

POFOORIT

2•2014 www.pohjanmaanfysioterapeutit.fi/pofoorit



Pohjanmaan
Fysioterapeutit
Facebookissa!



Yhteystiedot	2
Puheenjohtajan mietteitä	3
Fysioterapiaa Intialaisittain	4-5
Koulutuskalenteri	6-7
Kinesioiteippaus fysioterapian välineenä	9
Mikä ihmeen kannatinterapia	10-11
Katsaus Selkäpotilaiden palveluketju -hankeen etenemiseen	12-13



Pikku-
joulu-
kutsu

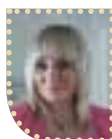
sivu 14



Yhteystiedot 2014:



Tarja Svahn, puheenjohtaja
Sahrankatu 2 A
60320 Seinäjoki
tarja.svahn@seamk.fi
p. 040-5850154



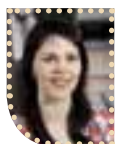
Hanne Ylipelkonen,
viestintä- ja tiedotusvastaava



Päivi Ristikangas,
varapuheenjohtaja



Mari Mantere,
koulutusvastaava



Miia Hietaniemi, jäsensihteeri
Tupasvilla 8 B
60150 Seinäjoki
miia.hietaniemi@gmail.com
040-739 1362



Veli-Pekka Haapala,
sihteeri ja koulutusvastaava



Marika Kääriäinen,
sihteeri ja opiskelijavastaava



Marita Ottela,
yrittäjäyhdyshenkilö



Tiina Isomäki,
talousvastaava



Heidi Nummela,
viestintä- ja tiedotusvastaava



Henna Paananen,
viestintä- ja
tiedotusvastaava

Eero Viitikko,
varajäsen

Katri Kotala,
varajäsen

POFOORIT

2•2014

www.pohjanmaanfysioterapeutit.fi



Vastaava päätoimittaja: Hanne Ylipelkonen
Kannen kuva: Timo Svahn
Taitto: www.iso-m.com

Fysioterapeuttien suoravastaanottotoimintaan tähtäävä koulutus käynnistyy Seinäjoella!



Tätä kirjoittaessani mietin, miten elokuuta, syyskuuta ja yli-päättään syksyä määritellään? Onko elokuu vielä loppukesää vai alkusyksyä? Koulujen alkaessa elokuussa, virittyy mieli väistämättä jo syksyn suuntaan. Ilmaston lämpeneminen ja poikkeuksellisen helteiset lähes 40 päivää ovat ehkä muuttamassa käsitystämme siten, että elokuutakin voitaneen kutsua vielä kesäksi. Olipa sitten käsillä loppukesä tai alkusyksy, on varmaa, että jokainen meistä on saanut nauttia ainakin hetken todellisesta kesästä.

Pohjanmaan fysioterapeuttien hallituksen väki elää aina aikaansa edellä ja niinpä olemmekin puurtaneet jo jonkin aikaa tulevan syksyn koulutuksia ja pikkujouluohjelmaa miettien. Paljon erilaista koulutusta on tulossa, joten käypäs aina silloin tällöin vilkaisemassa kotisivujamme. Pikkujoulutilaisuuskin on jo paketoitu, lue lisää lehden sivuilta.

Valtakunnallisten tärkeiden teemojen, kuten esim. Sote-uudistuksen yhteydessä puhutaan usein myös fysioterapiasta ja terapian vaikuttavuudesta. Sote-uudistus etenee ja seuraamme sen mukanaan tuomia muuttoksia. Valtakunnan tasolla on nostettu esiin huoli tarpeettomista polven tähytysleikkauksista. Niitä ei tulisi tehdä, vaan terveydenhuollon niukat resurssit tulisi kohdentaa parhaalla mahdollisella tavalla, potilaan ja yhteiskunnan etua ajatellen. Mitä me terapeutteina tästä ajattelemme, millaiset mahdollisuudet meillä on hoitaa polvikipua, joka erehdyttävästi antaa viitteitä kierukan repeämisestä? Osaammeko ylittää lähestyvä kipua ja tunnistaa mistä kipu on peräisin? Kivun teemalehdessä (Fysioterapia 2/ 2014) pohditaan, mitä kipu on ja millaisia kipumekanismia tunnistetaan. Lehti on ainutlaatuinen ja soisin

jokaisen tutustuvan siihen ja säilyttävän sitä työpisteensä käsikirjastossa. Nyt on tarjolla koulutusta kivun hoitoon niin valtakunnallisella kuin alueellisellakin tasolla. Liiton järjestämä kipukoulutus ja akupunktiokoulutus vastaavat varmasti tähän haasteeseen.

Seinäjoella käynnistyy fysioterapeuttien suoravastaanottotoimintaan tähtäävä koulutus ja tästä me voimme olla hyvillämme. Suoravastaanottokoulutuksen mahdollistama uusi toimintamalli voi olla merkittävä kehityssaskel terveyskeskusten vastaanottotoiminnassa. Noin 20–30 prosenttia lääkäreiden vastaanottokäyntien potilaista on tuki- ja liikuntaelinoireisia. Näistä noin puolet voitaisiin hoitaa fysioterapeutin vastaanotolla. Täydennyskoulutuksen käyneet fysioterapeutit saavat Tules-potilaan tutkimis- ja ohjausvalmiuksien lisäksi osaamista ravitsemusohjaukseen ja lääkehoidon ohjaukseen. Lisäksi koulutuksen käyneet fysioterapeutit voivat paikallisen sopimuksen perusteella kirjoittaa tarvittaessa 1–5 vuorokauden sairauslomaa. Parasta koulutuksen tuomassa uudessa toimintamallissa on se, että asiakas saa asiantuntevaa neuvoa heti oireiden ilmaannuttua ja rohkaistuu ottamaan aktiiviset ohjeet heti käyttöönsä.

Uusi toimintamalli saattaa parhaassa tapauksessa vapauttaa lääkäriresursseja muuhun toimintaan ja näin vähentää erikoissairaanhoidon läheteiden ja tarpeettomien, ei Käypä hoito -suositusten mukaisten, tutkimusten määrää. Ennen kaikkea se nopeuttaa hoidon saatavuutta ja edistää kuntoutumisen käynnistymistä ja toivottavasti nostaa fysioterapeuttien arvostusta!

