

# Jäsen-Tatsi

01/2015

Keski-Suomen Fysioterapeutit ry:n jäsenlehti



# PUHEENJOHTAJAN PILKKEET

Hei fysioterapeutti,

Keski-Suomen fysioterapeutit ry täyttää tänä vuonna 45 vuotta. Siinä ajassa maailma on muuttunut ja myös fysioterapia. Alkuajan sodassa invalidisoituneiden kuntoutuksesta fysioterapia on laajentunut tavallisen kansalaisen palveluksi. Samassa ajassa tuki- ja liikuntaelinsairauksista on tullut kansansairaus, 33,5 % sairauspäiväraha-kausista myönnettiin tuki- ja liikuntaelinoireen vuoksi vuonna 2012 (Kansaneläkelaitoksen tilasto vuodelta 2012). Tuki- ja liikuntaelinoireiden kroonistumisen ennaltaehkäisy ja fysioterapian oikea-aikaisuus on nyt tapetilla enemmän kuin aikaisemmin. Asia ylitti valtakunnan uutisten mediakynnyksen tammikuun ensimmäisellä viikolla. Hienoa!

Viime vuoden aikana on julkaistu uusi Alaselkävun- käypä hoitosuositus, jonka työryhmässä oli ansioituneesti mukana TtT, ft Tiina Kuukkanen. Jyväskylän yliopiston työryhmän (Häkkinen, Korniloff, Aartolahti, Tarnanen, Nikander, Heinonen) kokoamassa Kelan tutkimusjulkaisussa (Näyttöön perustuva tuki- ja liikuntaelinkuntoutus) saatiin hyvää vahvistusta aktiivisen terapeuttisen harjoittelun vaikuttavuudesta tuki- ja liikuntaelinoireen hoidossa. Olen ylpeä ja kiitollinen alueemme fysioterapeuttien aikaansaannoksista! Kun seuraatte [www.suomenfysioterapeutit.fi](http://www.suomenfysioterapeutit.fi) kotisivuja, pysytte ajan tasalla aluamme koskevista uutisista. Sivuilla julkaistaan viikoittain uutinen, joten kannattaa kurkistella sivuille. Yhdistyksen ja liiton Face book sivuille tulee myös uutisia, joten liity kaveriksemme.

Fysioterapia ei alana kuitenkaan ole valmis, vaikka hyvin meneekin. Otan yhden kompastuskiven esiin, selkävun kroonistumisen. Yleisradion uutisessa 8.1. [http://yle.fi/uutiset/laakarien\\_ja\\_fysioterapeuttien\\_huono\\_yhteisty\\_o\\_pitkittaa\\_suomal\\_aisten\\_selkavaivoja/7723537](http://yle.fi/uutiset/laakarien_ja_fysioterapeuttien_huono_yhteisty_o_pitkittaa_suomal_aisten_selkavaivoja/7723537) yksi asia oli fysioterapiaan pääsyn pitkittyminen. Jokainen meistä on varmasti tavannut asiakkaan, joka tavatessaan meidät ensimmäistä kertaa on kärsinyt tuki- ja liikuntaelinoireesta jo pitkään. Kehitystä on tehty asian eteen mm. suoravastaanotto toiminnan kehittämällä, lääkäri-fysioterapeutti yhteistyötä lisäämällä mm. erilaisista hoitoketjuista päättämällä (rannekanava, selkä, niska, polvi jne.) ja tiedottamalla kansalaisia fysioterapian läheteettömyydestä. Ovet ovat kansalaiselle auki julkisen ja yksityisen puolen fysioterapiapalveluihin myös ilman lääkärin lähetettä.

Alaselkävun käypä hoitosuositus korostaa, että viimeistään 6 viikon kohdalla selkävun alkamisesta on asiakkaalle aloitettava aktiivinen kuntoutus ja tehtävä

moniammatillinen, kokonaisvaltainen selvitys asiakkaan kokonaistilanteesta. Tässä kohdassa on kehityksen paikka. On paikallisesti sovittava tai terästettävä jo olemassa olevaa käytäntöä, joka ohjaa asiakkaan moniammatillisen työryhmän palvelujen piiriin. Näyttöön perustuva tuki- ja liikuntaelinsairauksien kuntoutus –julkaisussa kirjoitetaan näin ”Yli kolme kuukautta kestäneen alaselkävun kuntoutuksessa aktiivinen harjoittelu vähentää kipua, parantaa toiminta- ja työkykyä sekä vähentää selkäkipujaksojen uusiutumista”. Ei liene uutta tietoa meille, mutta väitän, että kaikki selkäkipuiset eivät tuota säännöllistä, progressiivista harjoittelua toteuta fysioterapeutinkaan ohjauksessa.

Kehitetään yhdessä ja yhteistyössä tuki- ja liikuntaelinoireisten hoitopolkuja ja muistetaan, että tarvitsemme yhteistyöhön mukaan lääkäreitä, hoitajia, psykologeja ja kollegiaalista yhteistyötä myös julkisen ja yksityisen puolen fysioterapeuttien kesken.

Kiinnostavaa alkuvuotta kaikille ja tervetuloa mukaan toimintaamme!

Pj Anu p. 040-5103629, [anu.pollari\(at\)gmail.com](mailto:anu.pollari(at)gmail.com)



PS. Tule vuosikokoukseen kuulemaan lisää toiminnastamme, osallistu koulutuksiin ja ole yhteydessä meihin!

# Jäsen-Tatsi

## **JULKAISIJA**

Keski-Suomen fysioterapeutit ry  
Tousalantie 31  
44170 HIETAMA

Sähköposti: fysioterapeutit  
(at)keskisuomenfysioterapeutit.fi

Kotisivu:

[www.keskisuomenfysioterapeutit.fi](http://www.keskisuomenfysioterapeutit.fi)

## **AINEISTON KOKOAJA**

Tiedotusvastaava Sanna Paasu-Hynynen  
sanna.paasu(at)gmail.com

## **JAKELUMÄÄRÄ**

n. 500 kpl

## **ILMESTYMINEN**

2 x vuosi (1 keväällä ja 1 syksyllä)  
Sähköisenä jakeluna ja kotisivuillamme

## **ILMOITUKSET**

Jäsen-Tatsiin myydään  
ilmoitus/mainospaikkoja. Ota yhteyttä  
aineiston kokoajaan tai hallituksen jäseniin ja  
kysy eri vaihtoehtoja.  
Mainoshinnat löytyvät myös Tatsin lopusta.

Seuraavan Jäsen-Tatsin materiaali aineiston  
kokoajalle osoitteeseen  
**sanna.paasu(at)gmail.com**  
viimeistään **21.08.2015**

## SISÄLLYS

PUHEENJOHTAJAN PILKKEET .....	2
KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTTIEN UUTISET .....	7
Tatsissa tälläkertaa .....	7
Uudet kotisivut avattu .....	7
Alueemme ammattilaiset.....	8
Alueemme huippuosaamista arvostettu kultaisin ansiomerkein.....	9
Sinikka Kilpikoskesta Keski-Suomen vuoden yrittäjänainainen .....	11
Koulutusavustukset jaettu .....	12
Opiskelijajäsenet tervetulleita joukkoomme! .....	13
Vuosi 2015 tuo tullessaan myös uuden opiskelijavastaavan .....	13
FYSIOTERAPIA UUTISET JA AJANKOHTAISET ASIAT .....	14
Korvauskäytänteihin pientä muutosta .....	14
Kelan AVH-kuntoutuksen tutkimusta .....	14
Jäsenmaksut 2015 .....	15
Vaikeavammaisten avoterapian uusi sopimuskausi käynnistyi 1.1.2015.....	15
Erityisasiantuntijaksi hakeminen huhtikuussa .....	18
www.suomenfysioterapeutit.fi .....	19
Vuoden fysioterapeutti valittu.....	19
YRITTÄJILLE.....	19
JAMK / FYSIOTERAPIA.....	20
NIIN JAA MITENKÄS JÄSENEKSI PÄÄSEE.....	21
Fysioterapian koulutusohjelman uudet opinnäytetyöt .....	22
KOULUTUS .....	24
Ilmoittautumisohje koulutukseen.....	24
Koulutusmaksun maksaminen.....	24
KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTIT RY KOULUTUSKALENTERI KEVÄT 2015 .....	25
<b>1. Lonkan toiminnalliset alaluokat.....</b>	<b>25</b>
<b>2. Foam Roller-koulutus .....</b>	<b>25</b>

<b>3. Opiskelijakoulutus</b> .....	26
MUUTA.....	26
Fysioterapeuttien edunvalvontailta .....	26
Fysioterapiakongressi 2015 .....	26
Vuosikokous .....	27
MAINOKSIA.....	28
Mainos-/ilmoitushinnat .....	28
Keski-Suomen fysioterapeutit ry:n hallitus ja toimihenkilöt 2014-2015 .....	29

# KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTTIEN UUTISET

## Tatsissa tälläkertaa

Mainiota vuotta 2015 kaikille. Uusi vuosi tuo varmasti kaikille sanonnan mukaiset uudet kujeet ainakin jollakin tapaa. Kaikille kelan standardia noudattaville fysioterapeuteille on ainakin luvassa muutoksia uuden sopimuskauden alkaessa. Standardin kiemuroihin olemme paneutuneet myös Tatsissa ja tiivistäneet oleellisimpia fysioterapiaa koskevia asioita.

