittareita ja menetelmiä.
- 6 Kirjaa merkittävät muutokset terapian kuluessa. Arvioi ja dokumentoi fysioterapian tulos.
- 7 Noudata potilasrekisteripidon hyviä käytäntöjä ja ota huomioon henkilötietolain mukaiset velvoitteesi (rekisterinpitäjänä/tietosuojavastaavana, palvelun toteuttajana).
- 8 Pyydä potilaalta suostumus tietojen luovuttamiseen.
- 9 Säilytä asiakirjat asianmukaisesti ja säädösten mukaisen ajan.
- 10 Arvioi määräajoin kirjaamisesi laatua ja huolehdi tarvittavista kehittämistoimenpiteistä ja osaamisesi kehittämisestä.

ERUSTAJISTON KOKOUSTERVEISET POHJANMAALTA

Marraskuun viimeisenä viikonloppuna pidettiin Suomen Fysioterapeuttien edustajiston kokous Seinäjoella. Paikalla oli 28 kokousedustajaa sekä liittohallituksen väki ja liiton toimihenkilöitä. Edustajiston puheenjohtajana toimi ansiokkaasti Anna Kukka. Anna johti kokousta siten, että etenimme asioiden käsittelyssä reippaasti ja tunnelma säilyi koko ajan avoimena ja vuorovaikutteisena.

Edustajisto valitsi toimikaudelle 2013–2015 uuden puheenjohtajan, varapuheenjohtajan sekä hallituksen varajäsenineen. Yllätyksenä saatoimme todeta, että innokkaita vaikuttajia löytyi enemmän aiempiin vuosiin verrattuna. Lukuisista äänestyksistä huolimatta valintaprosessit sujuivat jouhevasti.

Liiton strategia linjataan ensi vuoden edustajistoa varten WCPT:n toimintalinjoja mukaillen.

Liiton toimintalinjoihin kaudelle 2013–2018 on kirjattu mm. seuraavia asioita:

- Suomen Fysioterapeutit tukevat ja edistävät fysioterapeuttien ja fysioterapian asemaa suomalaisessa sosiaali- ja terveyshuollossa
- Liitto edistää osaltaan fysioterapiapalvelujen sisältöjen kehittämistä niin, että palveluiden hyöty voidaan osoittaa asiakkaiden parantuneena toiminta- ja työkykyinä
- Liitto vaikuttaa fysioterapian ja kuntoutuksen asemaan sosiaali- ja terveydenhuollon palvelurakennemuutoksessa toimimalla yhteistyössä päättäjien alan järjestöjen ja muiden tahojen kanssa
- Liitto tukee fysioterapeuttien urakehitystä tuottamalla tietoa ja koulutusta sekä tuomalla esiin kuntoutuspalveluiden käyttämällisyyksiä keskeisissä kansansairauksissa

Liiton edustajisto keskusteli hallituksen taloudellisesta tilanteesta ja edustajisto evästi uutta hallitusta toiminaan siten, että toiminta olisi jatkossa kannattavaa.

Kokouksessa päätettiin nostaa (talouden tasapainottamiseksi) liittomaksua kahdella eurolla. Aiemmasta korotuksesta on kulu- nut jo useampi vuosi.

Vuonna 2013 juhlitaan liiton 70-vuotis- ja Fysioterapia-lehden 60-vuotistaivalta.

Juhlatapahtumia järjestetään ympäri Suomea seitsemällä eri paikkakunnalla, Seinäjoella juhlinta tapahtuu 4.10.2013. Asiasta lisää alkuvuoden puolella.

Liiton juhlaillallista vietetään maaliskuussa 2013, jolloin ojnetaan liiton kultaiset ansiomerkit Pekka Kyllöselle, Maarit Keski- sille, Anni Rautoselle ja Leena Niemiselle.

Tarjan jättäytyessä pois ehdokkuudesta puheenjohtajan tehtäviin, esitimme Tarjaa varsinaiseksi edustajaksi ja Maritaa vara- edustajaksi liiton hallitukseen. Vaaliliittoja emme tehneet, vaan luotimme siihen, että ääniä saattaisi tulla ilman liittoutumiakin, ja näin tapahtui, saimme riittävästi ääniä molempien ehdokkaidemme läpimenoon. Toimivaa yhteistyötä on ylläpidettävä eri yhteisöjäsen- ten, hallituksen ja erilaisten verkostojen välillä, ja jäsenten ääniä on kuunneltava.