**Innostavaa ja reipasta
syksyä kaikille toivoen,
Tarja**

Fysioterapiaa Intialaisittain



Fysioterapiaa Mobility Indiassa

Vietimme viime keväänä kolme kuukautta Etelä-Intiassa Bangaloren kaupungissa. Teimme siellä kaksi eri harjoittelua, toisen kuntoutuskeskuksessa ja toisen yksityissairaalassa. Kirjoitimme Intiassa ollessamme blogia, jossa tarkastelimme millaista fysioterapia on Intiassa. Tässä otteita blogistamme:

Kuntoutuskeskus Mobility Indian arkea

Opiskelimme käytännön fysioterapiaa ensin Mobility Indiassa, joka on kuntoutuskeskus liikuntarajoitteisille ihmisille. Mobility Indiassa päivät olivat tapahtumarikkaita ja vipinää riitti, sillä paikka tarjosi monenlaisia palveluita. Meitä erityisesti kiinnostivat fysioterapiapalvelut, jotka kohdistuivat lapsiin. Lasten lisäksi kyseisen paikan terapioidessa kävi myös muita asiakkaita. Lapset, joita tapasimme, olivat suurimmaksi osaksi cp-vammaisia. Mobility Indian erikoisuutena olivat myös proteesi- ja ortoosipalvelut. Proteesit ja ortoosit tehtiin asiakkaille paikan päällä ammattilaisten toimesta ja terapeutit harjoittelivat asiakkaiden kanssa niiden käyttöä.

Fysioterapeutit työskentelivät joko isossa terapiahuoneessa (mat room) tai proteesien ja ortoosien kokeiluhuoneessa (gait training). Mat room oli melko pieni huone, jossa toteutettiin suurin osa asiakkaiden terapioidista. Terapiaan tulneiden lasten diagnoosit olivat joko CP-vammoja tai hemiplegioita. Melkein pä jokaisen asiakkaan kanssa (riippumatta diagnoosista) harjoiteltiin samoja asioita ja terapiakertojen edetessä harjoitteet pysyivät samoina. Terapia kirjattiin siten, että jokaisen asiakkaan omassa kansiossa olevaan harjoittelistaan vain ruksattiin sillä kerralla tehdyt harjoitteet. Siitä, miten harjoitteet sujuivat tai miten, tilanne edistyi, ei kirjattu mitään.

Mobility Indiassa jokaisella asiakkaalla oli mukanaan joku tukihenkilö. Tukihenkilö saattoi olla isä tai äiti, isovanhempi, täti, setä, serkku, kaveri tai vaikkapa naapuri. Tukihenkilö/t olivat mukana koko terapian ajan ja saattoivat hoitaa terapiatuokion jopa itsenäisesti jos fysioterapeutti ei ehtinyt paikalle tai hänellä oli toinen asiakas hoidettavana samaan aikaan. Tukihenkilöiden aktiivisen mukana olon lisäksi kiinnitimme huomiota siihen, miten fysioterapeutti käytti auktoriteettiaan terapiatilanteissa. Suomessa terapeutin rooliin ei kuulu lapsen kurittaminen, mutta kyseisessä kuntoutuslaitoksessa fysioterapeutti saattoi terapian aikana kurittaa lasta, jos lapsi ei totellut. Hän saattoi esimerkiksi ottaa tukasta kiinni, riuhtoa käsistä ja jopa läimäyttää lasta. Sitten puolestaan kun kaikki meni hyvin, saattoi terapeutti halata ja suukottaa lasta kuin omaansa, mikä ei myöskään ole kovin tavallista suomalaisissa fysioterapiatilanteissa.

Mat roomissa oli yhtä aikaa meneillään monta terapiaa sillä kaikki fysioterapeutit asiakkaineen käyttivät samaa tilaa samaan aikaan. Asiakkaat olivat sulassa sovussa, vierä vieressä, matoilla ja heidän läheisensä, terapeutit, harjoittelijat ja joskus jopa Mobility Indian omat opiskelijat työskentelivät ikään kuin yhteisterapiaa tehden. Meillä kotimaassa ei useinkaan tämänkaltaista toimintaa näe. Tunnelma Mat roomissa oli mukavan kotoinen, sillä siellä kaikki tunsivat toisensa ja mekin pääsimme nopeasti osaksi Mobility Indiassa työskentelevää joukkoa.

Gait training -huoneessa sovittiin ortooseja ja proteeseja ja harjoiteltiin niiden käyttöä. Asiakkaat gait training -huoneessa vaihtelivat. Sovituksessa ja opissa saattoi olla aikuisia, vanhuksia tai lapsia. Asiakkaiden diagnoosit vaihtelivat sairaudesta toiseen.



Eeva Kortesus ja Tiia Tuisku



Eeva Kortesus ja fysioterapiatilanne.

Proteesin tai ortoosin käytön harjoittelu kesti asiakkaan tarpeista riippuen viidestä jopa kahteenkymmeneen peräkkäiseen päivään. Päivittäin harjoiteltiin noin tunti kerrallaan. Gait training- huoneessa oli kolmet puomit, joiden välissä harjoiteltiin kävelyä. Asiakkaita kyseisessä tilassa saattoi olla kolme samanaikaisesti, mutta silti paikalla oli vain yksi fysioterapeutti, joka hänkin osasi välillä (intialaisen tyyliin) etevästi kadota paikalta.

Mobility Indian palvelutarjontaan kuului myös community based rehabilitation. Tämä tarkoitti sitä, että fysioterapeutit lähtivät läheisiin kyliin, auttaakseen sellaisia perheitä, joilla ei ollut mahdollisuuksia tai resursseja tulla Mobility Indiaan. Me pääsimme mukaan tällaiselle matkalle yhdeksi päiväksi. Matkasimme kylään terapeutin skootterin kyydillä. Päivä oli erittäin mielenkiintoinen, mutta myös rankka. Saimme nähdä, miten köyhemmissä intialaisperheissä asuttiin ja millaiset olot cp-vammaisilla lapsilla oli heidän kodeissaan. Näky oli monessa perheessä surullinen; lapsi istui tai makasi kovalla lattialla ilman minkäänlaisia virikkeitä.

Kokemuksiamme Sagar-sairaalan fysioterapiasta

Harjoitteluajamme sairaalassa ei ollut erityisen opettavaista fysioterapeuttisesta näkökulmasta, mutta tähän osasimme varautua jo Suomesta lähtiessämme. Harjoittelu Dayananda Sagar Yliopiston omalla Sagar-sairaallalla oli enemmänkin intialaisen kulttuurin ja sairaalankäytännön tarkkailua ja ihmettelyä.