Pyrimme edelleen tekemään aktiivisesti yhteistyötä alueemme erinäisten tahojen kanssa, josta loistavina esimerkkeinä molemmat valtakunnalliset foorumit. Tässä Tatsissa Jyväskylän Ammattikorkeakoulu avaa hiukan toimintaansa, sillä viime vuodet ovat olleet heillekin suurien muutosten aikaa. Kerromme myös yhdistyksen opiskelijakuvioista ja mm. siitä miten yhdistys voi tukea perusopiskelijaa.

Kerromme myös kuinka jäsenistöstämme löytyy mahtavaa osaamista ja tälläkertaa se on myös huomioitu palkitsemisien muodossa.

Yrittäjävastaavamme Sanna Hosio kertoo omista kuulumisistaan Yrittäjyys-palstalla. Samalla hän avaa, millaisia suunnitelmia hänellä on tulevalle vuodelle kaikille teille yrittäjille tai yrittäjiksi aikoville.

Huomaattehan kaikki uudistuneet kotisivumme. Jatkossa koulutuksiin ilmoittautuminen tulee tapahtumaan kotisivujemme kautta, joten käykää viimeistään nyt tutustumassa niihin!

Fysioterapia on viimeaikoina ollut esillä laajalti jopa valtakunnallisessa mediassa. Tämän vuoksi olisi äärimmäisen tärkeää, että taomme nyt kun rauta on kuumaa. Tehdään itsestämme korvaamattomia. Tähän löytyy keinoja mm. Suomen fysioterapeuttien nettisivustoilla julkaistavien tutkimusten hoitokäytänteistä. Fysioterapia on ammatti, jossa on pysyttävä aallon harjalla. Käy siis lukaisemassa uusimmat tutkimusartikkelit!

Toivon sydämestäni kaikille onnellista ja antoisaa vuotta 2015, pidetään fysioterapeuttien lippu korkealla =)

*Sanna Paasu-Hyynynen, Keski-Suomen fysioterapeuttien tiedotusvastaava*

## Uudet kotisivut avattu

Vihdoin ja viimein olemme saaneet modernisoitua koitsivujemme ulkoasua ja ilmettä. Osoitteessa [www.keskisuomenfysioterapeutit.fi](http://www.keskisuomenfysioterapeutit.fi) löytyy nyt uudistuneet sivut, jotka tosin vielä työn alla. Pyrimme lisäämään tietoa ja asiaa sivuille mahdollisimman nopeasti ja jatkossa tiedotuksemme siirtyy

enemmän ja enemmän sähköisiin muotoihin. Muista siis myös liittyä seuraajaksemme Facebook tiillemme!

Jatkossa myös koulutuksiin ilmoittautuminen tulee hoitumaan suoraan nettisivujemme välityksellä, joten nyt kannattaa oikeasti klikata auki uudet sivut ja tutustua mistä esimerkiksi se hoidetaan. Kehitysehdotuksia otetaan edelleen vastaan!

## Alueemme ammattilaiset

Tällä palstalla esitellään merkittäviä alueellamme toimivia alamme ammattilaisia. Tällä kertaa vuorossa on yksi yhteistyötahomme Jyväskylän Ammattikorkeakoulu, josta ääneen koko opettajatiimin puolesta pääsevät lehtorit Pirjo Hynynen ja Pirjo Mäki-Natunen. Annetaan siis puheenvuoro JAMKille

Uuden vuoden kuulumisia Jyväskylän ammattikorkeakoulun fysioterapeuttikoulutuksesta

### ***”Vierivä kivi ei sammaloidu”***

JAMKin Hyvinvointiyksikkö on muuttanut kahden ja puolen vuoden sisällä kaksi kertaa. Ensin Kyllönmäeltä Puistokadulle ja sitten kahdessa vaiheessa Lutakkoon ns. Dynamo-rakennukseen Piippukatu 2. Vuoden vaihteessa myös fysioterapian työharjoittelutilat välineineen siirrettiin kokonaisuudessaan Dynamoön 2.kerrokseen, jossa fysioterapeuttikoulutuksella on kaksi harjoitusluokkaa. Rajakadun kampuksella on edelleen liikunta- ja kuntosali. Dynamon tilat ovat valoisia, avaria, ilmavia ja viihtyisiä. Olemme iloisia ja innoissamme uudesta ja toimivasta työympäristöstämme! Uudet tuulet puhaltavat myöskin moninaisten pedagogisten ratkaisujen muodossa; on päiväopiskelua, monimuoto-opiskelua, moniammatillista tiimityöskentelyä jne.

Kiitokset harjoittelupaikoillemme ja opiskelijoidemme ohjaajille, teette tärkeää työtä opastaessanne tulevia kollegojanne tämän hienon ammatin saralla. Mielellämme näkisimme myös uusia harjoittelumahdollisuuksia ja – paikkoja. Pidättehän yhteydenottokynnyksen matalana. Erityiskiitos yhdistyksellemme korvaamattomasta avusta opiskelijoiden osaamisen kartuttamiseksi. Olette organisoineet tasokkaita koulutuksia erityisesti manuaalisten taitojen kehittämiseksi. Toivottavasti tämä yhteistyö jatkuu tulevinakin vuosina.

Pyrimme järjestämään ”Avoimet ovet” toukokuun alkupuolella (viikolla 19). Tervetuloa silloin tutustumaan!

Työniloa ja energiaa alkaneeseen vuoteen

Toivottavat Pirjo Hynynen , Pirjo Mäki-Natunen sekä fysioterapian opettajatiimi



## Alueemme huippuosaamista arvostettu kultaisin ansiomerkein

Suomen fysioterapeutit on myöntänyt kultaiset ansiomerkit jäsenillemme Arja Häkkiselle ja Marja Arkelalle heidän päättäväisestä ja periksiantamattomasta työstä fysioterapia-alan kehittämisessä. He ovat yksi tärkeä tekijä siihen, että alueemme fysioterapiaosaamista arvostetaan jopa kansainvälisesti korkealle. Jokainen ammattikunta tarvitsee lipunkantajia ja tässä muutama sellainen omalla alallamme.

”**Arja Häkkinen** valmistui lääkintävoimistelijaksi Keski-Suomen sairaanhoito-oppilaitoksesta vuonna 1977 sekä erikoislääkintävoimistelijaksi vuonna 1990. Työuransa alussa hän toimi lääkintävoimistelijana ja erikoislääkintävoimistelijana Keski-Suomen sairaanhoitopiirissä ammattiin valmistumisesta aina vuoteen 1999 saakka, jolloin siirtyi sairaanhoitopiiriin tutkijaksi, liikuntafysiologiksi ja toimintakykylaboratorion päälliköksi. Terveystieteiden tohtoriksi hän väitteli Jyväskylän yliopistossa vuonna 1999. Kansainvälistä yhteistyötä hän on tehnyt mm. toimimalla vierailevana tutkijana Yhdysvalloissa 1994 ja 2000 sekä Australiassa 1997. Vuonna 2003 Arja nimitettiin Jyväskylän yliopiston fysioterapian dosentiksi, erityisalanaan kliininen tutkimus. Vuodesta 2007 alkaen hän on toiminut Jyväskylän yliopiston liikunta- ja terveystieteiden tiedekunnan terveystieteiden laitoksen kliinisen fysioterapian professorina.

Arja on kirjoittanut kunnioitettavat 42 kansainvälistä tieteellistä julkaisua sekä julkaissut 150 kansainvälistä alkuperäisartikkelia. Kotimaisessa ammattikirjallisuudessa Arja Häkkisen nimi on tuttu kaikille alalla toimiville, sillä hän on julkaissut sekä henkilökohtaisesti että eri tutkimusryhmissä toimiessaan yhteensä 34 artikkelia ja teosta. Tutkimustyö on painottunut tuki- ja liikuntaelinsairauksien tutkimiseen (erityisesti nivelreuma, nivelrikko sekä niska- ja selkäsairaudet) sekä fyysisen aktiivisuuden terveyttä edistäviin vaikutuksiin eri sairaus- ja ikäryhmissä. Merkittävästä asiantuntijuudesta kertoo myös 53 esiintymistä kansainvälisissä tiedekongresseissa sekä 112 esiintymistä kotimaisissa seminaareissa.