Maaritin jättäessä puheenjohtajan tehtävät, haluamme kiittää Maaritia tehdystä työstä ja olemme ajatuksissamme mukana osoittamassa hänelle huomiota kultaisia ansiomerkkejä ojennetta- essa maaliskuun juhlinnan yhteydessä.

Suomen fysioterapeuteilla on nyt uusi puheenjohtaja ja uusi hallitus, toivokaamme heille sellaista puhtia, jonka avulla fysiotera- pias voitaisiin ohjata uuteen nousuun ja työmme arvostusta voitai- siin tehdä näkyvämmäksi.

UUSI PUHEENJOHTAJAMME on

Heli Mesiäinen

VARAPUHEENJOHTAJAMME on

Tiina Mäkinen

HALLITUKSEN VARSINAISET JÄSENET ovat

Tarja Svahn

Maarit Sihvonon

Jaana Kinnunen

Robin Blomberg

Reetta Tuomisto

VARAJÄSENET ovat

Hannele Anttila

Raija Keloneva

Tuija Karhula

Anu Pollari

Marita Koivisto

Kokouksen iltaohjelmasta vastasi FINNHITS-kiertue 2012. Illan ai- kana saimme jammailla huippuartistien johdolla ja uskokaa tai älä- kää, yleisö todella heitteli ”pikkareita” Frederikille...

Hyvää Uutta vuotta 2013 toivotellen

Edustajiston edustajat

Päivi Ristikangas ja Tarja Svahn



Liiton uusi puheenjohtaja Heli Mesiäinen ja oikealla väistyvä puheenjohtajamme Maarit Keskinen



Edustajiston edustajat, Päivi Ristikangas ja Tarja Svahn

RENNOSTI PALJAIN JALOIIN – ALARAAJAN TOIMINNALLINEN TUTKIMINEN JA TERAPEUTTINEN HARJOITTELU

Aika:	la 16.2.2013 klo 10 – 16.30
Paikka:	Seinäjoen Ammattikorkeakoulu, Koskenalantie 7, FT 2 luokka
Kouluttaja:	Petri Väyrynen, ft, TtM, Podiatrinen ft
Hinta:	110€ (ruokailu omakustanteinen)
Osallistujia:	max. 25

Sisältö:

Koulutuksessa pohditaan luonnollisen askelluksen ja normaalin askelluksen eroja ja niiden vaikutuksia kävelyn biomekaniikkaan niin suljetussa kuin avoimessakin kineettisessä ketjussa. Koulutuksen teoreettisessa osiossa käsitellään jalan rakennetta ja toimintaa. Lisäksi luodaan katsaus jalan tyypillisimpiin rakenteellisiin ja toiminnallisiin ongelmiin. Mukana myös esimerkit suurnopeuskameran mahdollisuuksista alaraajaongelmien tunnistamisessa. Käytännön osiossa tutkitaan alaraajaa staattisesti ja dynaamisesti. Jotta saisit koulutuksesta irto mahdollisimman paljon, kertaa jalan tärkeimmät lihakset ja palauttele mieleesi askeleen biomekaniikkaa.

Ilmoittautuminen:

8.2.2013 mennessä tarja.svahn(at)seamk.fi. Maksu etukäteen Pohjanmaan Fysioterapeutit ry:n tilille: Nordea FI531292 3000 025469. Maksun viestiin kirjoitetaan koulutuksen ja osallistujan nimi. Kuitti suoritetusta maksusta on esitettävä koulutuksen yhteydessä!

PURENTAELINTEN TOIMINTAHÄIRIÖIDEN TUTKIMINEN JA FYSIOTERAPIA

Aika:	la 6.4.2013 klo 9.30 – 15.30
Paikka:	Kuortaneen Urheiluopisto
Kouluttaja:	Mia Salmi, ft, OMT
Hinta:	60€ (ruokailu omakustanteinen)
Osallistujia:	max. 20 (muutamia paikkoja jäljellä)

Sisältö:

- Leukanivelen ja purentaelinten anatomia ja biomekaniikka
- Leukanivelen tutkiminen ja mobilisointi pehmytkudoskäsittelyineen
- Yläniskan liikkuvuuden ja pään asennon vaikutus TMD-ongelmiin
- Niskan, kaulan ja kasvojen alueen pehmytkudosten palpoinni
- Kotiharjoittelu

Ilmoittautuminen:

22.3.2013 mennessä miia.hietaniemi(at)gmail.com. Maksu etukäteen Pohjanmaan Fysioterapeutit ry:n tilille: IBAN FI531292 3000 025469. Maksun viestiin kirjoitetaan koulutuksen ja osallistujan nimi. Kuitti suoritetusta maksusta on esitettävä koulutuksen yhteydessä!