Emme olleet ainoat opiskelijat kyseisessä sairaalassa, sillä meidän lisäksi opiskelijoita taisi olla yli 10. Meitä tilanne sairaalassa hieman huvitti, sillä kaikki opiskelijat istuivat ison terapiahuoneen perällä rivissä odotellen, että heidät kutsutaan tekemään jotain. Käytäntö sairaalassa oli se, että osastonjohtaja tai joku muu henkilökuntaan kuuluva tutkii tarvittaessa potilaan ja tämän jälkeen hän kutsuu opiskelijan hoitamaan potilasta tarkkojen annettujen ohjeiden mukaan. Opiskelija ei saanut tutkia potilasta, eikä käyttää omaa ammattitaitoaan terapioiden suunnitteluun. Diagnoosista riippumatta lähes kaikkien terapiakertaan kuului lämpöhoito, ultraääni sekä IFT. Näiden jälkeen, ennen tai välissä asiakkaalle saatettiin näyttää muutama harjoite. Erikoisemmat menetelmät, kuten mobilisointi tai teippaus tehtiin aina osaston-

johtajan tai muun vakiohenkilökunnan toimesta. Koulun uudessa sairaalassa tilanne tuntui olevan vieläkin oudompi, opiskelijoita ei arvostettu ja potilastilanteita odotellessaan opiskelijat eivät saaneet lainkaan jutella keskenään ja heidän täytyi koko ajan opiskella kirjat kädessään. Kummallisinta oli se, että opiskelijat eivät saa myöskään puhua asiakkaille hoitaessaan heitä.

Tarkkailimme toimintaa fysioterapiaosastolla sekä pääsimme fysioterapeuttien mukaan osastokierroksille. Yleisosastoilla fysioterapeutit ohjasivat potilailleen erilaisia terapeuttisia harjoitteita tai kävelyharjoitteita. Näimme heidän tekevän myös toimenpiteitä potilaille, jotka tarvitsivat apua liman irrottamisessa keuhkoista. Havaintojemme mukaan harjoitteet tehtiin pikaisesti ja vain muutamain toistoin. Jos jokin asia ei onnistunut, mentiin heti seuraavaan, eikä suoritustekniikkaan juurikaan puututtu. Fysioterapeutit hoitivat työtään hyvin eri tavoin. Jouduimme valittavasti seuraamaan epäinhimillistä liikehoitoa teho-osastolla, mutta onneksi saimme olla mukana tilanteissa, jossa kohtelu oli inhimillistä. Harjoittelun kohokohta oli ehdottomasti se, kun pääsimme leikkaussaliin seuraamaan selkärangan jäykistysleikkausta.

Kaiken kaikkiaan fysioterapia eri maailmankolkissa noudattaa jokseenkin samoja peruseriaatteita, mutta kyseenalaistettavakin jäi. Pohdimme esimerkiksi aseptiikkaa ja tietosuojakäytäntöä, joiden käytännöt poikkesivat melkoisesti siitä, mihin Suomessa olemme tottuneet.

Harjoittelu oli kokemuksena erittäin hieno. Saimme mahdollisuuden tutustua paikalliseen kulttuuriin ja kieleen. Opimme muutamia lauseita paikallisella kielellä, mikä luonnollisesti helpotti työskentelyämme asiakkaiden kanssa. Kulttuuriin tutustuimme asiakkaiden ja lapsiasiakkaiden vanhempien kautta, mutta myös muiden harjoittelijoiden kautta. Yhteisten keskustelujen ja kokemusten avulla tajusimme, kuinka erilaisesta maailmasta ja kulttuurista me oikeasti tulimme.

Seinäjoen ammattikorkeakoulun
fysioterapian opiskelijat
Eeva Kortesus ja Tiia Tuisku

KOULUTUS SYKSY 2014 • KOULUTUS SYKSY 2014 • KOULUTUS SYKSY 2014

Kokemuksia kannatinterapiamenetelmästä neurologisessa fysioterapiassa**Aika:** to 18.9.2014 klo 17.30-20.00**Paikka:** Seinäjoen keskussairaalan fysioterapiayksikkö, Koskenalantie 18. Sisääntulo Y-talon pääsisäänkäynnistä, 3 krs, hissi nro 42. Kokous 1-2 ja Testaus 1.**Kouluttaja:** Miia Hietaniemi, fysioterapeutti (yamk)**Osallistujat:** 20**Hinta:** 20 euroa maksetaan etukäteen Pohjanmaan fysioterapeutit ry:n tilille: Nordea 129230-25469. Maksun viestiosaan kirjoitetaan koulutuksen ja koulutukseen osallistujan nimi sekä koulutuksen päivämäärä. Kuitti suoritetusta maksusta esitetään koulutuksen yhteydessä.**Ilmoittautuminen 11.9. mennessä:** miia.hietaniemi@gmail.com**Faskioiden merkitys koko kehon toiminnassa**

Luento antaa selkeän käsityksen faskioista ja niiden toiminnasta kehossamme. Luento toimii hyvänä orientaationa toiminnallisten harjoitteiden koulutukselle.

Aika: ke 1.10.2014 klo 18.00–20.30**Paikka:** Elinkeinotalo, Huhtalantie 2, 60220 Seinäjoki**Kouluttajana:** Henna Hakomäki, OMT-fysioterapeutti**Hinta:** 30 euroa maksetaan etukäteen Pohjanmaan fysioterapeutit ry:n tilille: Nordea 129230-25469. Maksun viestiosaan kirjoitetaan koulutuksen ja koulutukseen osallistujan nimi sekä koulutuksen päivämäärä. Kuitti suoritetusta maksusta esitetään koulutuksen yhteydessä.**Ilmoittautumiset 19.9. mennessä:** www.pohjanmaanfysioterapeutit.fi -> koulutukset**Koulutusta opiskelijoille:**

Toiminnallisen harjoittelun ohjaus fysioterapeutin työvälineenä

Aika: 7.10.2014 klo 16.00-18.15, paikka tarkentuu myöhemmin.**Koulutuksen hinta:** Pohjanmaan fysioterapeuttien opiskelijajäsen 5 euroa, ei jäsenet 15 euroa**Kouluttajana:** Marjut Koivisto, ft, TtM

Tarkempaa infoa tulossa sähköpostitse

Ilmoittautumiset: tarja.svahn@seamk.fi**HQX! Muita koulutuksia!**

Suuren suosion saanut Toiminnallinen harjoittelu-koulutus uusitaan! Syksyn aikana toteutuu Toiminnallinen harjoittelu 1, joka järjestetään Vaasassa 26.10.2014 (alkeiskurssi) ja Toiminnallinen harjoittelu 2, joka järjestetään Seinäjoella 8.11.2014 (jatkokurssi). Yksityiskohtien tarkennuttua jäsenemme saavat sähköpostia kyseisistä koulutuksista.