Työssään kliinisen fysioterapian professorina Arja toimii kliinisen tutkimuksen, opetuksen, jatkokoulutuksen ja käytänteiden kehittäjänä. Lisäksi hän toimii aktiivisesti kansallisessa ja kansainvälisessä yhteistyössä alan keskeisten toimijoiden, mm. yliopistoiden sekä sairaanhoitopiirin ja ammattikorkeakoulun kanssa. Valtakunnallisen fysioterapiafoorumin (21.3.2014 Jyväskylässä) järjestelytyöryhmässä Arja toimi sekä kokousten puheenjohtajana että tapahtuman järjestelyistä vastaavana, ja piti tapahtuman langat raudanlujasti käsissään. Hänellä on mittavan uransa varrelta kertynyt erittäin laaja yhteistyöverkosto. Arjan asiantuntemuksesta on vuosien mittaan saanut hänen opetustyönsä kautta nauttia laaja joukko opiskelijoita – tulevia asiantuntijoita. Lukuisten julkisten esiintymisten myötä hänen tutkimuksiensa tuloksista ja kokemuksensa hedelmistä ovat päässeet nauttimaan myös kliinisen fysioterapiatyön tekijät sekä tavalliset kansalaiset.

Arja toimii aktiivisesti ja intohimoisesti lukemattomissa kehitysprojekteissa ja –työryhmissä. Hänen ansiokas ja mittava tutkimustyönsä on kansainvälisesti erittäin korkealle arvostettua.”

“**Marja Arkela** (ent. Arkela-Kautiainen) valmistui lääkintävoimistelijaksi vuonna 1980 ja erikoislääkintävoimistelijaksi vuonna 1985 Keski-Suomen sairaanhoito-oppilaitoksesta. Terveystieteiden tohtoriksi hän väitteli 1.4.2006 Jyväskylän yliopistossa, väitöskirjan aiheena oli ”Toimintakyky ja elämänlaatu terveyden näkökulmina lastenreumaa sairastaneilla nuorilla aikuisilla. Mittaaminen ja pitkäaikaistulokset.”. Kuluvana vuonna 2014 hän suoritti johtamisen erikoisammattitutkinnon Jyväskylän ammattiopistossa.

Työuransa Marja aloitti vuonna 1980 lääkintävoimistelijana Tukholmassa, Ruotsissa. Työskenneltään vuosina 1982-1985 Suomessa lääkintävoimistelijana ja 1985-1986 erikoislääkintävoimistelijana, Marja toimi osastonhoitajana Ääneseudun terveydenhuollon kuntayhtymässä vuosina 1986-2002. Vuonna 2000 hän toimi tutkijana Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin reumatologian klinikalla ja vuosina 2002-2005 sekä 2006 tutkijana Reumasäätiön sairaalassa, Heinolassa. Keski-Suomen sairaanhoitopiirin fysioterapian koordinoivana osastonhoitajana hän toimi vuosina 2006-2008. Käytyään Lahden ammattikorkeakoulussa vuosina 2008-2010 fysioterapian yliopettajan toimesta, palasi hän vuonna 2010 Keski-Suomen sairaanhoitopiirin fysiatrian koordinoivaksi osastonhoitajaksi, ja työskentelee toimesta edelleen.

Koko työuransa ajan Marja on toiminut aktiivisesti fysioterapian kehitystyöryhmissä sekä erilaisissa luottamustoimissa. Hän on julkaissut useita tutkimusjulkaisuja ja –artikkeleita. Tälläkin hetkellä Marja toimii mm. opetus- ja kulttuuriministeriön kuntoutus- ja liikunta-alan koulutustoimikunnassa, Suomen Fysioterapeutit ry:n Fysioterapian dokumentoinnin kehittäminen –työryhmässä sekä on julkaissut työryhmänsä kanssa viimeisimmän tutkimusjulkaisunsa ”Effects of a home-based physical rehabilitation program on mobility recovery after hip fracture: a randomized controlled trial.” maaliskuussa 2014. Aktiivisuutensa ja asiantuntijuutensa vuoksi Marjalla on laaja yhteistyöverkosto, ja hän on laajasti mukana niin alueellisessa kuin valtakunnallisessakin fysioterapiakentän yhteistyön kehittämisessä. Jyväskylässä 21.3.2014 järjestetyssä 2. valtakunnallisessa fysioterapiafoorumissa Marja oli kantava voima foorumin suunnittelutyöryhmässä ja tapahtuman toimeenpanossa, sekä yksi tapahtuman asiantuntijapuhujista.

Marja on toiminut Suomen Fysioterapeuttiliiton hallituksessa hallituksen varsinaisena jäsenenä 1994-1997 sekä varajäsenenä 1992-1994. Keski-Suomen Fysioterapeutit ry:ssä Marja on tälläkin hetkellä taustatoimijana varatoiminnantarkastajana.

Marja on tehnyt laajasti ansiokasta työtä fysioterapian tutkimuksen, opetuksen ja kehittämisen saralla. Hän toimii erittäin aktiivisesti useissa fysioterapian kehitystyöryhmissä ja kehittää samalla määrätietoisesti myös omaa osaamistaan, tästä osoituksena viimeisin, kuluvana vuonna valmistunut johtamisen erikoisammattitutkinto. Samalla Marja toimii esimiestehtävässä Keski-Suomen sairaanhoitopiirin fysiatrian koordinoivana osastonhoitajana.”



Arja ja Marja kultaisten ansiomerkkien luovutustilaisuudessa vuoden 2014 edustajiston kokouksen yhteydessä.

## Sinikka Kilpikoskesta Keski-Suomen vuoden yrittäjänainen

Vaajakosken Kuntohoito ky:n yrittäjä, TtT, fysioterapian opettaja, MDT-kouluttaja **Sinikka Kilpikoski** on valittu Keski-Suomen vuoden 2014 yrittäjänaiseksi. Valinnan tekivät Keski-Suomen yrittäjänaiset. Sinikka on toiminut yrittäjänä pian jo 40-vuoden ajan ja samalla jatkuvasti kouluttanut valtakunnallisesti ja kansainvälisestikin uusia alan osaajia McKenzie menetelmää hyödyntäen. Tohtoriksi Sinikka väitteli v. 2010.

Onnittelut Arjalle, Marjalle ja Sinikalle hienoista saavutuksista, joiden eteen olette tehneet valtavasti työtä, jota me kaikki arvostamme suuresti. Olette osaltanne tehneet fysioterapiasta tunnetumpaa ja arvostetumpaa!



Sinikka Kilpikoski, Keski-Suomen vuoden yrittäjänainen

## Koulutusavustukset jaettu

Yhdistys oli budjetoanut vuonna 2014, 1000 euroa koulutusavustuksiin. Koulutusavustushakemuksia tuli yhdistykselle neljätoista (14) yhteensä seitsämältä (7) jäseneltä. Koulutusavustusta ei myönnetty verkkokurssiin eikä yhdistyksen itse järjestämiin koulutuksiin, lisäksi koulutus piti olla fysioterapia-alan koulutus. Hakemuksia tuli runsaasti, jonka vuoksi avustusta ei myönnetty hakijoille, jotka olivat saaneet avustusta edellisenä vuotena.

Avustusta jaettiin seuraavasti:

- Hautanen Maija, Ratsastusterapia koulutus, 500 €.
- Niemistö Annukka, Neurologisen kuntoutuksen erityiskoulutus, 260 €.
- Heininen Outi, Assessment and treatment of adults with neurological conditions (the Bobath concept), 200 €.
- Hartonen Minna, Yläaukeaman toimintahäiriöt, 40 €.

Koulutusavustusten hakemiseksi voit tulostaa hakulomakkeen

[www.keskisuomenfysioterapeutit.fi](http://www.keskisuomenfysioterapeutit.fi) sivuilta. Haku aika on vuosittain 30.9. mennessä.

Tarkemmat tiedot 2/2015 Tatsissa.

## Opiskelijajäsenet tervetulleita joukkoomme!

Jäsenyytemme on kaikille perusopiskelijoillemme täysin ilmaista. Koko koulutusaikana et siis maksa jäsenyydestämme mitään ja silti saat samat edut, kuin kaikki muutkin jäsenemme. Lisäksi haluamme tukea opiskelijoiden ammattiin kouluttautumista järjestämällä vain opiskelijoille suunnattuja ”terapiatapaamisia”, joiden sisältöön jokainen jäsenopiskelijamme voi vaikuttaa. Esimerkiksi keväällä on tulossa vain opiskelijoille suunnattu palpointikoulutus, jonka aihe on tullut suoraan opiskelijoiden pyynnöstä. Lue asiasta lisää koulutuskalenterista.

Liity siis joukkoomme ja voit tulla mukaan vaikuttamaan omaan ammatilliseen osaamiseesi ja vaikkapa yhdistystoimintaamme ryhtymällä opiskelijavastaavaksemme linkiksi alan ammattilaisten ja alaa opiskelevien välille.

Olemme halunneet yhdistyksenä muistaa opiskelijajäseniämme heidän valmistuttuaan. Jokaiselle valmistuvalle jäsenellemme lahjoitamme liiton jäsenmerkin ja lisäksi palkitsemme yhden opiskelijan hieman suuremmalla muistamisella. Joulukuun 2014 valmistuvien fysioterapeuttien juhlassa yhdistys palkitsi fysioterapeutti Tommi Tatin 100€ arvoisella koulutusalahjakortilla. Muut valmistuvat opiskelijat saivat valita keskuudestaan heille mieluisa palkittavan henkilön ja tämän vuoksi palkinnon sai Tommi. Perusteluina hänen valinnalleen oli mm. Seuraavanlaisia

”Tukenut niin opiskeluissa, kuin sen ulkopuolella”. ”Ollut suuri tekijä ryhmähengen muotoutumisessa”. ”Jaksaa aina järjestää yhteistä toimintaa niin koulussa, kuin sen ulkopuolellakin”. ”Ammattilaisen ote opiskeluihin”. ”Hänestä tulee vielä erittäin hyvä fysioterapeutti, koska hänen halu kehittyä, kouluttautua ja selvittää uusimpia asioita, on suuri”.

