

Jäsen-Tatsi

01/2020

Keski-Suomen Fysioterapeutit ry:n jäsenlehti



Jäsen- Tatsi

JULKAISIJA

Keski-Suomen fysioterapeutit ry
Sähköposti: fysioterapeutit
(at)keskisuomenfysioterapeutit.fi

Kotisivu:

www.keskisuomenfysioterapeutit.fi

AINEISTON KOKOAJA

Tiedotusvastaava Eveliina Rauhansalo
eveliina.rauhansalo(at)gmail.com

JAKELUMÄÄRÄ

n. 450 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
eveliina.rauhansalo(at)gmail.com
viimeistään **19.8.2020** mennessä.

SISÄLLYS

PUHEENJOHTAJAN PILKKEET	3
TATSI 1/2020.....	5
KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTTIIEN UUTISET.....	6
Kannustusrahaa haettiin Jani Parkkiselle	6
Koulutusavustukset jaettu.....	7
Tule toimijaksi!.....	8
Alueen ammattilaiset.....	9
Kaikki tiede ei ole yhtä arvokasta	9
FYSIOTERAPIAUUTISET JA AJANKOHTAISET ASIAT	13
Vuoden fysioterapeutti 2019	13
Erikoisasiantuntijanimikkeen haku huhtikuussa.....	13
Fysioterapia & kuntoutus	14
Liiton jäsenmaksut 2020.....	14
YRITTÄJILLE	15
JAMK Opiskelijatoimikunta.....	16
Opiskelijajäsenyys kannattaa	17
Fysioterapian koulutusohjelman uudet opinnäytetyöt	19
KOULUTUKSET.....	20
Koulutusinfo.....	20
Ilmoittautumisohje koulutuksiin	21
KEVÄÄN 2020 KOULUTUSKALENTERI	22
1. Purentaelimistön toimintahäiriöt (TMD).....	22
2. Opiskelijakoulutus – Liikkujan syvät lihakset ja lantionpohja	22
3. Olkapäävaivojen taustalla olevat tekijät, erotusdiagnostiikka ja tutkiminen	23

4. Olkapäävaivojen kuntoutus ja terapeutin harjoittelu.....	23
5. FM II -Fasciamanipulaatio®.....	24
KUTSU VUOSIKOKOUKSEEN.....	27
Keski-Suomen fysioterapeutit 2019-2020	28
MAINOS- JA ILMOITUSHINNAT	29



PUHEENJOHTAJAN PILKKEET

Paljon onnea vaan Keski-Suomen Fysioterapeutit ry!

Yhdistyksemme täyttää huhtikuussa kunnioitettavat 50-vuotta. Keski-Suomen Fysioterapeutit ry on yksi Suomen vanhimmista paikallisyhdistyksistä ja mikä parasta myös yksi niistä aktiivisimmista. Perimmäisenä ajatuksenamme on, että haluamme kaikki toimia alamme parhaaksi, sekä nostaa fysioterapian arvostusta niin paikallisesti, kuin valtakunnallisestikin. Juhlatilaisuus järjestetään Wanhassa Fredassa 17.4 alkaen klo 18.00. Luvassa on herkullista ruokaa, viihdyttävää ohjelmaa ja iloisia muisteloita vuosien varrelta. Juhlasta saatte tarkemman kutsun vielä myöhemmin kevään aikana.



Kevään tapahtumat ei suinkaan lopu vuosijuhlaamme. Viime vuonna aloitettu liiton koulutuskiertue jatkuu tänä vuonna uudelleen ja nyt teemana on "Stressin kahdet kasvot". Tähänkin oivalliseen koulutukseen opiskelijajäsenet pääsevät ilmaiseksi, jäsenet 25€ hinnalla ja ei-jäsenet 50€:lla. Upea tilaisuus verkostoitua. Tämä koulutus järjestetään keväällä täällä Jyväskylässä, joten seuraa tiedotusta asiasta tarkasti.

Nyt on tullut aika saada lisää aktiivisia toimijoita yhdistykseen. Hallituksemme kaipaa kipeästi lisää toimijoita, jotta toiminta on mahdollista pitää yllä edelleen yhtä innokkaana ja aktiivisena. Mukaan voi tulla ihan pieneen rooliin, vaikka koulutustoimikuntaan tai vaikka vain edustajaksi hallitukseen. Monen mielestä yhdistystoiminta ei ole enää vetävää, mutta mielestäni kannattaa tulla kokeilemaan ennen kuin vetää mitään johtopäätöksiä. Itse olen nauttinut joka hetkestä tämän reilun 10- vuoden ajan, jonka olen ollut mukana. Tule siis sinäkin kuulostelemaan mitä olemme viime vuonna tehneet ja keskustelemaan kuluvan vuoden suunnitelmista vuosikokoukseemme ravintola Bella Romaan 19.3.2020 klo 18.00 alkaen. Yhdessä olemme enemmän, nyt ja aina!

Kuten jo aiemmin mainittu on yhdistyksemme tehnyt mallikasta ja kunnioitettavaa työtä jo useiden vuosikymmenien aikana. Se ei olisi onnistunut ilman niitä satoja aktiivisia

fysioterapeutteja, jotka ovat halunneet panostaa paikalliseen kehittämiseen. Vuosien varrella on ollut talvipäiviä, virkistysiltamia, teatteriesityksiä, satoja eri koulutuksia ja monenlaista yhteisöllistä toimintaa. Olisi aivan mahtavaa kuulla teidän muistojanne yhdistystoiminnasta vuosien varrelta, joten toivotaan, että saavutte yhteiseen juhlaamme sankoin joukoin. Tai oikeastaan sanotaanpa vaan, että nähdään siellä!