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

KOULUTUS SYKSY 2014 • KOULUTUS SYKSY 2014 • KOULUTUS SYKSY 2014

Plantaarifaskioosi – pistävä ja polttava kipu kantaseudussa

Miten tunnistan oireen ja mitä sille voi tehdä?

- plantaarifaskioosin etiologia ja patogeneesi
- miten tunnistan oireen ja erotan sen muista kantaseudun kiputiloista?
- konservatiivinen hoito
- esimerkkejä käytännön tilanteista

Aika: to 6.11.2014 klo 17.30–20.00

Paikka: Kokkolan terveystakeskus, Mariakatu 28, 67200 Kokkola

Kouluttaja: Tarja Svahn, ft, TtM

Hinta: 50 euroa maksetaan etukäteen Pohjanmaan fyysioterapeutit ry:n tilille: Nordea 129230-25469. Maksun viestiosaan kirjoitetaan koulutuksen ja koulutukseen osallistujan nimi sekä koulutuksen päivämäärä. Kuitti suorite-
tusta maksusta esitetään koulutuksen yhteydessä.

Lisätietoja: tarja.svahn@seamk.fi

Ilmoittautumiset 23.10. mennessä: www.pohjanmaanfyysioterapeutit.fi -> koulutukset



Kinesioiteippauksen peruskurssi

Aika: la 15.11.2014 klo 9-15.00

Paikka: Kokkolan terveystakeskus/fyysioterapia. Mariakatu 28, 67200 Kokkola

Kouluttajat: Tom Kåla, OMT-fyysioterapeutti, Juha Lantto, fyysioterapeutti

Osallistujat: 20

Hinta: 90 euroa maksetaan etukäteen Pohjanmaan fyysioterapeutit ry:n tilille: Nordea 129230-25469. Maksun viestiosaan kirjoitetaan koulutuksen ja koulutukseen osallistujan nimi sekä koulutuksen päivämäärä. Kuitti suorite-
tusta maksusta esitetään koulutuksen yhteydessä.

Ilmoittautuminen 24.10. mennessä: www.pohjanmaanfyysioterapeutit.fi -> koulutukset

Koulutuksiin ilmoittautuminen tehdään nyt kotisivujen kautta ilmoittautumislomakkeella!

Kaikki Pohjanmaan Fyysioterapeutit ry:n järjestämät ajankohtaiset koulutukset/-opiskelijakoulutukset löytyvät kotisivuilta osoitteesta www.pohjanmaanfyysioterapeutit.fi kohdasta "Koulutukset". Koulutuksiin ilmoittautuminen tehdään syksystä 2014 alkaen kotisivuilta löytyvällä ilmoittautumislomakkeella, johon pääset jokaisen koulutusesittelyn kohdalta.

Ilmoittautuminen on nyt nopeaa ja helppoa.

Täytä vain kaikki lomakkeen kohdat huolellisesti ja klikkaa lopuksi ilmoittautu-painiketta. Huomioithan, että lomaketta täyttäessäsi voit ilmoittautua yhteen koulutukseen kerrallaan. Jos haluat ilmoittautua myös muihin tarjolla oleviin koulutuksiin, täytä lomake uudelleen. Kun ilmoittautumisesi on käsitelty, sinulle lähetetään vah-

vistus sähköpostiisi. Jos sinulla on kysyttävää koulutuksiin liittyen, ota yhteyttä osoitteeseen koulutus@pohjanmaanfyysioterapeutit.fi.

Koulutuksiin ilmoittautumislomakkeen, tietoa yhdistyksestä sekä ajankohtaisista asioista löydät osoitteesta www.pohjanmaanfyysioterapeutit.fi.

**Käy tutustumassa myös
Pohjanmaan Fyysioterapeutit ry:n
Facebook -sivuihin!**





MDT-tietotaitojen päivityspäivä!

Kuortaneen Urheiluopistolla

29.-30.10.2014

Tule kuulemaan uudet tuulet ja kertaamaan

- Sisältö**
- MDT-uutisia meiltä ja muualta
 - Selkärangan tutkimisen ja luokittelun kertausta
 - Potilastapauskertomuksia
 - Raajanivelten tutkimisen, luokittelun ja hoitoperiaatteiden kertaus
 - 3 demopotilasta
 - Sisältöä kurssilaisten toiveiden mukaan

**Koulut- Kouluttajana toimii Sinikka Kilpikoski, ft
taja TtT, Dip. in MDT**

Hinta Kurssimaksu on 110€

Ilmoittautumiset

Ilmoittaudu kurssille 10.10.2014 mennessä:
Päivi Yli-Isotalolle; paivi.yli-isotalo@kuortane.com tai p. 06 5166 202.
Kurssi-info lähetetään osallistujille kaksi viikkoa ennen kurssin alkua.



Tiedustelut

Jouko Kangasniemelle;
jouko.kangasniemi@kuortane.com tai p. 06 5166 203

www.kuortane.com



Kinesioteippaus fysioterapian välineenä

Lontoon kesäolympialaiset vuonna 2012 toivat kinesioteippauksen kaikkien tietoisuuteen. Kisoissa ei juuri ollut urheilijaa, jolla värikkäitä teippejä ei olisi ollut, eikä kisojen jälkeen ollut katselijaa, joka ei olisi teippejä nähnyt. Kesäolympialaisten jälkeen teipeistä on tullut urheilijoiden ”vakiovarusteita”. Huippu-urheilu toimii kinesioteippauksen näyteikkunana, mutta urheilijat eivät ole teippauksen ainoita käyttäjiä. Kinesioteippaus ja sen hyödyt on tunnustettu nykypäivän fysioterapiassa. Kesäolympialaisten ja juuri päättäneiden yleisurheilun EM kisojen seurauksena ihmiset ovat alkaneet etsiä entistä enemmän tietoa kinesioteippauksesta.

Kinesioteippauksen juuret johtavat 1970-luvun alkuun ja Japaniin, missä japanilainen kiropraktikko Kenzo Kaze kehitti kyseistä teippaustekniikkaa. Eurooppaan teippaus levisi urheilijoiden myötä 1990-luvulla. Kinesioteippauskoulutuksia Suomessa on järjestetty eri tahojen toimesta vuodesta 2006 lähtien.

Kinesioteippausta käytetään fysioterapiassa yleisimmin tuki- ja liikuntaelin ongelmallisille asiakkaille, mutta yhä lisääntyvässä määrin myös neurologisten asiakkaiden kuntoutuksessa ja lymfaterapiassa. Kinesioteippaus ei korvaa muuta fysioterapiaa tai kuntoutusta. Kinesioteippaus toimii annetun hoidon tukena, etenkin hoitokertojen välissä teippaus voi ohjata optimaalisia liikemalleja, helpottaa toiminnallisten harjoitteiden tekemistä, vähentää kiputunteita, sekä tukea henkilön itsenäistä liikkumista.