Suuret onnittelut Tommille ja kaikille valmistuneille fysioterapeuteille. Muistakaa, että koulussa saatte hyvät perusopit, joita lähdette täydentämään työelämään. Kuitenkin kaikkein tärkeintä on, että kykenette itsenäiseen ajatteluun ja päätöksentekoon. Työmme fysioterapeuteina ei tulisi ikinä kangistua kaavoihin tai nojata ainoastaan opittuihin asioihin.

## Vuosi 2015 tuo tullessaan myös uuden opiskelijavastaavan

Yhdistyksemme haluaa tehdä tiivistä yhteistyötä Jyväskylän Ammattikorkeakoulun kanssa, jotta voimme yhdistyksenä tukea myös perusopiskelijan polkua kohti ammattiin valmistumista.

Yhdistyksellämme on lähes aina ollut erityinen opiskelijoiden keskuudesta tuleva opiskelijavastaava, joka auttaa yhdistystä huomioimaan myös opiskelijat paremmin. Vuoden 2015 uusi opiskelijavastaava on fysioterapeuttiopiskelija Janne Keinänen, joka pikkuhiljaa aloittaa tehtävänsä ”opiskelijoiden äänitorvena”.

Kiitos Jannelle mielenkiinnosta yhdistystoimintaamme kohtaan ja huomioikaa opiskelijat, että Jannen kautta voitte kertoa kuulumisianne myös meille yhdistyksen hallitukseen ja toimihenkilöille.

## FYSIOTERAPIA UUTISET JA AJANKOHTAISET ASIAT

### Korvauskäytänteihin pientä muutosta

Kela on tarkentanut 1.1.2015 alkaen ohjeistustaan liittyen fysioterapiahoidojen korvaamiseen. Jatkossa fysioterapiaan liittyvät tutkimus- ja hoitotoimenpiteet korvataan ainoastaan laillistetun fysioterapeutin toteuttamana. Lisäksi on tehty hiukan muutosta SV 3FS –lomakkeeseen. Nyt lomakkeeseen tulee laittaa myös hoidon toteuttaneen fysioterapeutin nimen lisäksi myös hänen rekisteröintinumero, joka löytyy Valviran Terhikki-rekisteristä. ( <http://julkiterhikki.valvira.fi> ).

### Kelan AVH-kuntoutuksen tutkimusta

Ikääntyneen (65-85 vuotiaiden) AVH-asiakkaiden kuntoutus kannattaa koostua kävelystä, halvaantuneen yläraajan käytöstä, sekä päivittäisten toimintojen harjoittelusta. Kelan tuore tutkimus toteaa, että erityisesti kävelyharjoittelu, sekä halvaantuneen käden harjoittaminen soveltuvat hyvin avo- ja laitostenmuotoiseen kuntoutukseen.

Merkitseviä muutoksia todettiin ainakin kävelynopeudessa, -matkassa ja kävelyn itsenäisyydessä. Lisäksi positiivisia muutoksia huomattiin halvaantuneen yläraajan toimintakyvyn ja puristusvoiman vahvistumisena.

Tutkimus löytyy kokonaisuudessaan osoitteesta

<https://helda.helsinki.fi/handle/10138/144331>

## Jäsenmaksut 2015

Jäsenmaksun eräpäivä on 31.1.2015 tai 16.10.2015 kesken kautta liittyneille. Kaikki tässä esitetyt hinnat sisältävät Keski-Suomen fysioterapeuttien jäsenmaksun 12€.

83 € toisen palveluksessa, ulkomailla tai kotona olevat jäsenet

114 € työnantajana ja/tai yhtiömuodossa toimivat yrittäjät

109 € itsenäiset ammatinharjoittajat, joiden palveluksessa ei ole työntekijöitä

34 € peruskoulutuksessa olevat opiskelijat, äitiyslomalla tai hoitovapaalla olevat jäsenet, ase- tai siviilipalveluksessa olevat jäsenet, eläkeläiset ja työttömät. Heille paikallisyhdistyksen jäsenyys on ilmaista.

Maksusta ovat vapautettuja: liiton kunniajäsenet, ennen 1.1.2010 eläkkeelle jääneet ja syksyllä 2015 opintonsa aloittavat opiskelijat.

Rinnakkaisjäsen on jäsen, joka kuuluu liittoon esim. Sanfy:n kautta, mutta haluaa kuulua myös Keski-Suomen ft ry:n. Yhdistyksen jäsenmaksusta ovat vapautettuja maksun eräpäivänä peruskoulutuksessa olevat opiskelijat, äitiyslomalla, vanhempainvapaalla tai hoitovapaalla olevat henkilöt, eläkeläiset, työttömät ja yhdistyksen kunniajäsenet.

Toimita todistus, mikäli olet työtön, äitiyslomalla, vanhempainvapaalla tai hoitovapaalla. Jäsenasioita hoitaa jäsensihteeri Anu Lahtinen, [anu.lahtinen\(at\)rokki.net](mailto:anu.lahtinen(at)rokki.net)

## Vaikeavammaisten avoterapian uusi sopimuskausi käynnistyi 1.1.2015

Uusi standardi määrittelee monen meidänkin työtä, jonka vuoksi myös Tatsissa avaamme sitä hiukan. Vaikka omaa työtäsi standardi ei suoranaisesti määrittelisikään, niin ei ole lainkaan haitaksi hiukan tutustua sen sisältöön tarkemmin. Yksi tärkeä taustatekijä on ICF viitekehyksen huomiointi.

### **Hyvä kuntoutuskäytäntö**

”Toimintakyky koostuu fyysisistä, psyykkisistä, sosiaalisista ja kognitiivisista tekijöistä, joihin vaikuttavat ihmisen yksilöllisten ominaisuuksien lisäksi ympäristötekijät. Kuntoutuksessa arvioidaan kuntoutujan voimavaroja ja kuntoutuksen tarvetta lääketieteellisen terveydentilan lisäksi laaja-alaisesti kaikilla ICF-luokituksen osa-alueilla: kehonrakenne ja toiminta, suoritukset ja osallistuminen sekä ympäristö- ja yksilötekijät. Lisäksi seurataan kuntoutujan terveyteen liittyvää elämänlaatua.”

Hyvästä fysiotetrapiaikäytännöstä löytyy lisätietoja mm. täältä

<http://suomenfysioterapeutit.fi/index.php/mita-on-hyva-fysioterapiakaytanto>

Lisäksi todetaan omaa työtämme määrittelevä argumentti ”Arvioinnit ovat kuntoutuksen

suunnittelun ja kuntoutusprosessin toteutuksen ja seurannan peruste”. Työmme täytyy siis perustua erilaisiin mitattavissa oleviin seikkoihin. Tämän vuoksi on erityisen tärkeää, että tiedämme, mitä mittareita on hyvä käyttää ja millä pystytään saamaan luotettavaa tietoa asiakkaamme toimintakyvyn kaikista osa-alueista. Jos mittarit ovat hukassa niin katso [www.toimia.fi](http://www.toimia.fi).

### **Tilat ja laitteet**

Tästä asiasta Kela sanoo tiivistetysti näin

”Kuntoutustilat ovat siistit, tilavat, turvalliset ja esteettömät, ja ne soveltuvat vaikeavammaisille kuntoutujille. Jos palveluntuottaja toteuttaa kuntoutusta muualla kuin omissa toimitiloissaan, tulee palveluntuottajan huolehtia siitä, että käytettävät tilat ovat asianmukaiset.”

### **Avoterapian toteuttamiseen liittyvät asiat**

”Palveluntuottaja vastaa siitä, että kuntoutus toteutetaan standardin, kuntoutuspäätöksen ja asiakkaan kanssa sovitun sisällön mukaisesti.”

”Palveluntuottaja kertoo kuntoutujalle eri kuntoutusvaihtoehdoista ja niiden vaikutuksista kuntoutujan toimintakykyyn ja osallistumiseen.”

”Palveluntuottaja huolehtii ammattitaidon ja osaamisen ylläpidosta ja kehittämisestä sekä työohjauksesta. Palveluntuottaja noudattaa alan ammattieettisiä ja ammatillisia ohjeita mm. käyttää vain niitä terapeuttisia menetelmiä, joihin on koulutus.”