Sanna Paasu-Hynynen

sanna.paasu@gmail.com

044 – 575 0555

TATSI 1/2020

Aika kuluu hurjaa vauhtia. Tuntuu siltä, että vastahan me kokosimme kevään opinnäytetöitä ja suunnittelimme syksyn koulutuskalenteria! Ja nyt on taas kevätkausi alkanut ja aika vuoden ensimmäisen jäsenlehden. Ja yhdistyskin täyttää pyöreitä! Tämä lehti on vain pieni koonti siitä, mitä yhdistystoimintaan vuoden aikana mahtuu. Kokoukset ja lukuisat vaihdetut sähköpostiviestit, whatsappit, hauskat hetket ja suunnittelupalaverit eivät lehden sivuilla näy, mutta ehkä lehti tarjoaa hieman tulevan vuoden kohokohtia. Niitä kirsikoita kakun päältä. Ainakin koulutuskalenteri on joka kerralla yhtä jännitetty ja odotettu. Tälläkin kerralla koulutusten suunnittelussa on kuultu toiveita ja tarjolla on edulliseen jäsenhintaan mm. Fasciamanipulaation jatkokoulutusta **Tiina Lahtinen-Suopanki** opissa ja oman alueemme huippuammattilaisen, **Jari Rautiaisen** olkapääkoulutusta.

Vuoden, ja itseasiassa vuosikymmenen ensimmäisestä Tatsista, löydät tietoa tulevan kevään tapahtumista, koonnin alueen tuoreimmista opinnäytetöistä sekä uusimman koulutuskalenterin. Lehden lopussa kutsu myös sääntömääräiseen vuosikokoukseen.

KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTTIIEN UUTISET

Kannustusrahaa haettiin Jani Parkkiselle

Jani Parkkisen ansioluettelo voi jo yhdellä vilkaisulla sanoa vakuuttavaksi. Fysioterapeuttina ja personal trainerina työskentelevän yrittäjän työvuosiin on mahtunut mm.:

10+ vuotta Personal Trainerina ja fysiikkavalmentajana

50+ lisäkoulutusta ulkomailla ja Suomessa

100+ koulutusta muille liikunta- ja terveysalan ammattilaisille



Tahti on ollut vuosien aikana hurja ja toiminta laajentunut yhden miehen fysioterapiayrityksestä kahteen yritykseen ja kolmeen toimipisteeseen, jotka työllistävät 12 henkilöä.

Yritysten pyörittämisen lisäksi Jani on toiminut naisten rugbyjoukkueen fysioterapeuttina vuosina 2011-2016 ja tosiaan – hän myös kouluttaa aktiivisesti terveys- ja liikunta-alan ammattilaisia. Janin erikoisosaamiseksi voi (ilmeisen tehokkuuden lisäksi) lukea alaraajavammat, täysillä treenaamisen ja fysioterapian yhdistäminen sekä länsimaisen akupunktioiden (dry needling) käytön vammojen ja kipujen hoidossa.

Lisäperusteluja ei varmaan tarvitse esittää, miksi yhdistyksemme päätti ehdottaa Jania vuosittaisen kannustusrahan saajaksi? Suomen fysioterapeutit myöntää kannustusrahan vuosittain jollekin ansioituneelle jäsenelle, jota yhdistykset ovat ehdottaneet. Harmiksemme valinta ei tänä vuonna osunut alueellemme, mutta halusimme silti muistaa ja kiittää Jania jollain tavalla. Salapoliisityön jälkeen meillä oli tiedossa, että ainakin supersankarit, hampurilaiset ja kirjat ovat Janin mieleen ja jäimme pohtimaan sopivaa muistamista. Jani kuitenkin toivoi palkintorahan käytettävän – mitenkäs muutenkaan kuin hyödyllisesti Toimi paremmin-seminaarin markkinointiin! Kiitos Jani työstäsi fysioterapian kentällä. Jatka samalla draivilla! Janin sivut: www.janiparkkinen.com ja www.optimove.com

Koulutusavustukset jaettu

Kouluttautuminen on tärkeä osa asiantuntijuuden kehittymistä ja vahvistamista ja olemmekin halunneet yhdistyksenä kannustaa siihen. Koska pidämme koulutusta suuressa arvossa, jaamme vuosittain koulutusavustusta suoritetuista opinnoista. Vuonna 2019 saimme yhteensä neljä hakemusta, jotka kaikki hyväksyttiin. Onnea koulutusavustuksista!

Koulutusavustuksen saajat:

- Anne Penttinen, MyFascia 200€
- Antero Uimonen, Psykofyysisen fysioterapian täydennyskoulutus 300e
- Hanna Anttila, moniammatillisen kotikuntoutuksen erikoistumiskoulutus 150e
- Niina Lappalainen, Urheilijan polvi-nilkkajalkaterä 55e



Koulutusavustukset jaetaan jälleen syksyllä 2020. Hakemuslomakkeen voit tulostaa sivuiltamme www.keskisuomenfysioterapeutit.fi Seuraa ilmoitteluaamme ja syksyn Tatsia!

Tule toimijaksi!

Sinua tarvitaan! Paikallisyhdistyksemme kaipaa kipeästi uusia aktiiveja joukkoonsa. Paikallisyhdistyksenä olemme olleet tarmokkaasti mukana vaikuttamassa asioihin – niin alueellisesti kuin kansallisestikin ja haluaisimme tämän jatkuvan tulevaisuudessakin.