Yleisin kinesioteippauksen käyttöindikaatio on kipu, minkä lievittämisessä teippausta yleisesti käytetään. Kipu tai tuki- ja liikuntaelinongelmat eivät kuitenkaan ole kinesioteippauksen ainoat käyttökohteet, vaan teippauksella on saatua aikaan selkeää hyötyä myös neurologisten sairauksien ja vammojen kuntoutuksessa. Mm. selkäydinvamman- ja avh-potilaat hyötyvät kinesioteippauksesta. Teippauksella voidaan vaikuttaa kehon liikemalleihin ja liikkeen laatuun. Lisäksi teipin avulla voidaan ohjata liikeratoja optimaalisemmiksi. Teippauksella pyritään lähes aina normalisoimaan liikettä. Kinesioteippiä käytetään myös silloin, kun halutaan estää, ei toivottuja liikemalleja tai stabiloida niveltä. Kinesioteippi vaikuttaa sensorisesti ihon pintaosien reseptoreiden kautta aivokuorelle. Teipin iholle aiheuttama liike vaikuttaa ihon kautta proprioseptiikkaan ja tämän kautta tulevan aistimuksen kautta liikkeille saadaan oikeita liikeratoja ja -malleja.

Kinesioteippi on puuvillaista elastista teippiä, jonka liima on erittäin ihoystävällinen, akryylipohjainen lämmön vaikutuksesta aktivoituva materiaali. Teipin hengittävyys ja kosteuden sietämisen ansiosta teipin käyttöaika on useita päiviä kohdealueesta ja vaikutusmekanismista riippuen. Tutkimuksissa on kuitenkin todettu teipin sensorisen vaikutuksen olevan parhaimmillaan neljän ensimmäisen päivän ajan ja vähenevän merkittävästi tuon ajan jälkeen. Tähän vedoten teippaus voisi olla paikallaan neljästä viiteen päivään kerrallaan.

Kinesioteippauksessa hyödynnetään teipin elastisuutta ja teipissä ihon pinnalla tapahtuvaa kutistumisilmiötä. Vaikutusmekanismi riippuu käytettävästä venytysasteesta ja teippausuunnasta. Yleensä asiakkaan teippauksessa yhdistellään useampaa eri

teippaustekniikkaa ja suoritettava teippaus muuttuu kuntoutuksen edetessä yleensä kevyempään päin. Yleisimmin käytettäviä teippaustekniikoita ovat lihas-, lihaskalvo- ja asentoa ohjaavat, sekä stabiloiva teippaus. Tekniikat eroavat toisistaan teipin venytystas-teen ja teipin kiinnityssuunnan sekä teipattavan kohteen asennon suhteen.

Kinesioteippauksesta on viime vuosien aikana julkaistu myös entistä laadukkaampia tieteellisiä tutkimuksia, jotka tukevat ennestään jo positiivisia käyttäjäkokemuksia.

Suomessa kinesioteippauskoulutuksia järjestetään usean eri tahon toimesta. Koulutuksia vertailtaessa voidaan löytää eroavaisuuksia, vaikkakin pääsisällöt ovat samoja. Jotkut koulutukset painottuvat vain lihasten teippaamiseen kun taas toisissa koulutuksissa pyritään huomioimaan laajemmin teipin käyttömahdollisuudet. Koulutusten lisäksi monet aiheesta innostuneet ovat opetelleet teipin käyttöä internetin ja erityisesti Youtubesta ammennettujen videoiden avulla. Kinesioteippaus ei sinällään ole vaativaa, mutta ilman asianmukaista, laadukasta koulutusta, saattaa osa teipin vaikutusmekanismeista ja käyttökohteista jäädä hämärän peittoon ja käyttökokemukset kinesioteippauksesta jäädä yksipuolisiksi. Lisäksi usein rajoitutaan teippaamaan vain tiettyä ongelmaa tai kehon osaa. Teipin vääränlaisella käytöllä ei liene asiakkaan henkeä uhkaavia riskejä, mutta oikeaoppisella käytöllä ja venytystavoilla voidaan kuitenkin teipattavan asiakkaan ja miksei myös hoitavan terapeutin käyttökokemus saada positiiviseksi.

Laadukkaassa kinesioteippauskoulutuksessa opetetaan teipin käyttöä ja eroa eri venytysasteissa jotta vältetään teipin kiinnipysymisongelmilta ja turhilta ihoaurioilta. Lisäksi laadukkaassa koulutuksessa pyritään aina ohjaamaan teippausta laaja-alaisesti eikä vain yhden kehon osan tai ongelma tyyppin kohdalle. Useat teippiä jo itseoppineesti käyttäneet ovat koulutuksen jälkeen killeet, opittuaan teipin oikeaoppista käyttöä ja huomanneet, että eteen tulleet ongelmakohdat teippauksessa ovat olleet yleensä vain teipin käytössä tapahtuneiden virheiden syitä. Suurimpia epäselvyyksiä aiheuttavia kysymyksiä ovat teipin venytysaste ja teippausuunta sekä venytetäänkö teipattavaa kehon osaa vai ei. Tästä syystä suosittelen kinesioteippauskoulutusta kaikille jo teippiä käyttävillekin. Uskallankin väittää että koulutuksen jälkeen teipin käytön suhteen avautuu täysin uusi maailma uusine ajatuksineen ja käyttökohteineen.

Tom Kåla, fysioterapeutti, OMT

Kinesioteippauskouluttaja

Fysiostore oy

Lähteet:

Kenzo Kaze: Clinical therapeutic applications of the kinesioteaping method

Pinjappel Harry: Handbook of medical taping

Mikä ihmeen kannatinterapia?

Minulla oli ilo tutustua jo Itä-Suomessa työskennellessäni 2003 vuonna kannatinterapiaan. Tuolloin sijaistin fysioterapeutti Jaana Ruotsalaista OMT-Fysioterapia Manuka-tissa ja hänellä oli käytössään Therapy Master laite. Jaanalla sattui olemaan paljon erityisesti aikuisneurologisia asiakkaita. Katsoin ihastuneena hänen taidokastaan työskentelyä laitteen kanssa. Terapiapöydän päälle kattoon oli sijoitettu eri kohtiin muutama koukku. Valitsemaansa kohtaan terapeutti pystyi kiinnittämään punaisen tukevan narun roikkumaan. Narun alaosaan oli mahdollisuus kiinnittää käyttötarkoituksen mukaan eri levyinen nauha tai lenkki, jonka avulla sai laitettua raajan tai vaikka pään kevennykseen haluamalleen korkeudelle ilmaan roikkumaan. Tämän lisäksi käteväällä kiinnitysmenetelmällä roikkuvan narun jostain kohtaa sai halutessaan jatkumaan toisen narun, jonka saattoi vaikka kiinnittää keventämään samaa raajaa distalisemmin. Ihastuin laitteen mahdollisuuksiin. Lihastautia sairastava pystyi harjoittamaan olkanivelen liikkeitä ilman kitkaa ja painovoiman tuomaa liikevastusta ja terapeutille jäi vapaat kädet ohjata vartalon ja lapaluun asentoa liikkeen aikana.