Suomen fysioterapeutit ry on päivittämässä Fysioterapeuttien eettisiä periaatteita. Tämänhetkiset eettiset periaatteet löytyvät sähköisesti täältä <http://suomenfysioterapeutit.fi/index.php/eettiset-ohjeet>

### **Dokumentaatio ja asiakirjat**

Dokumentoinnissa ja asiakirjojen säilytyksessä noudatetaan erinäisiä lakipykäliä, joiden tarkemmat tiedot löytyvät standardista. Nykypäivänä erityisen tärkeää on muistaa turvallisuus myös sähköisessä viestinnässä! Ohjeita ja käytänteitä dokumentointiin löytyy esimerkiksi täältä <http://suomenfysioterapeutit.fi/index.php/dokumentointi>

”Palveluntuottaja dokumentoi kuntoutuspalvelun toteuttamisen siten, että sen toteutuspaikka, sisältö, laatu, arviointi- ja mittaustulokset, toteutusajankohta sekä kuntoutujan antama palaute voidaan todentaa jälkikäteen asianmukaisten merkintöjen perusteella.”

### **Koti-, ohjaus-, yhteistyö- ja verkostokäynnit**

”Yksilöterapia voidaan toteuttaa osittain tai kokonaan kotikäynteinä, kun toimintakykyä on perusteltua harjoittaa muualla kuin palveluntuottajan tiloissa. Jos terapeutti toteuttaa samassa osoitteessa useamman kuntoutujan terapian, maksetaan kotikäyntilisiä vain yhdestä kuntoutujasta.”

”Ohjauskäynnillä palveluntuottaja ohjaa ja tukee vanhempia lapsen tai nuoren (alle 18-v) kuntoutuksen tavoitteiden saavuttamiseksi. Ohjauskäynneillä lapsen tai nuoren ei tarvitse välttämättä olla läsnä. Ohjauskäynteihin osallistuu aina vähintään toinen vanhemmista ja



lisäksi tarvittaessa ne henkilöt, joiden läsnäolon lapsi tai nuori, vanhemmat ja palveluntuottaja katsovat tarpeelliseksi. Ohjauskäynnit tulee olla perusteltuna kuntoutussuunnitelmassa ja myönnettynä kuntoutuspäätöksessä. Aikuisten kuntoutujien terapioihin ei voida liittää omaisen ja läheisen ohjauskäyntejä”

”Yksilöterapiassa voivat terapeutit tarpeen vaatiessa toteuttaa kuntoutujalle myönnettyistä terapiakerroista vuoden aikana enintään 4 terapiakertaa yhteistyökäynteinä, kun kuntoutujalle on myönnetty kaksi tai useampi terapia. Yhteistyökäynti toteutetaan kuntoutujan terapiakäyntinä, johon osallistuvat terapeuttien lisäksi kuntoutuja ja mahdollisuuksien mukaan kuntoutujan omainen tai läheinen sekä kuntoutujan yksilöllisellä kuntoutusjaksolla toimiva terapeutti. Yhteistyökäynti kestää enintään 45 minuuttia.”

Yhteistyökäynnit ovat siis yhteisterapioita kahden eri terapeutin välillä, joita voi toteuttaa vuodessa enintään 4 kestoaltaan pääsääntöisesti maksimissaan 45 min.

”Terapeutti voi kuntoutuspäätöksen perusteella osallistua kuntoutujan verkostokäyntiin joita voi olla vuodessa enintään 6 aikuisella ja 8 lapsella tai nuorella.”

Verkostokäynnit ovat siis esimerkiksi HOJK-palavereita, kuntoutussuunnitelmapalavereita tms. Tärkeää huomioida, että tiettyihin tilanteisiin on resursoitu vain tietty määrä verkostokäyntejä esim. kuntoutussuunnitelmaa varten maksimissaan 2.

### **Arviointimenetelmät**

”Terapeutti huomioi arvioinnissa ja mittaamisessa kuntoutujan toimintakyvyn keskeiset alueet ICF-luokituksen viitekehyksen mukaisesti. Arvioinnissa otetaan huomioon sekä kuntoutujan itse kokema toimintakyky että kuntoutujan ja omaisen tai läheisen arvio toimintakyvyn muutoksista. Mittaukset tulee tehdä ennen kuntoutuksen tavoitteiden asettelua ja suunnittelua. Terapeutilla on oltava asianmukainen koulutus ja kokemus kyseisen mittaus- tai arviointimenetelmän käyttöön ja tulkintaan. ”

”Terapialle asetetaan aina tavoitteet, jotka terapeutti kirjaa palveluntuottajan omalle tavoitelomakkeelle tai GAS – tavoitteen asettaminen lomakkeelle. ”

### **Kuntoutuspalaute**

”Sisältää

- Kuntoutujan toimintakyvyn kuvauksen vuosittaisen terapiajakson alkaessa
- Kuntoutujan kanssa sovitut yksilöidyt tavoitteet, jotka perustuvat kuntoutussuunnitelmaan
- Tiedot terapian toteutuksesta
- Käytetyt arviointimenetelmät tuloksineen
- Selvityksen kuntoutujan tavoitteiden saavuttamisesta ja toimintakyvystä terapian päättyessä suhteutettuna alkuarvioon ja tavoitteisiin
- Jatkosuositukset perusteluineen
- Kuntoutujan oma arvio kuntoutuksesta

- Kuntoutukseen osallistuneen omaisen tai läheisen arvio
- Muut tarpeelliset lisätiedot”

## **Fysioterapia**

”Fysioterapian tavoitteena on edistää ja ylläpitää kuntoutujan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista työ ja/tai toimintakykyä. Fysioterapian tavoitteena on myös turvata kehitysmahdollisuuksia niin, että kuntoutuja kykenee toimimaan elinympäristössään ja selviytymään jokapäiväisen elämänsä vaatimuksista optimaalisen liikkumis- ja toimintakyvyn avulla.”

”Fysioterapia sisältää neuvonnan ja ohjauksen, yksilöllisen terapeuttisen harjoittelun sekä manuaalisen ja fysikaalisen terapian. Fysioterapeutti tukee kuntoutujaa käyttämään optimaalisesti voimavarojaan liikkumis- ja toimintakyvyn ja niiden edellytysten ylläpitämiseksi ja edistämiseksi. Fysioterapeutti ottaa huomioon kuntoutujan toimintaympäristön rajoitteet ja pyrkii yhteistyössä löytämään edellytyksiä kuntoutujan aktiivisen osallistumisen parantamiseksi. Apuvälineiden käytön ja työelämän valmiuksien harjoittelu sekä harrastus- ja vapaa-ajantoimintoihin ohjaus kuuluvat tarvittaessa terapiaprosessiin.

Tässä tiivistetyssä paketissa on fysioterapeutteja koskevia poimintoja standardista. Standardihan tulee olla saatavilla jokaisessa hoitolaitoksessa, sekä jokaisella terapeutilla kotikäynneillä ja koska se ohjaa avopuolella toimivia fysioterapeutteja niin se tulee olla myös luettuna.

## **Erityisasiantuntijaksi hakeminen huhtikuussa**

Liiton jäsenet voivat hakea Erikoisasiantuntija-nimikettä. Nimikkeen saaminen edellyttää hakijalta vahvaa kliinistä kokemusta sekä fysioterapia-alan teoreettista hallintaa, jotka pisteytetään omista sektoreistaan. Nimikettä haetaan erillisellä lomakkeella, joka löytyy Suomen fysioterapeuttien materiaalipankista. Tarvittavista liitteistä löytyy myös lisäinfoa samasta paikasta.

Nimike on voimassa viisi vuotta sen myöntämisestä, joten sen haltijan täytyy sitä myös aika-ajoin päivittää. Nimekkeitä myönnetään eri kategorioista, joita ovat mm. neurologisten aikuisten fysioterapia, lasten fysioterapia, työfysioterapia ja TULE fysioterapia.

Seuraava haku-aika päättyy huhtikuussa. Lisätietoja ja tarkat kriteerit nimikkeen myöntämiseksi löytyy Suomen fysioterapeuttien nettisivuilta.

[www.suomenfysioterapeutit.fi](http://www.suomenfysioterapeutit.fi)

Suomen fysioterapeuttien nettisivuilla pyritään tuomaan päivitettyä alaamme koskevaa tietoa esille mahdollisimman tuoreeltaan. Tällä hetkellä sivuilta löytyy useita tutkimusartikkeleita ja tietoa fysioterapian vaikuttavuudesta mm. TuLes-harjoittelun tehoavuudesta, selkäleikkauspotilaan harjoittelusta ja lonkkamurtumapotilaan kuntoutuksesta. Yksi tutkimusartikkeli käsittelee sitä, kuinka fysioterapia on tehokkain hoitomuoto olkapään jännevaivoihin. Jotta voimme tulevaisuudessakin olla arvostettu ammattikunta, niin meidän on osattava tehdä itsestämme korvaamattomia. Juuri tällaiset tutkimukset auttavat asiassa. Tutkimukset eivät kuitenkaan yksinään vahvista ammattikuntaamme, sillä se meidän on tehtävä täysin itse osaamalla hyödyntää uusinta tieteellistä tutkimustietoa.

Lisäksi jokainen jäsen pääsee erillisille jäsensivuille omilla tunnuksillaan, joten hyödyntäkää tätäkin tietokantaa omassa tiedonhaussanne.

Sivuille tulee viikottain uusia uutisia omaa alaamme koskien, joten miksi lähteä merta edemmäs kalaan?!