Tavoitteena on, että voisimme jatkossakin toimia aktiivisena paikallistason vaikuttajana fysioterapian tunnettavuuden edistämiseksi ja olla tukemassa jäsentemme ammattiosaimin kehittymisessä. Tuoreita ideoita ja näkemyksiäkin tarvitaan! Yhdistys toimii tiiviissä yhteistyössä jäsenten kanssa, järjestäen toiveiden mukaisia koulutuksia ja tapahtumia sekä tiedottaen alan ajankohtaisista asioista. Yhdistyksessä on tätä varten koulutustoimikunta, joka vastaa koulutuskalentereiden täyttämisestä ja koulutusten järjestelyistä. Lisäksi yhdistyksessä toimii kehittämishaluinen yrittäjätoimikunta sekä toimielias opiskelijatoimikunta, joiden tehtävänä on edistää sekä yrittäjien että opiskelijajäsenten asioita. Tiivistä yhteistyötä tehdään myös Jyväskylän ammattikorkeakoulun ja muiden paikallisten toimijoiden kanssa.

Me kaikki hallituksen jäsenet ja toimikunnissa puuhastelevat henkilöt olemme ihan tavallisia ihmisiä työ- ja opiskelukiireiden, perheen sekä harrastustemme kanssa. Vapaaehtoisten perustuva työ tärkeän asian parissa ja mahtavassa porukassa tehden ei kuitenkaan tunnu työltä. Toimenkuvien ja tehtävien laajuus vaihtelee ja jokaiselle löytyy varmasti sopiva. Kaikkien työpanosta tarvitaan.

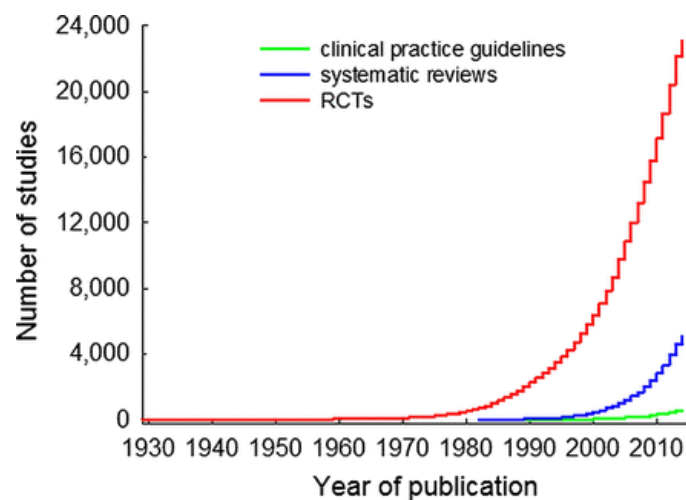
Jos toimintamme kiinnostaa ja olet hiukankin halukas vaikuttamaan alan asioihin, on vuosikokous erinomainen tilaisuus tulla tutustumaan toimintaan, toimenkuviin sekä ihmisiin yhdistyksen taustalla. Tarvittaessa voit myös ottaa yhteyttä puheenjohtajanaa, toimijoihimme ja kysyä lisätietoja.

Alueen ammattilaiset

Alueen ammattilaiset-palsta nostaa esille alueellamme toimivien ammattilaisten osaamista ja asiantuntijuutta. Palsta on erinomainen keino tuoda äänensä kuuluviin – kertoa esimerkiksi omasta yritystoiminnasta, jakaa ajatuksia tai tietoa erikoisosaamisestaan. Tällä kerralla olemme saaneet kirjoittajavieraksi fysioterapeutti **Sauli Lietzénin**. Sauli opiskelee fysioterapiaa Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisessä tiedekunnassa ja työskentelee sekä julkisella että yksityisellä sektorilla fysioterapeuttina. Aiheena on ajankohtaisesti tiede ja näyttöön perustuvuus fysioterapiassa.

Kaikki tiede ei ole yhtä arvokasta

Fysioterapia on varsin nuori tieteenala. Ensimmäinen satunnaistettu kontrollitutkimus (jatkossa RCT) tehtiin vuonna 1929 ja ensimmäinen kirjallisuuskatsaus 1982. Fysioterapian tutkimus on lisääntynyt viime vuosina räjähdysmäisesti. 2014 PEDro tietokannassa oli vähän yli 23 tuhatta RCT:tä, vähän yli 5 tuhatta systemaattista kirjallisuuskatsausta ja 512 hoito-ohjetta. [1] Nyt siellä on yli 35 tuhatta RCT:tä, yli 9 tuhatta systemaattista kirjallisuuskatsausta ja yli 6 sataa hoito-ohjetta [2].



Kuva 1 Tutkimuksien määrä [1]

Fysioterapiatutkimuksen laatu on parantunut samalla, kun julkaisuja on tullut lisää. RCT:erien metodit ja raportointi on parantunut [3] ja samalla alan lehtien julkaisujen laatu on parantunut [4]. Kuitenkin fysioterapiatutkimuksen laadussa on edelleen parantamisen varaa ja kehityksen ei tule loppua.

Fysioterapiatutkimuksia on paljon ja vaikka niiden laatu on keskimäärin parantunut, tarvitsee edelleen hyvää tiedelukutaitoa ja kriittistä ajattelua, erottaakseen tutkimuksista laadukkaat vähemmän laadukkaista ja päästäkseen hyvän tieteellisen tiedon jäljille. Se, että aihetta on tutkittu ei vielä tarkoita, että aiheelle olisi näyttöä tai tieteellistä tukea. Jos jotain asiaa tutkitaan paljon, mutta yksikään tutkimus ei laadultaan ole riittävän hyvä, ei myöskään näyttö ole vahvaa. Tutkimuksen laatu määrää tutkimuksen tieteellisen arvon.

Fysioterapeuttien tiedelukutaidossa on parantamisen varaa!