Y-talon Seinäjoen keskussairaalan uusien fysioterapiatilojen suunnittelussa ja rakentamisessa kannatinterapiamenetelmä huomioitiin. Oleellista oli, että kattorakenteet sallisivat laitteen oikeanlaisen kiinnityksen. Aktiivinen kuntoutusosastolla toimiva fysio-

rapeuttitiimi oli selvitelty erilaiset vaihtoehdot ja päätynyt norjalaiseen Redcord-laitteeseen. Therapy Masteria ei enää ollut olemassa vaan sille oli syntynyt huomattavasti kehittyneempi versio.

Fysioterapiayksikköme sai Seinäjoen keskussairaalassa alkuun laitteen käyttöönottoon kotkalaisilta maahantuojilta syksyllä 2013 ja helmikuussa 2014 fysioterapiatiimimme sai kahden päivän intensiivikoulutuksen Neurac-menetelmästä. Kotkan Ergo Selkäklinikan kouluttajien kokemukset laitteesta ovat pääosin tuki- ja liikuntaelinoireita korjaavasta fysioterapiasta ja urheilufysioterapiasta. He käyttävät laitetta monipuolisesti osana muuta terapiaa sekä arviointiin, testaamiseen että harjoittamiseen. Laite on Suomessa käytössä vasta harvakseltaan. Arvelen, että painavana syynä on sen vähäinen markkinointi. Laitetta maahantuovat Ergo Selkäklinikan yrittäjät työskentelevät päätoimisesti molemmat terapia- ja opetustyössä.

Lyhyesti kerrottuna kannatinterapia menetelmänä pyrkii palauttamaan ja korjaamaan neuromuskulaarista järjestelmää ja virheellisiä liikemalleja, joita on voinut syntyä vammaan, vaurioon tai esimerkiksi inaktiivisuuteen liittyen. Laitteen avulla toteutettu toiminnallinen harjoittelu vähentää kipua ja vahvistaa asentoa ylläpitävien lokaalisten ja liikettä tuottavien globaalisten lihasten yhteistyötä, mikä korjaa liikerataa ja parantaa motorista kontrollia. Taivotteena on parantaa aivojen, aistinelmien (reseptorien), lihasten vuorovaikutusta, lisätä lihasvoimaa ja estää vammojen uusiutumiset.

Kannatinterapiassa harjoitetaan syvien ja ulompien lihasten toimintaa samanaikaisesti ja yhdessä.

Tilanteessa, jossa syvien lihasten aktivoituminen on huono, pyrkivät ulommat liikkeä suorittavat lihakset korvaamaan syvien lihasten heikkoutta. Kun syvät lihakset saadaan aktivoitua, pystyvät liikkeä suorittavat ulommat lihakset keskittyä paremmin voimantuottoon ja kontrolloimaan liikettä. Kannatinterapiamenetelmässä stabilisoivaa tukea joutuukin hakemaan narun kautta ylhäältä eikä alhaalta. Tuki on horjuva eikä samalla tavoin stabiili, kuten esimerkiksi hoitopöydän alustaan, lattiaan tai lattiaan tukeutuvaan apuvälineeseen varatessa. Näin harjoite aktivoi keskivartalon syviä lokaalisia lihaksia aivan eri tavoin.

Kannatinterapia on 3D-harjoittelua, jossa liikettä harjoitetaan yhdessä anatomisessa tasossa kerrallaan suljetun ketjun periaatetta hyödyntäen. Laitteen avulla saadaan maan vetovoima harjoittelusta pois.

HIERONTA / FYSIOTERAPIAN TUKKUMYYNTIÄ

N. 15 VUODEN KOKEMUKSELLA

A.16 Suojapaperi 50cm x 200m Lv

Tarj. 2 rll pk. 23.00 pk

A.24 Soft X- viilto 30x40 500kpl/ltk
35,00 e ltk

F.301 Feelgood Soft hieronta öljy
Kokeile sinäkin nyt ja anna
asiakkaillesi parasta.

Hinta 19,90 €/L.// 3L 52,00e

Tarjous! nopeimmille!

2 kpl esittely sähköhieronta
pöytää sini/valk ja antiikin
harmaa. **Kysy ole nopea!**

Huom! Kaikki hinnat sis. Alv:n 24 %

ToPi-Feelgood Ky

Kauppatie 64, 61850 Kauhajoki

Puh. 0400 361 457

topi-feelgood@co.inet.fi

www.feelgood.fi

 **LÄHITAPIOLA**
Etelä-Pohjanmaa

Vakuutuspalvelut, puh. 06 534 2100

Toimistojen yhteystiedot osoitteesta www.lahitapiola.fi



Redcord-kannatinterapialaite mahdollistaa pinnallisten ja syvien lihasten yhtäaikaista harjoittamista

Kannatintilaa voidaan laitteessa kätevästi muuttaa paikasta toiseen kesken terapian. Narujen vetosuuntaa muuttamalla voidaan saada aikaan traktiota tai kompressiota haluttuun suuntaan ja keventää tai vaikeuttaa liikettä. Laitteen kanssa voi harjoitella erilaisissa alkuasentoissa, mikä mahdollistaa vaatimuksiltaan hyvin monitasoiset harjoitteet. Kaikkien kannattimien avulla on toteutettavissa osittainen tai koko vartalon kannatus esimerkiksi selin- tai päinmakuulla. Tämä voi toimia hyvänä kivun lievityksenä ja lihasten rentouttajana. Joustavat remmit mahdollistavat muun muassa laitteen kanssa vastuskuminauhatyypisten harjoitteiden tekemisen tai liikkeiden keventämisen.