## Vuoden fysioterapeutti valittu

Vuoden 2014 fysioterapeutiksi on valittu ft Omt Hannu Luomajoki. Hän toimii professuurin virassa Zyrichissä ja omistaa siellä myös oman firman, jonka myötä tekee paljon myös käytännön työtä. Hän vierailee Suomessakin useita kertoja vuodessa kouluttamassa niin fysioterapeutteja, kuin lääkäreitäkin.

Onnea Hannu Luomajoelle valinnasta!

## YRITTÄJILLE

Hei yrittäjäystävät!

Vuosi 2014 oli vaiherikas vuosi; keväällä jännitettiin meneekö ruksit oikeisiin kohtiin Kelan kilpailutuksessa ja jäljitettiin, että kirjeet pääsevät määränpäähänsä Kelan konttoriin. Suurin osa menestyi hyvin ja sopimukset rapsahivat syksyllä postilaatikkoon – onnea siitä ja voimia laadukkaan fysioterapian toteutukseen!

Sotea ja KanTaa tulikin sitten syksyllä melko tiiviissä tahdissa joka tuutista. Molemmat tulevat, mutta aikataulut ovat kuitenkin vielä auki. Ei siis paniikkia, kyllä kaikki järjestyy. Huomioikaa kuitenkin, että Y-tunnukset löytyvät Valviran rekisteristä. Osa ammatinharjoittajista saattaa sieltä uupua.



Tervehdys myös Liiton yrittäjätoimikunnasta. 2015 Yrittäjäpäivä on liitetty Fysioterapiakongressin yhteyteen 7.-8.10.2015 – joten tulkaahan mukaan. Allekirjoittanut on lupautunut yrittäjätoimikunnan abstraktiin mukaan kertomaan Yrittäjän haasteista kentällä.

Kilpailutuskriteeristöä on suositusta pyydetty kentältä ja yrittäjätoimikunta alkaa tätä kartoittamaan. Tavoitteena on luoda raamit, miten eri tahot kilpailuttavat fysioterapiahankintoja.

Paikallisesti minuun on oltu yhteydessä aamukahvitoiveissa, johon yrittäjät voisivat kokoontua vaihtamaan kuulumisia. Valitettavasti en ole ehtinyt asiaa järjestämään, mutta yhdistyksen siunaus asialle on!

Reipasta vuotta 2015!

Sanna Hosio, yrittäjäyhdyshenkilö

[sanna.hosio\(at\)fysiocenter.fi](mailto:sanna.hosio(at)fysiocenter.fi)

p. 050-5912051

Myös Suomen fysioterapeuttien nettisivuilta [www.suomenfysioterapeutit.fi](http://www.suomenfysioterapeutit.fi) , sekä Keski-Suomen fysioterapeuttien uusilta nettisivuilta [www.keskisuomenfysioterapeutit.fi](http://www.keskisuomenfysioterapeutit.fi) löydät infoa yrittäjille.

## JAMK / FYSIOTERAPIA

Opiskelijoilla syyslukukausi on takana ja kevääseen lähdetään pirtein mielin hyvin levätyn joululoman jälkeen. Koska Jyväskylän Ammattikorkeakoulussa on tapahtunut paljon muutoksia viimeisen muutaman vuoden aikana, niin lehtori Pirjojen tiimi avasi jo aiemmin tässä lehdessä hiukan tämän hetkisiä kuulumisia. Sen vuoksi itse opiskelujen rakenteessa ei tässä osiossa enempää. Sen sijaan paneudutaan harjoittelujaksoihin.

Jokainen meistä jo valmiista fysioterapeuteista tietää, että käytännön tekeminen on alallamme kultaakin arvokkaampaa. Myös opiskelijat kokevat, että käytännön harjoittelu on usein se antoisin oppimismuoto. Toki oppijoita on erilaisia, mutta tosiasia on, että käytännön taitoja ei voi oppia kuin tekemällä. Tämän vuoksi myös meillä käytännön työntekijöillä on suuri rooli opiskelijoiden ohjaamisessa. On tärkeää, että annamme harjoittelujaksoilla opiskelijoiden mieltä, kyseenalaistaa, harjoitella ja myös epäonnistua. Kukaan meistä ei voi tietää kaikesta kaikkea ja sama pätee myös opiskelijoihin. On tärkeää, että oppimisilmapiiri on myönteinen, eikä opiskelijoiden halua oppia vähennetä sillä, että heitä pelottaa epäonnistua. Harjoittelujaksot ovat usein sitä antoisinta aikaa,

jonka vuoksi on tärkeää, että niitä opiskelijoille suodaan. Lähes aina opiskelijoista on myös apua omaan työyhteisöön esimerkiksi erilaisten kehitystehtävien tekijänä. Aina kiireiset aikataulumme saavat myös vähän ilmaa väliin, kun saamme yhden ylimääräisen käsiparin käyttöömmee. Opiskelijan ohjaaminen on myös antoisa kokemus ohjaajille, sillä viimeistään se laittaa ajattelemaan omia terapiasisältöjään ja tarkoitusta miksi itse toimii tietyissä tilanteissa tietyllä tavalla. Olisiko kenties omassa toiminnassa jotain muutettavaa? Antoisinta harjoitteluohjaus onkin juuri silloin, kun ammattilainen ja harjoittelija voivat yhdessä ammentaa omia osaamisalueitaan yhteen, kun opiskelijat tuovat tuoreen tuulahduksen uusinta tutkimustietoa lisänä hyväksi koettuihin menetelmiin.

Opiskelijan oppiminen harjoittelujaksoilla on puolestaan usein paljon itsestä kiinni. On hyvä muistaa, että alallamme eivät pärjää he, jotka menevät sieltä mistä aita on matalin! Hyvä fysioterapeutti on innovatiivinen, reipas hakemaan uusinta tietoa ja soveltamaan sitä ja mikä tärkeintä hän miettii mitä tekee ja miksi. Me käytännönharjoittelun ohjaajat toivomme, että te tuotte työyhteisöömme jotain uutta ja raikasta. Ajatelkaa itse, soveltakaa, kehittäkää omaa osaamistanne, sillä käytännönharjoittelu on yksi parhaista paikoista siihen. Olkaa omatoimisia, kyselkää ja kyseenalaistakaa. Aina ei tarvitse ratautua, sillä silloin kaikki parhaat ideat jää syntymättä.

Opiskelijoille vinkiksi, että erittäin moni fysioterapeuttiopiskelija on työllistynyt harjoittelupaikkaansa, kun on hoitanut harjoittelujaksonsa kunnialla lävitse.

Tänä vuonna me emme halua toivottaa teille opiskeluintoa, onnea tai muutakaan vastaavaa, vaan me haluamme, että te itse teette tästä vuodesta paremman kuin ikinä aikaisemmin! Te pystytte siihen, kun päätätte niin!

Lisätietoa opiskelijajäsenyydestä löytyy mm. oheisen linkin kautta.

<http://suomenfysioterapeutit.fi/index.php/opiskelijan-tietopaketti>

## NIIN JAA MITENKÄS JÄSENEKSI PÄÄSEE...

Jos päätät haluta kuulua joukkoomme niin täytä sähköinen jäsenhakemus osoitteesta [www.suomenfysioterapeutit.fi](http://www.suomenfysioterapeutit.fi) tai tulosta ja postita [www.keskisuomenfysioterapeutit.fi](http://www.keskisuomenfysioterapeutit.fi)

Jäsenkaavakkeella voit liittyä Suomen fysioterapeuttien jäseneksi kolmella eri tapaa.

**Vaihtoehto 1** on kuulua jäseneksi 15 eri yhteisöjäsenen kautta, jolloin on myös meidän jäsenemme (yksi yhteisöjäsen on Keski-Suomen fysioterapeutit ry).

**Vaihtoehto 2** voi liittyä suoraksi henkilöjäseneksi Suomen fysioterapeutteihin (eli ei ole meidän jäsen, vaan ainoastaan Suomen fysioterapeuttien).

**Vaihtoehto 3** on liittyä rinnakkaisjäseneksi, jos kuuluu esimerkiksi johonkin toiseen yhteisöjäsenyhdistykseen tai on suora henkilöjäsen (niin lisäksi voi liittyä vielä yhdistyksemme jäseneksi)

Opiskelijana Suomen fysioterapeuttien jäsenmaksusi on puolet halvempi, kuin työssäkäyvällä, eikä yhdistyksemme jäsenyydestä tarvitse koko opiskeluaikana maksaa lainkaan!

Pyrimme aina auttamaan jäseniämme, jonka vuoksi opiskelijoita varten toimii omat ”opiskelija-apulaiset”, joiden puoleen voi kääntyä pulmassa, kuin pulmassa!