Fysioterapeuttien itse kokema tieteenlukutaito on korkeampi, kuin tieto näyttöön perustuvista käytänteistä antaisi olettaa. 70 % fysioterapeuteista ilmoittaa omaavansa hyvän taidon käsitellä tieteellistä tietoa, kuitenkin vain 12-36 % fysioterapeuteista osasi vastata oikein kysymyksiin näyttöön perustuvista käytänteistä ja vain 28 % fysioterapeuteista haki säännöllisesti tieteellistä tietoa. Korkeampi koulutus lisää fysioterapeutin kykyä tulkita tieteellistä tietoa, hakea sitä ja samalla lisää tietämystä näyttöön perustuvista käytänteistä. [5] Fysioterapeutin tutkinto antaa pohjan tieteellisen tiedon hakemiselle ja lukemiselle sekä koulutus kannustaa kriittiseen ajatteluun, mutta ilman omaa mielenkiintoa ja harrastuneisuutta koulun antamat eväät tieteellisen tekstin kriittiseen arviointiin jää vähäisiksi. Tiedelukutaitoa voi harjoittaa lukemalla tieteellistä tekstiä, kuitenkin fysioterapeutit varsin vähän lukevat tieteellistä tietoa. Suurimmaksi esteeksi ilmoitetaan ajan puute ja työn kiireisyys. [6, 7]

Tämä ilmiö näkyy työelämässä. Fysioterapeutteja kiinnostaa tieteellinen tieto, mutta alan tutkimuksiin ja uuteen kirjallisuuteen tutustumista tapahtuu liian vähän. Kun tietoa hankitaan, haetaan tietoa yksinkertaisella google-haulla tai usein tyydytään tutustumaan muutamiin tutkimuksiin ja niiden abstraktien lukemiseen. Pienellä vaivalla ja paneutumisella fysioterapeutit pystyisivät parantamaan omaa tiedelukutaitoa ja tiedonhakutaitoa.

Fysioterapian näyttöön perustuvuus on ennen kaikkea asiakkaan ja kuntoutujan oikeus. Fysioterapeutilla on velvollisuus hoitaa ja auttaa asiakasta parhaalla mahdollisella ja mahdollisimman tehokkaalla tavalla. Tutkittu tieto ja tiede ovat parhaita keinoja löytää tehokkaimpia ja toimivia ratkaisuja asiakkaiden auttamiseen. Se ei tarkoita, että kaikkien asiakkaiden kuntoutuksen tulisi olla samanlaista, mutta tutkittu tieto antaa fysioterapialle suunnan ja yhdessä kriittisen ajattelun kanssa fysioterapeutti suunnittelee asiakkaalle yksilöllisen parhaan mahdollisen kuntoutuksen. Näyttöön perustuvuus tarkoittaa sitä, että luovumme keinoista, jotka eivät ole tehokkaita ja otamme käyttöön ne menetelmät jotka ovat tehokkaita. Jos jostain aiheesta ei ole valmiiksi tehtyä näyttöön perustuvaa hoito-ohjetta, tulisi fysioterapeutin etsiä tietoa itse. Parhaiten tieteellisen tiedon etsimiseen ja tulkintaan valmistaa juuri jatkokouluttautuminen.

Jyväskylässä Suomen ainoa fysioterapian yliopisto-ohjelma

Fysioterapian maisteriopintoihin Jyväskylän yliopistoon voivat hakea kevään yhteishaussa ne, joilla on fysioterapeutin tai muun soveltuvan liikunta- tai kuntoutusalan ammattikorkeakoulututkinto. Opintoihin voi hakea joko fysioterapian asiantuntijalinjalle tai terveystieteiden (fysioterapian) opettajakoulutusohjelmaan. Koulutus on akateeminen, uusimpaan tieteelliseen tietoon pohjaava koulutus. Täyspäiväisesti opiskellessa opintojen kesto on 2,5 vuotta. Lisäksi Jyväskylän yliopistossa on mahdollista opiskella tohtoriksi fysioterapiasta.

Opiskelijan näkökulma

Yliopisto-opintojen tärkein anti on oppia hakemaan ja tulkitsemaan tieteellistä tietoa ja oppia kirjoittamaan tieteellistä tekstiä. Fysioterapian maisteriopinnot keskittyvät hyvin paljon tieteen metodeihin ja terveystieteen tulkitsemiseen. Opinnoissa on vähän fysioterapiaan ja kuntoutukseen tieteenä syventyvää opiskelua, mutta selkeästi enemmän terveystieteen metodeja.

Opintoja ei pysty tekemään täysin etäopiskellen, koska opintoihin kuuluu paljon pakollista läsnäoloa ja ryhmätöitä. Ryhmätöissä ja yliopistolla työskennellessä saa toisen suuren hyödyn opinnoista. Opintojen aikana voi verkostoitua ja saa uusia kontakteja työ- ja yliopistomaailmaan.

Vaikka opintojen pituudeksi on ilmoitettu 2-2,5 vuotta, kannattaa varautua pidempään opiskelu-aikaan. Jos opintoja ei pysty toteuttamaan täyspäiväisesti, on 2,5 vuotta tiukka aikataulu. Itse olen opiskellut töiden ohessa koko opiskeluaikani, ensimmäisen vuoden opiskelin täyden työajan ohella etänä ja avoimen yliopiston kautta ja tänä vuonna olen opiskellut puolikkaan työajan kanssa samanaikaisesti. Opinnot on mahdollista sovittaa jossain määrin yhteen työn kanssa, mutta sovittaminen vaatii joustavuutta ja valmiutta uhrata aikaa. Muutenkin opiskelujen aikana tulee olla valmis käyttämään vapaa-aikaa ja panostamaan opiskeluun. Opiskelu on kuitenkin kaiken sen arvoista. Itselle maisteriohjelman haku ei ollut vaikea päätös, sillä olen ollut aina kiinnostunut tieteestä ja fysioterapiaopintojen opinnäytetyötä tehdessä heräsi halu opiskella lisää.