Koulutuksessa saamani oppi ja käyttökokemukseni on osoittanut, että laite on todella monipuolinen ja sovellettavissa laajasti eri toimintakyvyn omaavien kuntoutukseen. Olen kokeillut rohkeasti harjoitteita kannatinterapialaitteella lähes kaikkien erikoissairaanhoidon kuntoutusosastolla hoitamieni neurologisten tai fysiatristen kuntoutujieni kanssa. Innostavaa on ollut, että jokainen kuntoutuja vuorollaan on tuntunut kokevan laitteen mieluksena harjoitusmuotona. Voisin sanoa "hurahtaneeni" kannatinterapiaan yhtenä fysioterapian työkaluna. Laitteen mahdollistamien liikkeiden avulla olen päässyt aktivoimaan vähäistäkin lihasvoimaa, mihin minulla ei muutoin olisi ollut ideoita. Tässä lopuksi vielä omaan kokemukseeni perustuen plussia ja miinuksia Redcord-laitteesta.

Myönteistä:

- + Menetelmä herättelee "nukkuvia" lihaksia
- + Mahdollistaa kuntoutujalle rentoutumisen ja kivuttoman asennon saamisen

- + Mahdollistaa harjoittelun ilman kitkaa tai painovoimaa
- + Korjaa kehoa ja rankaa keskiasentoon
- + Keventää huomattavasti terapeutin fyysistä rasitusta
- + Terapeutin kädet jäävät vapaaksi mobilisointiin, kun raajaa tai vartaloa ei tarvitse kannatella
- + Laite on iloiseen värinen ja sen osien materiaalit ovat kestäviä ja miellyttäviä käytössä
- + Laitteesta on tilattavissa myös pienempiä versioita esimerkiksi kotikäyttöön
- + Laite motivoi, innostaa ja "koukuttaa" kuntoutujia

Miinuksiakin löytyy...

- Laite tai sen osat ovat kalliita
- Laitteen käyttömahdollisuuksien oivaltaminen ja oppiminen ei ole niin nopeaa
- Kuntoutujaa on helppo treenata herkästi liikaa => "ns. hyvää lihaskipua"

Haluan jakaa Seinäjoen keskussairaalassa järjestetyn Neurac-koulutuksen ja omien kokemusteni perusteella syntynyttä osaamistani kannatinterapian mahdollisuuksista yhdistyksemme jäsenille torstaina 18. syyskuuta koulutusillan muodossa. Koulutuksen tarkemmat tiedot löytyvät tämän lehden koulutuskalenterista.

Miia Hietaniemi, fysioterapeutti YAMK
Pohjanmaan Fysioterapeutit, jäsensihteeri

Selkäpotilaiden oikea-aikaiseen ja vaikuttavaan hoitoon ja kuntoutukseen julkisen ja yksityisen terveydenhuollon yhteistyöllä

Katsaus Selkäpotilaiden palveluketju –hankkeen etenemiseen

Selkä-hanke on alkanut 2013 syksyllä jatkuen mahdollisesti vuoden 2015 loppuun. Hankkeeseen on saatu Tuke – hankerahoitusta sairaanhoitopiiriltä vuoden 2014 loppuun ja jatkohakemus on tehty vuodelle 2015. Hankkeessa ovat mukana kunnan eri toimialat, eri järjestöt, työnantajien edustajat, selkäpotilas, perusterveydenhuollon, työterveyshuollon ja erikoissairaanhoidon toimijat sekä yksityiset palveluntuottajat. Hankkeen ideasta ja suunnitelmasta tiedotettiin Pofoorit – lehden numerossa 1/2014 (sivu 7). Hankkeessa on kuvattu ”Selän hyvinvoinnin tukeminen ja alaselän sairauksien hoitoketju”. Hoitoketjussa kuvataan selän sairauksien ennaltaehkäisy, omat mahdollisuudet selän hoidossa sekä potilaan polku akuutin ja kroonisen selkävaivan hoidossa ja kuntoutuksessa. Erityisen tärkeäksi hankkeen aikana havaittiin asukkaiden/potilaiden tiedottaminen selkäterveydestä sekä hoito- ja kuntoutusmahdollisuuksista. Etelä-Pohjanmaalla hankkeessa painottuu ennaltaehkäisy ja potilaan osuus hoitoketjussa. Hankkeen ensimmäinen tiedotus asukkaille oli Ilkka-lehdessä 14.5.2014.

Alueella selkäpotilaan hoitokäytännöt vaihtelevat, selkäongelmien ehkäisystä ei ole riittävästi tietoa, joten hoitoon sekä ohjaukseen pääsy viivästyy. Valtaosaan selkävaivoista voi vaikuttaa omalla toiminnalla, asiantuntevan ohjauksen jälkeen. Fysioterapeutit eivät ehkä osaa markkinoida riittävästi osaamistaan selkäpotilaan ohjauksessa ja neuvonnassa. Perusterveydenhuollossa ollaan valmiita muuttamaan toimintakäytäntöjä, jotta potilaat saisivat asiantuntevaa ohjausta ja neuvontaa omahoitoon sekä hoitoa ja kuntoutusta oikea-aikaisesti. Selkä- ja muiden tule – vaivojen hoidossa ja kuntoutuksessa on vaikuttavaksi ja resursseja säästäväksi havaittu fysioterapeuttien akuutti suoravastaanottotoiminta.

Suoravastaanottotoimintaa on nyt jonkinaikaa toteutettu alueellamme Seinäjoen terveyskeskuksessa, JIK – alueen terveysasemilla (Jalasjärvi, Ilmajoki, Kurikka) ja Lapuan terveyskeskuksessa. Yhteistyössä toimintamalleja on hiottu yhtenäiseksi.

Potilaan soittaessa terveyskeskukseen ajanvaraajat haastattelevat potilasta, ohjatakseen hänet joko lääkärin tai fysioterapeutin vastaanotolle. Hoitoonohjauksessa käytetään yhteisesti sovittuja kriteereitä ja usein selkäpotilas ohjautuu kin fysioterapeutin akuuttiajalle. Fysioterapeutti tutkii selkäpotilaan sovitua käytäntöä ja tutkimuslomaketta käyttäen. Tutkimuksen perusteella fysioterapeutti toteuttaa tarkoituksemukaista fysioterapiata ja tarvittaessa konsultoi lääkäriä.



Fysioterapeutti miettii potilaan kanssa sopivan jatkohoidon/kuntoutuksen. Terveyskeskuksissa on sovittu, että fysioterapeutti voi potilaan tilanteen vaatiessa työolot huomioiden suositella sairauslomaa 1 – 5 päiväksi ja ohjata käsikaupassa olevien kipulääkkeiden käytössä. Alueella suoravastaanottoa toteuttavissa terveyskeskuksissa on järjestetty omaa koulutusta fysioterapeuteille muuttuneista käytännöistä, jotta suoravastaanottotoiminta on voitu käynnistää.