### **Yhdistyksen opiskelijayhdyshenkilö on**

Pirjo Mäki-Natunen, [pirjo.maki-natunen\(at\)jamk.fi](mailto:pirjo.maki-natunen(at)jamk.fi) (fysioterapian lehtori)

### **Yhdistyksen opiskelijavastaavat ovat**

Sanna Paasu-Hynynen, [sanna.paasu\(at\)gmail.com](mailto:sanna.paasu(at)gmail.com) (fysioterapeutti)

Janne Keinänen, [keinanen.jp\(at\)gmail.com](mailto:keinanen.jp(at)gmail.com) (opiskelija)

## **TERVETULOA MUKAAN MAHTAVAAN JOUKKOOMME!**

### **HUOMIO KAIKKI JÄSENOPISEKELIJAMME!**

**Huhtikuussa tulossa opiskelijoille suunnattu koulutus koskien olkapään alueen jänteiden tutkimista, testaamista ja hoitamista.**

**Lisätietoja saatavilla myöhemmin mm. nettisivuillamme!**

## Fysioterapian koulutusohjelman uudet opinnäytetyöt

- Olkahartiaseudun vammojen ennaltaehkäisy nuorilla lentopalloilijoilla liikkuvuus- ja lihasvoimaharjoittelun keinoin: Opas valmentajille ja pelaajille. Tekijä: Korhonen, Sini
- Omaishoitajien hyvinvoinnin tukeminen - kokemuksia liikuntaryhmän toiminnan kehittämisestä psykofyysisiä menetelmiä hyödyntäen. Tekijä: Tervanen, Milla
- Faskia ja myofaskiaalisen käsittelyn vaikutukset : Foamroller itsehoitovälineenä myofaskiaalisessa käsittelyssä. Tekijä: Viitanen, Jenna
- Polvilumpion sijoiltaanmeno ja sen konservatiivinen fysioterapia immobilisoinnin jälkeen. Tekijä: Räsänen, Riikka-Liisa

- Diplegia spastica -lapsen fysioterapia alaraajojen monitasokirurgisen toimenpiteen jälkeen. Tekijät: Kemppainen, Titta; Skantz, Heidi
- Allasterapia nilkan inversiovamman kuntoutuksen tukena - liikepankki käytäntöön. Tekijät: Mynttinen, Teija; Laitinen, Anne-Marie
- Liikuntaseurasta työtä ja tekemistä nuorille : Esiselvityshankkeen tulokset. Tekijät: Riihuhta, Nelli; Ruotsalainen, Iina
- Foam roller kestävyysjuoksijan iliotibiaalisen hankaussyndrooman fysioterapiassa. Tekijä: Eskelinen, Anne
- Ikääntyvien voimaharjoittelun vaikutukset polven koukistaja- ja ojentajalihasten voimaan. Tekijät: Huovinen, Jenni; Talja, Riikka
- Lastenreuma, sen hoito ja siihen sopivat liikuntamuodot. Tekijät: Esala, Erja; Tarvainen, Heini
- Rintarangan kiputila avofysioterapian vastaanotolla - Työkalu erotusdiagnostiikkaan. Tekijä: Salo, Sira
- PAINONHALLINTA OSANA MAATALOUSYRITTÄJIEN TYÖHYVINVOINTIA. Tekijä: Tupamäki, Johanna

Nämä ja muut opinnäytetyöt on lainattavissa Jyväskylän ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan kirjastosta tai luettavissa osoitteessa <http://www.nelliportaali.fi> Ja Net tietokannasta.

# KOULUTUS

## Ilmoittautumisohje koulutuksiin

Koulutuksiin ilmoittaudutaan sähköisesti kotisivumme kautta [www.keskisuomenfysioterapeutit.fi/koulutukset ja muut tapahtumat](http://www.keskisuomenfysioterapeutit.fi/koulutukset_ja_muut_tapahtumat) . Sivustoilla valitsette koulutuksen johon haluatte ilmoittautua. Huomioikaa, että ilmoittautumisaika on voimassa vain tietyinä ajanjaksona. Saatte erillisen tiedotteen sähköpostiinne ilmoittautumisesta ja sen hyväksymisestä. Jokaisen koulutuksen tarkka ilmoittautumisajankohta löytyy koulutusmainoksesta.

Lisätietoja koulutuksesta voi kysellä sähköpostitse tai puhelimitse koulutuksen vastuuhenkilöltä, yhteystiedot löytyvät koulutusmainoksesta. Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä ja **ilmoitamme ilmoittautumisajan päätyttyä pääsystäsi koulutukseen.**

Huom. Koulutukset on suunnattu **ensisijaisesti Keski-Suomen fysioterapeutit ry:n jäsenille**. Jäsenistömme ulkopuolisilla on mahdollisuus päästä koulutuksiin ainoastaan, jos koulutuksen osallistujamäärä ei täyty. Ei-jäsenet maksavat koulutuksesta tuplahinnan, ellei toisin mainita. **Vapaita paikkoja jäsenistömme ulkopuoliset voivat tiedustella ko.koulutuksen vastuuhenkilöltä ilmoittautumisajankohdan päätyttyä.**

Koulutusilmoittautuminen edellyttää erillisen lomakkeen täyttämistä, johon tulee täyttää kaikki tiedot, muutoin ilmoittautumista ei voida hyväksyä.  
- Mainitse ilmoittautumisen yhteydessä erikseen, mikäli haluat koulutusmaksusta laskun. Ilmoita samalla laskutusosoite. Laskutuslisä 5 €.

Huomioithan, että **ilmoittautuminen on sitova**: peruuttamattomasta poisjäännistä lasku lähetetään postitse kotiin. **Koulutus on peruttava viimeistään 2 viikkoa ennen koulutusta, ellei erikseen muuta mainita.**

## Koulutusmaksun maksaminen

Koulutusmaksu maksetaan suoraan yhdistyksen tilille ilman erillistä laskua (tilinumero FI59 2017 1800 028735) **koulutusmainoksessa mainittuun eräpäivään mennessä**. Muista käyttää maksaessasi viitenumeroa, joka löytyy koulutusmainoksesta. Mikäli koulutusmaksua ei ole maksettu eräpäivään mennessä, laskuun lisätään **viivästymismaksu 10 €**. Sairastapauksissa koulutusmaksusta palautetaan puolet **lääkärintodistusta vastaan**.



# KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTIT RY KOULUTUSKALENTERI

## KEVÄT 2015

### **1. Lonkan toiminnalliset alaluokat**

Koulutus sisältää teoriaa lonkan toiminnallisista alaluokista, käytännön osuuden lonkan harjoitteista sekä perusteita käytännön harjoitteisiin. Ota koulutukseen mukaan jumppamatto, jumppakuminauha ( esim. theraband) sekä joustavat vaatteet. Koulutus sopii hyvin jatkoksi viime vuotiseen alaselän toimintahäiriöt -koulutukseen. Koulutukseen voi osallistua myös ilman alaseläkoulutukseen osallistumista.

**Aika:** 18.2.2015 klo 17-20

**Paikka:** Keski-Suomen keskussairaala, kerros -1, luentosalit 1 ja 2

**Kouluttaja:** Merja Soanjärvi, OMT-fysioterapeutti, pilatesohjaaja, kouluttaja

**Hinta:** 35 €

**Minimi-/maksimiosallistujamäärä:** 17/22

**Ilmoittautuminen:** 26.-30.1.2015

**Koulutusmaksun eräpäivä:** 10.2.2015

**Viitenumero:** 2024

**Lisätiedot:** Anu Vainio ([anu.vainio\(at\)gmail.com](mailto:anu.vainio(at)gmail.com), 050-3069166)

### **2. Foam Roller-koulutus**

Koulutuksen sisältöä: Foam Rollerin käyttö keskivartaloa vahvistavissa liikkeissä, pehmytkudos- ja faskiakäsittelyssä sekä sen hyödyntäminen venyttelyssä. Koulutus sisältää demo-osiot, liikepankin läpikäynnin ja kirjallisen materiaalin.

**Aika:** 14.3.2015 klo 10-13

**Paikka:** Killerin liikuntakeskus, Sykeraitti 7, 40630 Jyväskylä

**Kouluttaja:** Elina Lius, liikunnanohjaaja, personal trainer, Master of Sports (YAMK)

**Hinta:** 50€

**Minimi-/maksimiosallistujamäärä:** 20/30

**Ilmoittautuminen:** 9.-13.2.2015

**Koulutusmaksun eräpäivä:** 1.3.2015

**Viitenumero:** 2008

**Lisätietoja:** Mari Kallioinen ([kallioinenmari\(at\)gmail.com](mailto:kallioinenmari(at)gmail.com), 040-5848760)

### **3. Opiskelijakoulutus**

Yhdistys järjestää tänäkin keväänä koulutusta JAMK:n fysioterapeuttiopiskelijoille jotta opiskelijat saavat uusinta tietoa suoraan työelämästä! Kevään koulutuksen aiheena on olkapään jänteiden tutkiminen/testaaminen sekä hoitaminen friction- tekniikalla.

Kouluttajana Esa Niemistö.

Lisätietoja: Paula Wilmi ([paulawilmi11\(at\)gmail.com](mailto:paulawilmi11(at)gmail.com), 040-7784720)

Alkuvuoteen suunnitteilla ollut pidempi huippuluokan alaraaja- & lantioengaskoulutus jouduttiin valitettavasti perumaan, koska kouluttajalle tuli viimehetken este jo sovitulle päivämäärälle. Kyseinen koulutus toteutetaan mahdollisesti myöhemmin. Toivottavasti kuitenkin kevään koulutusannista löytyy jokaiselle jotakin!