Sir **Isaac Newton** sanoi: *"Jos olen nähnyt muita kauemmas, se johtuu siitä, että olen seissyt jättiläisten harteilla"*. Jättiläiset eivät tässä analogiassa tarkoita yksittäisiä ajattelijoita tai tieteen tekijöitä, vaan tiedettä kollektiivisesti. Fysioterapia on nuori tieteenala ja pitkään meillä ei ollut jättiläistä, jonka harteilla seistä. Nyt se on alkanut nousta ja meillä kaikilla on mahdollisuus nähdä kauemmas.



Sauli Lietzén

28-vuotta

Fysioterapeutti ja fysioterapian maisterivaiheen opiskelija

Valmistunut 2016 / JAMK

Kiinnostuksen kohteet: tiede, voimaharjoittelu ja musiikki

Kuvan ottanut: Sannina Salin

Lähteet:

- [1] Kamper, J., Moseley, A., Herbert, R. Maher, C., Elkins, M. & Sherrington, C. 2014. 15 years of tracking physiotherapy evidence on PEDro, where are we now? *British Journal of Sports Medicine*. 49/14. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2014-094468>
- [2] Physiotherapy Evidence Database - PEDro. 2020. <https://www.pedro.org.au/>
- [3] Moseley, A., Herbert, R. Maher, C., Elkins, M. & Sherrington, C. 2011. Reported quality of randomized controlled trials of physiotherapy interventions has improved over time. *Journal of Clinical Epidemiology*. 64/6. 594-601. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2010.08.009>

[4] Cigna, C., Baccini, M. & Rinaldi, L. 2009. Types of article published in physiotherapy journals: a quantitative analysis. *Physiotherapy Research International*.

<https://doi.org/10.1002/pri.447>

[5] Nilsagård, Y. & Lohse, G. 2010. Evidence-based physiotherapy: A survey of knowledge, behaviour, attitudes and prerequisites. *Advances in Physiotherapy*. 12/4. 179-186.

[6] Kamwendo, K. 2006. What do Swedish physiotherapists feel about research? A survey of perceptions, attitudes, intentions and engagement. *Physiotherapy Research International*.

<https://doi.org/10.1002/pri.238>

[7] Honkala, P. 2013. Fysioterapeutit ja tutkitun tiedon käyttö. Opinnäytetyö, JAMK.

FYSIOTERAPIAUUTISET JA AJANKOHTAISET ASIAT

Vuoden fysioterapeutti 2019

Vuoden fysioterapeutti-palkinto jaetaan vuosittain jollekin alamme ansioituneelle vaikuttajalle. Valinnan tekee Suomen fysioterapeutit yhdessä Tempur Sealy Suomi Oy:n kanssa. Suomen fysioterapeuttien sivuilla kuvataan, että vuoden fysioterapeutti on ”...*fysioterapia-alan esikuva, innovatiivinen toimija ja tunnustettu vaikuttaja.*” Arvokkaan tunnustuksen lisäksi valittu saa Tempurin 2000e arvoisen lahjakortin.

Vuoden 2019 fysioterapeutiksi valittiin terveystieteiden dosentti **Jyrki Kettunen**. Näin Suomen fysioterapeutit kuvaa Kettusta: ”*Käytännönläheinen tutkija ja fysioterapiasuositustyön vahva tekijä Suomessa. Kettunen sai tunnustuksena työstään valinnan vuoden 2019 fysioterapeutiksi. Hänellä on yli 20 vuoden kokemus tutkimuksesta, ensin silloisessa Orton Invalidisäätiössä ja vuodesta 2010 lähtien ammattikorkeakoulu Arcadassa. Kettunen korostaa myös tutkimusetiikan tärkeyttä kaikessa tutkimus- ja kehitystyössä.*”

Lämpimät onnittelut, Jyrki!

Erikoisasiantuntijanimikkeen haku huhtikuussa

Suomen fysioterapeutit myöntää ansioituneille jäsenilleen erikoisasiantuntijanimikkeitä. Hakuaika on kaksi kertaa vuodessa, huhti- ja lokakuussa. Nimikkeen saaminen edellyttää hakijalta vahvaa kliinistä kokemusta sekä fysioterapia-alan teoreettista hallintaa, jotka pis- teytetään omissa sektoreissaan. Nimikettä ei voida myöntää pelkästään opintojen tai pit- kän työkokemuksen perusteella, vaan kriteeristöissä on huomioitu fysioterapeuttien maail- manjärjestön WCPT:n ja Euroopan aluejärjestön fysioterapian erikoistumista koskevat kannanotot.

Nimike on voimassa viisi vuotta sen myöntämisestä. Toisen päivityksen jälkeen voimassa- oloaika on 10 vuotta. Nimikkeitä myönnetään eri kategorioista, joita ovat mm. neurologis-

ten aikuisten fysioterapia, lasten fysioterapia, työfysioterapia ja TULE fysioterapia. Lisätietoja: toimisto@suomenfysioterapeutit.fi, p. 0207 199 590

Hakulomakkeen ja kriteeristöt löydät sivulta:

<https://www.suomenfysioterapeutit.fi/jasenet/palvelut-ja-edut/fysioterapian-erikoisasiantuntija/>

Fysioterapia & kuntoutus

Suomen fysioterapeuttien suosittu koulutustapahtuma järjestetään jälleen syksyllä! Tällä kertaa ajankohtana 30.9.-1.10. ja paikkana Helsingin messukeskuksessa. Puhujina muun muassa Hannu Luomajoki, Mikko Patovirta, Juho Korpi ja Ulrika Björkstram. Lisäksi ohjelmassa fysioterapian myytinmurtajat, käytännön toimintamallien esittelyä ja pienryhmätyöskentelyä. Tarkemmat tiedot esiintyjistä ja ohjelmistosta tullaan julkaisemaan kevään aikana. Early bird-hinnat ovat voimassa **29.2.2020** asti.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: <https://fysioterapiamessut.expomark.fi/info/>