HYVÄNLAATUISEN ASETOHUIMAUSPOTILAAN KOHTAAMINEN FYSIOTERAPIATYÖSSÄ

Aika:	17.4.2013 klo 17.30 – 20.30
Paikka:	Etelä-Pohjanmaan elinkeinotalo, Huhtalantie 2, Seinäjoki
Kouluttaja:	Henna Paananen, ft
Hinta:	30€

Sisältö:

- Mitä on sisäkorvan tasapainoelimestä aiheutuva hyvälaatuinen asentohuimaus?
- Mistä tunnistaa hyvälaatuisten asentohuimauspotilaan ja millaisia oireita asentohuimaukseen liittyy?
- Erotusdiagnostiikka: Kuinka erottaa asentohuimaus niskaperäisestä tai verenkierröllisestä huimauksesta?
- Hyvälaatuisten asentohuimauksen tutkiminen ja hoitaminen
- Potilastilanteita käytännön työstä

Ilmoittautuminen:

8.4.2013 mennessä koulutus@pohjanmaanfyysioterapeutit.fi. Maksu etukäteen Pohjanmaan Fysioterapeutit ry:n tilille: IBAN FI531292 3000 025469. Maksun viestiin kirjoitetaan koulutuksen ja osallistujan nimi. Kuitti suoritetusta maksusta on esitettävä koulutuksen yhteydessä!

Muistathan, että ilmoittautumisellasi sitoudut koulutukseen! Mikäli joudut perumaan osallistumisesi viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen, perimme 50% osallistumismaksusta. Peruuttamattomasta koulutuspaikasta veloitamme koko koulutusmaksun.

SEAMK:N FYSIOTERAPIAOPISKELIJOILLE: PLANTAARIFASKIOOSI – PISTÄVÄ JA POLTTAVA KIPU KANTAPÄÄSSÄ. MITEN TUNNISTAN OIREEN JA MITÄ SILLE VOI TEHDÄ?

Aika:	Ke 19.2.2013 klo 16 – 19.00
Paikka:	Seinäjoen ammattikorkeakoulu (ft2 luokka)
Kouluttaja:	Tarja Svahn, ft, TtM
Hinta:	5€ /jäsen, 10€/ei-jäsen

Sisältö:

- Etiologia ja patogeneesi
- Diagnostiikkaa ja erotusdiagnostiikkaa; miten tunnistan plantaarifasciitin ja erotan sen muista kantaseudun kiputiloista
- Konservatiivinen hoito
- Esimerkkejä käytännön tilanteista
- Käytännön harjoittelua

Ilmoittautuminen: tarja.svahn@seamk.fi



KOKOUSKUTSU • KOKOUSKUTSU • KOKOUSKUTSU • KOKOUSKUTSU • KOKOUSKUTSU

Tervetuloa

Pohjanmaan Fysioterapeutit – Österbottens Fysioterapeuter ry:n

VUOSIKOKOUKSEEN

Aika:

perjantai 8.3.2013 klo 18.00

Paikka:

Kellovalimo Somppi Ky / Jussin Viini Karhunmäentie 969,
62100 Lapua

Vuosikokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat sekä päätetään yhdistyksen sääntömuutoksista.

Ohjelma:

18.00 Tilakierros tykinlaukauksesta viinin maisteluun

18.30 Vuosikokous

20.00 Pohjalainen Pitopöytä

Mikäli lähtijöitä on runsaasti, järjestämme kokouspaikalle bussikuljetuksen Seinäjoelta. Muualta tulevien matkoja korvataan sovitusti kimpakyytiperiaatteella.

Sitovat ilmoittautumiset 1.3.2013 mennessä Päivi Ristikankaalle,
paivi.ristikangas@ristikangas.fi tai 040-5506 129.
Ilmoitathan mahdollisen erityisruokavalion.

HUOM! Henkilöiltä, jotka eivät ilmoittautumisestaan huolimatta saavu paikalle
veloitamme jälkikäteen aterian ja tilakierroksen hinnan 30€.

Se, joka juo paljon viiniä, nukkuu hyvin.

Se, joka nukkuu, ei tee syntiä.

Se, joka ei tee syntiä, tulee autuaaksi.

*Ergo: Se, joka juo hyvää viiniä, tulee autuaaksi.
(Shakespeare)*

KOKOUSKUTSU • KOKOUSKUTSU • KOKOUSKUTSU • KOKOUSKUTSU • KOKOUSKUTSU

www.pohjanmaanfysioterapeutit.fi