## **MUUTA**

### **Fysioterapeuttien edunvalvontailta**

Suomen fysioterapeutit järjestävät yhdessä Tehyn kanssa fysioterapeuttien edunvalvontaillan Jyväskylässä 26.5.2015. Kyseinen ilta on tarkoitettu yksityissektorilla ilam työehtosopimusta työskenteleville fysioterapeuteille. Aiheena ovat ammatilliset ja taloudelliset edunvalvontakysymykset. Ilmoittautuminen ja lisätietoa [tilaisuudet\(at\)tehy.fi](mailto:tilaisuudet(at)tehy.fi)

### **Fysioterapiakongressi 2015**

7.-8.10.2015 järjestetään fysioterapiakongressi Helsingin Paasitornissa. Lisätietoja [www.suomenfysioterapeutit.fi](http://www.suomenfysioterapeutit.fi) , sekä seuraavassa Tatsissa.

## Vuosikokous

Yhdistyksen vuosikokous järjestetään 11.3.2015 Kylpylähotelli Laajavuoressa. Tarkemmat tiedot kutsussa, katso se ja tartu tilaisuuteen! Yhdistyksemme toiminta on arvostettua valtakunnallisesti ja saa paljon kiitosta mm. aktiivisuudesta koulutustarjonnan kehittämisessä jopa yhteistyössä muiden tahojen kanssa. Toimintamme laadun takaa innokkaat toimihenkilöt ja vapaaehtoisuus kehittää alaamme niin paikallisesti kuin valtakunnallisesti. Yhdessä tekeminen on mukavaa ja ennenkaikkea antoisaa. Emmeköhän me kaikki halua pitää toimintamme aktiivisena ja kehittää sitä tulevaisuudessa. Olisiko sinulla uusia ideoita tai toimintamalleja.

**Tervetuloa mukaan toimintaamme!**

### VUOSIKOKOUSKUTSU

Tervetuloa Keski-Suomen fysioterapeutit ry:n sääntömääräiseen vuosikokoukseen ke 11.3.2015 klo 18.00 Kylpylähotelli Rantasipi  
LAAJAVUOREEN, Laajavuorentie 30, JKL.

Kokouksessa valitaan puheenjohtaja ja hallituksen erovuoroisten tilalle uudet varsinaiset- ja varajäsenet, sekä käsitellään sääntömääräiset asiat.

Kokouksessa valitaan varsinaiset ja varajäsenet edustajistoon seuraavalle kolmivuotiskaudelle.

Kokouksessa käsitellään vuoden 2014 tili- ja toimintakertomus sekä tili- ja toimintasuunnitelma vuodelle 2015.

Kokouksessa päätetään yhdistyksen jäsenmaksusta vuodelle 2016.

Buffettarjoilu. Ilmoita tulostasi tarjoilun järjestämisen vuoksi **ma 2.3.2015** mennessä Anu Pollarille [anu.pollari\(at\)gmail.com](mailto:anu.pollari(at)gmail.com) tai gsm 040 - 510 3629.

**Tervetuloa!**

**Keski-Suomen fysioterapeutit ry:n hallitus**

# MAINOKSIA

---

## Mainos-/ilmoitushinnat

Koko sivu 120€

½ sivua 60€

¼ sivua 20€

Kaikki mainoshinnat pitävät sisällään myös erillisen sähköpostimainoksen.

Ota yhteyttä aineiston kokoajaan tai hallituksen jäseniin ja kysy lisää eri vaihtoehdoista!

---

### **Mekaaninen diagnosointi- ja terapiamenetelmä nuorille ja aikuisneurologisille potilaille 20.-21.3.2015**

Koulutus järjestetään yhteistyössä Suomen McKenzie Instituutin kanssa. Kouluttajina toimivat Suomen McKenzie Instituutista TtT, fysioterapian opettaja, MDT-kouluttaja Sinikka Kilpikoski ja neurologisiin sairauksiin erikoistunut fysioterapeutti Leena Aaltonen Kuntoutus- ja Hyvinvointikeskus Variaatioista, Turusta.

Koulutuksen tavoite: Osallistujat huomioivat terapian suunnittelussa ja toteutuksessa neurologisen asiakkaan TULE-ongelmat eli tuki- ja liikuntaelinrakenteista johtuva kuormituskipu saattaa estää neurologisen asiakkaan toimintakykyä ja sen optimaalista harjoittamista.

Koulutus sopii sekä neurologisten lasten, nuorten ja aikuisten parissa työskenteleville fysioterapeuteille ja lääkäreille. Koulutukseen osallistujan ei tarvitse olla suorittanut MDT-tutkintoa.

Hinta: Noin 200 euroa (sis. alv 0 %). Lounas on omakustanteinen. Ilmoitathan erikoisruokavaliosta.

Paikka: Koulutus toteutetaan Kuntoutumiskeskus Peurungassa, Laukaassa.

Ilmoittautuminen: [sinikka.kilpikoski@kolumbus.fi](mailto:sinikka.kilpikoski@kolumbus.fi) mahdollisimman pikaisesti ja viimeistään 13.3.2015.

Keski-Suomen fysioterapeutit ry:n hallitus ja toimihenkilöt 2014-2015

<p><b>Puheenjohtaja</b>  <b>Anu Pollari</b>  p. 040-510 3629  anu.pollari(at)gmail.com</p>	<p><b>Postiosoite</b>  Keski-Suomen fysioterapeutit ry  Tousalantie 31  44170 HIETAMA</p>		
<p><b>VARSINAISET JÄSENET</b></p> <p><b>Varapuheenjohtaja/yrittäjäyhdyshenkilö</b>  <b>Sanna Hosio</b>  sanna(at)muuramenfysioterapia.fi</p> <p><b>Tiedotusvastaava/opiskelijavastaava</b>  <b>Sanna Paasu-Hynynen</b>  sanna.paasu(at)gmail.com</p> <p><b>Koulutusvastaava</b>  <b>Paula Wilmi</b>  paulawilmi11(at)hotmail.com</p> <p><b>Rahastonhoitaja</b>  <b>Kati Koro</b>  koro.kati(at)gmail.com</p>	<p><b>VARAJÄSENET</b></p> <p><b>Anu Vainio</b>  anu.vainio(at)gmail.com</p> <p><b>Mari Kallioinen</b>  kallioinen.mari(at)gmail.com</p> <p><b>Sihteeri</b>  <b>Annu Huisman</b>  annu_huisman(at)hotmail.com</p> <p><b>Jäsensihteeri</b>  <b>Anu Lahtinen</b>  anu.lahtinen(at)rokki.fi</p>		
<p style="text-align: center;"><b>KOULUTUSTOIMIKUNTA</b></p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; border: none; vertical-align: top;"> <p><b>Koulutusvastaava</b>  <b>Paula Wilmi</b>  paulawilmi11(at)gmail.com</p> <p><b>Mari Kallioinen</b>  kallioinen.mari(at)gmail.com</p> </td> <td style="width: 50%; border: none; vertical-align: top;"> <p><b>Taina Hakanen</b>  taina.hakanen(at)gmail.com</p> <p><b>Anu Vainio</b>  anu.vainio(at)gmail.com</p> </td> </tr> </table>		<p><b>Koulutusvastaava</b>  <b>Paula Wilmi</b>  paulawilmi11(at)gmail.com</p> <p><b>Mari Kallioinen</b>  kallioinen.mari(at)gmail.com</p>	<p><b>Taina Hakanen</b>  taina.hakanen(at)gmail.com</p> <p><b>Anu Vainio</b>  anu.vainio(at)gmail.com</p>
<p><b>Koulutusvastaava</b>  <b>Paula Wilmi</b>  paulawilmi11(at)gmail.com</p> <p><b>Mari Kallioinen</b>  kallioinen.mari(at)gmail.com</p>	<p><b>Taina Hakanen</b>  taina.hakanen(at)gmail.com</p> <p><b>Anu Vainio</b>  anu.vainio(at)gmail.com</p>		
<p><b>YRITTÄJÄYHDYSHENKILÖ</b></p> <p><b>Sanna Hosio</b>  sanna(at)muuramenfysioterapia.net</p>	<p><b>JAMK OPISKELIJAVASTAAVA</b></p> <p><b>Janne Keinänen</b>  keinanen.jp(at)gmail.com</p>		
<p><b>TIEDOTUSVASTAAVA ja YHDISTYKSEN OPISKELIJAVASTAAVA</b></p> <p><b>Sanna Paasu-Hynynen</b>  sanna.paasu(at)gmail.com</p>	<p><b>OPISKELIJAYHDYSHENKILÖ</b></p> <p><b>Pirjo Mäki-Natunen</b>  pirjo.maki-natunen(at)jamk.fi</p>		
	<p><b>POTILASASIAMIES</b></p> <p><b>Susanna Antikainen</b>  susanna.antikainen(at)fysiocenter.fi  p. 050 - 3470737</p>		