Liiton jäsenmaksut 2020

- Työssäkäyvät 1,2 % päätoimen bruttopalkasta
- Yrittäjät 170€ / vuosi
- Peruskoulutuksessa olevat opiskelijat 45 € / vuosi
- Eläkeläiset 49€ / vuosi (pl. ennen 2010 eläkkeelle jääneet jäsenet, joiden jäsenyys on maksuton)
- Tällä hetkellä työelämästä poissaolevat (esim. perhe- ja hoitovapaa, ase- tai siviilipalvelus, työttömyys, lomautus, vuorotteluvapaa, ulkomailla työskentely, sairausloma, aikuiskoulutustuki), jotka eivät saa palkkatuloa Suomesta 7€ / kk

Mikäli kuulut työsi puolesta toiseen ammattiliittoon, voit kuulua Suomen Fysioterapeuttien **rinnakkaisjäsenenä 101 € vuosimaksulla**. Jäsenedut ovat silloin rajoitetut.

Lisätiedot ja ohjeet: <https://www.suomenfysioterapeutit.fi/jasenet/jasenyys/jasenmaksut/>

YRITTÄJILLE

Vuodesta 2020 on tulossa historiallinen vuosi Keski-Suomen fysioterapeuteille – yhdistyksemme täyttää huikeat 50 vuotta. Toivomme kaikkien yrittäjäjäseniemme, niin laitoksien omistajien kuin itsenäisten ammattiharjoittajien osallistuvan sankoin joukoin juhlimaan kanssamme.

Viime vuonna elokuussa järjestimme yrittäjille suunnatun Päijänneristeilyn Ms Rhealla, jossa meitä oli tusinan verran fysioterapeutteja verkostoitumassa ja vaihtamassa kuulumisia hyvän ruoan ja ihanien maisemien äärellä. Ilta oli oikein leppoisa ja onnistunut. Jos sinulla on ideoita ja toivomuksia koulutusten tai tapahtumien suhteen, voit olla meihin rohkeasti yhteydessä sähköpostitse tai puhelimitse.

Infoa yrittäjille löytyy: Suomen fysioterapeuttien nettisivuilta www.suomenfysioterapeutit.fi sekä Keski-Suomen fysioterapeuttien nettisivuilta www.keskisuomenfysioterapeutit.fi

Mukavaa ja energistä alkanutta vuotta kaikille!

Terveisin yrittäjätoimikunta,

Anu ja Liis



JAMK Opiskelijatoimikunta

Syyslukukausi on takana ja akut toivottavasti ladattu joulun kontaktitauon aikana. Kevään opinnot tuovat jälleen tullessaan uutta tietoa sekä taitoa teorian ja käytännön muodossa. Monilla edessä on työssäoppimisjakso, ehkä ensimmäinen sellainen. Odotukset ovat usein korkealla ja hieman pelonsekaisetkin. Käytännön harjoittelu on varmasti yksi antoisimmista tavoista opiskella. Käytäntöä ei opi kuin tekemällä ja paras tapa harjoitella on juuri aitojen tilanteiden äärellä. Työyhteisöt, asiakastilanteet ja harjoittelua ohjaavan työelämän fysioterapeutin ammattitaito tarjoavat loistavan tilaisuuden hamuta itselleen uutta tietoa ja kokemusta. Juuri sitä varten harjoittelu on.

Opiskelijalta ei koskaan odoteta sitä, että hän osaisi ja tietäisi kaiken. Tässä työssä ei koskaan tule valmiiksi ja olet ikuinen opiskelija! Me työelämän fysioterapeutit olemme iloisia teistä opiskelijoista ja toivomme, että saamme auttaa ja innostaa teitä parhaamme mukaan. Harjoittelujaksot ovat antoisia myös meille – saammehan käyttöömmme ylimääräisen käsiparin, toimeliaan ja ajantasaista tietoa mielessään kantavan tulevan kollegan. Opiskelijan ohjaaminen muistuttaa suuntaamaan ajatukset omiin terapiasisältöihin ja laittaa pohtimaan, miksi itse toimii tietyissä tilanteissa tietyllä tavalla. Vaatisiko oma toiminta kenties päivittämistä? Hedelmällisintä harjoitteluohjaus onkin juuri silloin, kun ammattilainen ja harjoittelija tuovat tilanteeseen omaa tietotaitoaan ja kokemustaan ja löytävät konsensuksen toimia.

Jos mietitään, millaisia ominaisuuksia hyvällä fysioterapeutilla voisi olla, löytyisi listauksesta kenties: innovatiivinen, etsii uusinta tietoa ja soveltaa sitä käytäntöön, analysoi ja perustelee toimintaansa ja on hyvä vuorovaikuttaja. Mieli kannattaakin pitää avoimena ja kyseenalaistaa asioita sekä etsiä tietoa! Ei siis todellakaan hätää, jos vielä menee sormi suuhun asioiden äärellä. Osaat varmasti paljon. Ja aina voi etsiä lisätietoa, soveltaa ja kehittää omaa osaamista. Ottakaa siis kaikki ilo käytännön harjoittelusta ja osallistukaa koulutuksiin. Olkaa omatoimisia, kyselkää ja kyseenalaistakaa rohkeasti. Aina se 20 vuotta alalla ollut ei ole viisaampi! Harjoitteluun mennessä on myös hyvä pitää mielessä, että moni fysioterapeuttiopiskelija on työllistynyt hyvin menneen harjoittelun jälkeen. Ajattele tilaisuutta pitkänä työhaastatteluna ja anna parastasi. Se palkitaan!