Terveyskeskuksissa käytyjen keskustelujen nojalla todettiin, että valmiuksia suoravastaanottotoimintaan ei ole vielä kaikilla terveysasemilla. Terveyskeskuksissa haluttiin yhtenäiset toimintatavat ja osaamisen jakamisen mahdollisuus. Hankkeessa päätettiin koulutuskokonaisuuden rakentamisesta Etelä-Pohjanmaan alueelle, johon voivat hakeutua niin yksityisellä kuin julkisella sektorilla toimivat fysioterapeutit. Koulutus suunniteltiin yhdessä Seinäjoen ammattikorkeakoulun kanssa kokonaisuudeksi, jonka laajuus on 10 op (esite sähköpostijakeluna kesäkuun alussa mm. Pohjanmaan Fysioterapeutit -Österbottens Fysioterapeuter ry). Yhteistyöverkosto - selkävastaavat/yhdyshenkilöt, muodostettiin alueen yksityisten ja julkisten toimijoiden kanssa. Verkostossa jaetaan osaamista, kehitetään yhteisiä toimintamalleja ja järjestetään koulutusta. Kaikki halukkaat ovat edelleen tervetullei-

ta toimimaan selkävastaavien/ yhdyshenkilöiden verkostossa.

Toimintamallia suunniteltaessa nousi esille selkäpotilaan palveluketjun rajapinnat erikoissairaanhoidon, perusterveydenhuollon ja yksityisen palveluntuottajan välillä sekä toimintatavat erikoissairaanhoidon erikoisalojen välillä. Lähetekriteerit erikoissairaanhoidon on päivitetty ortopedien ja fysiatrien toimesta ja jatkohoitoon ohjauksesta on sovittu päivystyspoliklinikan kanssa. Erikoissairaanhoidon jälkeen jatkuvan hoidon ja kuntoutuksen suosituksia tarkennetaan hankkeessa syksyllä 2014. Yksityisellä palveluntuottajalla toteutuneesta fysioterapiasta saadut palautteet saadaan skannattuna näkyviin effica-potilastietojärjestelmään fysioterapianäkymälle ja julkiselta sektorilta fysioterapeutin on tulostettava potilaskertomuksen näkymä potilaalle jatkohoitopaikkaan. Selkävastaavien/ yhdyshenkilöiden kokouksessa (1.4.2014) sovittiin, että fysioterapia palautteissa käytetään valtakunnallisen ohjeistuksen mukaisia rakenteisen kirjaa-

misen otsikoita (ohjeet löytyvät fysioterapialiiton sivuilta). Näin palautteet saadaan aktiiviseen käyttöön potilaan parhaaksi julkisessa terveydenhuollossa ja yhteistyö sujuvammaksi (erikoissairaanhoidossa käytössä ja perusterveydenhuoltoon syksyn 2014 aikana).

Tärkeää on yhdistää voimavarat, jotta alueen asukkaat saavat yhdenvertaisesti, vaikuttavaa, oikea-aikaista apua selkäongelmiinsa.

Lisätietoja hankkeesta antavat:

Esa Mäkinen Kuntoutuksen toimintayksikön ylilääkäri

Maarit Joutila fysioterapeutti

Päivi Lehtimäki kuntoutussuunnittelija

Esa-Petri Nurmela osastonhoitaja

(e-mail: etunimi.sukunimi@epshp.fi)

Tulossa olevia koulutuksia:

- 9.10. klo 8-16 Selkäpotilaan hoidon ja kuntoutuksen alueellinen neuvottelu- ja koulutuspäivä, Aamupäivällä fysioterapeuttien suoravastaanottokoulutukseen liittyvää koulutusta ja iltpäivällä hoidon porrastuksesta (voi osallistua koko päivään tai iltpäivään). Ilmoittautuminen sirpa.maenpaa@epshp.fi. Tilaisuus on maksuton. Lisätietoja paivi.lehtimaki@epshp.fi.
- 24.10. 8.30 – 15.30 Alaselän toiminnalliset alaluokat ja käytännön harjoitteita niiden pohjalta, kouluttajana OMT fysioterapeutti Merja Soanjärvi. Koulutus täynnä! (Keväällä voidaan tarvittaessa järjestää uusi vastaava koulutus.)
- Fysioterapeuttien laajennettu tehtäväkuva, Täydennyskoulutus suoravastaanotto toimintaan (10 op) syksy 2014 ja kevät 2015. Lisätietoja: Fysioterapian lehtori Tarja Svahn, s-posti tarja.svahn@seamk.fi ja puh. 040 830 2296 ja suunnittelija Tuula Salo, s-posti tuula.salo@seamk.fi, ja puh. 040 830 2386. Koulutuksen tarkempi sisältökuvaus lähetetään hakijoille sähköisesti.

FYSIOTERAPIA-TUOTTEET MEILTÄ !




medfit

Medfit Oy

Olarinluoma 14 B, 02200 Espoo
09-615 00 544 • www.medfit.fi

Tervetuloa ohjelmalliseen pikkujoulun!

28.11.2014 klo 18.30

**Hotelli - Ravintola Alman Parvikabinetti
Ruukintie 4, Seinäjoki**

Ohjelma:

18.30 Paneeli-ilta "Miten fysioterapeuttina lähestyn selkäkipupotilasta"?
Tule keskustelemaan aiheesta fysioterapian erikoisalojen edustajien kanssa.

Mukana paneelissa ovat mm.:

Markku Paatelma, TtT, ft, OMT-kouluttaja
Jouko Kangasniemi, ft, cred. in MDT, keskusjohtaja
Marja-Leena Paakkunainen, ft, psyfy

Mitä fysioterapeutilta odotetaan selkävun selätyksessä?
Mitä, jos perinteiset keinot eivät auta?
Millaisia itsehoitokeinoja tarvitaan?
Voimmeko ennaltaehkäistä selkäkipua ja jos, niin miten?
Miten voisimme parhaiten hyötyä toistemme osaamisesta?

19.45 Parvikabinetin buffee

**Sitovat ilmoittautumiset 6.11.2014 mennessä
Miia Hietaniemelle, miia.hietaniemi@gmail.com**

Ilmoitathan mahdollisesta erityisruokavaliosta.

Illan omavastuuosuus on 10 euroa, muilta osin yhdistys kattaa kulut.
Omavastuuosuus maksetaan ennen tilaisuutta Pohjanmaan fysioterapeutit ry:n tilille
Nordea 129230-25469.

Maksun viestiin kirjoitetaan tilaisuuden ja tilaisuuteen osallistujan nimi.
Kuitti suoritetusta maksusta esitetään illan yhteydessä.