Kannustaen, opiskelijavastaava *Eveliina Rauhansalo*

Opiskelijajäsenyys kannattaa

Opiskelijajäsenyys tarjoaa mahtavan tavan verkostoitua alueemme muiden fysioterapeuttien kanssa ja mahdollistaa edullisen lisäkouluttautumisen opiskeluaikana. Yhdistyksen jäsenenä olet perillä alamme tapahtumista ja uutisista sekä alueemme koulutuksista ja avoimista työpaikoista. Mikä parasta - opiskelijana et maksa jäsenyydestäsi mitään! Siitä huolimatta olet oikeutettu kaikkiin samoihin etuihin, kuin muutkin jäsenemme.

Haluamme tukea ja innostaa myös alueemme opiskelijoita syventämään ammattiosaamistaan järjestämällä vain opiskelijoille avoimia koulutuksia, opiskelijaystävälliseen hintaan. Koulutusten aiheet on pyritty valitsemaan juuri teidän opiskelijoiden toiveiden ja tarpeiden perusteella. Muistamme myös opiskelijajäseniämme valmistumisen hetkellä, jolloin jokainen valmistuva saa liiton jäsenmerkin. Lisäksi palkitsemme vuosittain yhden opiskelijan hieman suuremmalla muistamisella. Opiskelijat ovat myös päässeet valitsemaan joukostaan jäsenopiskelijan, joka on saanut lahjakortin johonkin alueemme koulutukseen. Olemme tarjonneet valmistuville lukuisat kakkukahvit ja tukeneet myös valmistujaispaikan tilavuokrassa. Toiveemme on olla mukana tukemassa jäsentemme ammatillaisuutta opiskelemaan pääsystä valmistumiseen ja työelämään saakka.

Syksyllä 2019 palkitsimme opettajien ja opiskelijoiden valinnan perusteella **Leevi Hakosen** ja **Jasmi Latvalan**. Molemmat saivat 100e koulutuslahjakortit. Onnea!

Liittymisohjeet

Jos haluat Keski-Suomen fysioterapeuttien jäseneksi, tulee sinun olla Suomen fysioterapeuttien jäsen. Opiskelijana SF-jäsenmaksusi on edullisempi, kuin työssäkäyvillä ja kuten sanottua – paikallisyhdistyksemme jäsenmaksua (14e/vuosi) et joudu maksamaan koko opintojesi aikana. Jäsenyyttä haetaan kirjallisella lomakkeella, jonka voi täyttää sivulla www.suomenfysioterapeutit.fi

Suomen fysioterapeuttien jäsenyyttä voi hakea kolmella tavalla:

Vaihtoehto 1 on kuulua jäseneksi jonkun 15 eri jäsenyhdistyksen kautta, jolloin on myös meidän jäsenemme (yksi jäsenyhdistys on Keski-Suomen fysioterapeutit ry).

Vaihtoehto 2 voit 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 (voit liittyä lisäksi yhdistyksen jäseneksi)

Jos sinulle heräsi kysyttävää yhdistyksen toiminnasta tai jäsenyysasioista, voit olla yhteydessä opiskelijavastaaviimme! He toimivat apujoukkoina juuri tällaisissa asioissa.

Yhdistyksen opiskelijayhdyshenkilö Pirjo Mäki-Natunen (fysioterapian lehtori)

pirjo.maki-natunen(at)jamk.fi

Opiskelijavastaava Eveliina Rauhansalo (työelämän fysioterapeutti)

eveliina.rauhansalo(at)gmail.com

JAMK opiskelijavastaavat

Leevi Hakonen, leevi.hakonen(at)gmail.com.

Ina VillbergL5055(at)student.jamk.fi

Katri Jutila:L4304(at)student.jamk.fi

Fysioterapian koulutusohjelman uudet opinnäytetyöt

Opinnäytetyöt tarjoavat opiskelijoille loistavan mahdollisuuden kehittää osaamistaan ja syventää tietämystään aiheesta. Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää valmiutta soveltaa niitä tietoja ja taitoja, joita koulutuksessa on hankittu, edistää kriittistä ajattelua ja hioa analysointitaitoja. Opinnäytetyöllä tuodaan esiin omaa osaamista ja laadukkaasti tehty työ voi poikia monenlaisia työmahdollisuuksia tulevaisuudessa. Jyväskylän ammattikorkeakoulussa valmistuu vuosittain lukuisia laadukkaita opinnäytetöitä. Oheen kerätty syksyn 2019 työt.

Opinnäytetyöt JAMK / SYKSY 2019

- Ojanen, Oskari ja Tuovinen, Jonna. [Tukijalan linjaus 90 asteen suunnanmuutoksen aikana amerikkalaisessa jalkapallossa](#)
- Nikkinen, Aleksu [Akupunktio niskakipujen hoidossa](#)
- Palmroth, Aarno, Karjalainen, Veera ja Kärkkäinen, Anni [Tyttökoripalloilijoiden fyysisen kuormittavuuden ja palautumisen seuranta leiriolosuhteissa](#)
- Siitonen, Laura [Lasten painonhallintaryhmän toiminnan mallintaminen](#)
- Penttinen, Tuula ja Vassari, Heidi [Plantaarifaskiopatian kivunhoito](#)
- Niemi, Erik ja Palviainen, Ella [Alaraajojen lihasten mekaaninen hierontakäsittely ja rasituksesta palautuminen : Frictor-hierontalaitteen vaikutukset vertikaalihyppyyn rasituksen jälkeen](#)
- Latvala, Jasmi [Primitiivirefleksit aikuisilla](#)
- Räsänen, Kiia [Painehaavat – Kenelle ne kuuluvat?: Haastattelututkimus painehaavojen ennaltaehkäisy- ja hoitokäytänteistä ja vastuunjaosta](#)
- Toivonen, Anni [Lukioikäisten lentopalloilijoiden lannerangan rasisuurtumien riskitekijöiden kartoittaminen](#)
- Löytynoja, Kaisa. [Alaselän rankaperäiset vaaran merkit: oireet, fysioterapeuttinen tutkiminen ja erotusdiagnoosiikka](#)
- Laitinen, Enni. [3-4 vuotiaan lapsen motorisen kehityksen tukeminen ohjatun ryhmäliikunnan avulla : Opas ohjaajalle](#)
- Arpiainen, Nelli [Alaselän rankaperäiset vaaran merkit: oireet, fysioterapeuttinen tutkiminen ja erotusdiagnoosiikka](#)

KOULUTUKSET

Siirryimme syksyllä 2019 käyttämään verkkokauppaa koulutukseen ilmoittautumisen ja maksujen hallinnassa. Luethan koulutusinfon ja ilmoittautumisohteet huolellisesti!

Koulutusinfo

1. Koulutukset ovat vain Keski-Suomen fyysioterapeuttien jäsenille! Jäsenmaksun tulee olla maksettuna koulutukseen ilmoittautuessa.
2. Koulutuksiin ilmoittaudutaan yhdistyksen kotisivuilla ilmoittautumisaikana. Etu- ja jälki-ilmoittautumisia tai muuta kautta tulevia ilmoittautumisia **ei** oteta vastaan.
3. Ilmoittautuminen on sitova. Sairaustapauksissa koulutusmaksusta palautetaan puolet lääkärinotodistusta vastaan.
4. Koulutus voidaan perua yhdistyksen yksipuolisella päätöksellä, jos minimiosallistujamäärä ei tule täyteen. Tässä tapauksessa koulutusmaksu palautetaan täysimääräisenä.
5. Esitäthän koulutukseen liittyvät kysymykset ja tiedustelut suoraan koulutuksen vastuuhenkilölle. Vastuuhenkilön nimi ja yhteystiedot löytyvät koulutusilmoituksesta.



Ilmoittautumisohje koulutuksiin

Koulutuksiin ilmoittautuminen tapahtuu sivulla <https://ksft.tapahtumiin.fi/fi/>. Koulutuksiin voi ilmoittautua vain ilmoittautumisaikana. Tarkistathan huolellisesti, milloin haluamaasi koulutukseen tulee ilmoittautua. **Emme ota vastaan etukäteis- tai jälki-ilmoittautumisia.** Jokaisen koulutuksen tarkan ilmoittautumisajankohdan löydät koulutuskalenterista. Koulutuksiin ilmoittautuminen alkaa pääsääntöisesti aamulla klo 07:00 ja päättyy viimeisenä ilmoittautumispäivänä klo 23.59

Koulutusmaksu suoritetaan verkkokaupassa ilmoittautumisen yhteydessä tai laskulla. Huomioithan, että valitessasi maksutavaksi laskun, loppusummaan lisätään laskutuslisä.

HUOM! Osallistuja on aina vastuussa osallistumismaksunsa hoitamisesta. Yhdistys ei selvitä mahdollisia maksuasioita tai epäselvyyksiä esimerkiksi laskun maksavan työnantajan kanssa.

LISÄTIETOJA: Koulutusvastaava Mari Kallioinen, kallioinen.mari(at)gmail.com

TERVETULOA KOULUTUKSIIN!

KEVÄÄN 2020 KOULUTUSKALENTERI

1. Purentaelimistön toimintahäiriöt (TMD)

Kouluttaja: Hanna Pohjola, tanssitaiteen tohtori, terveystieteiden maisteri (liikuntalääketiede), fysioterapeutti

Ajankohta: 13.3.2020, klo 12-17

Ilmoittautuminen: 20.1.-17.2.

Hinta: 60€

Paikka: Jyväskylä, paikka ilmoitetaan myöhemmin

Minimi/maksimi: 8/22

Vastaava: Liis Kukkonen, kukkonenliis(at)gmail.com

Koulutuksessa paneudutaan TDM-potilaan manuaaliseen kliiniseen tutkimukseen ja tarkastellaan käytännön läheisesti ns. "hands on" -tyyppisesti parentalihasten palpaatiota, toimintaa sekä pehmytkudos- ja trigger-/ fasciakäsittelyä.

2. Opiskelijakoulutus – Liikkujan syvät lihakset ja lantionpohja

Kouluttaja: Annakaisa Hinkkanen, äitiys- ja lantiopohjafysioterapeutti

Ajankohta: 7.4. 17-19

Ilmoittautuminen: 13.2.-12.3.

Hinta: 25e

Paikka: ilmoitetaan myöhemmin

Minimi/maksimi: 12/22

Vastaava: Eveliina Rauhansalo,

Lantionpohjan lihaksilla on suuri merkitys keuhonhallinnan ja ryhdin kannattelussa muiden keskivartalon lihasten tavoin. Lantionpohjan lihakset ovat tiiviissä yhteydessä syviin vatsa- ja selkälihaksiin ja tukevat myös alaselkää. Näiden lihasten tarkoitus on ylläpitää optimaalista vatsaontelon sisäistä painetta ja keskivartalon tukea liikuntasuorituksen aikana. Runsaasti urheilevilla lantionpohjan lihaksissa voi esiintyä yliaktiivisuutta, sillä kovat ponnistukset ja iskuja sisältävä rasitus aiheuttavat lantionpohjalle räsitusta.

Workshop sisältää:

Teoriaosuuden syvien lihasten ja lantionpohjan toiminnan vaikutuksista harjoitteluun. Saat workshopissa käytännön harjoitteita lantionpohjan oikeaoppiseen harjoitteluun sekä keinoja yhdistää nämä osaksi muuta harjoittelua. Lisäksi opit kuinka rentouttaa lantionpohjaa ja vähentää sen epätaloudellista kuormitusta

3. Olkapäävaivojen taustalla olevat tekijät, erotusdiagnostiikka ja tutkiminen

Kouluttaja: Jari Rautiainen, omt ft, tules asiantuntija

Ajankohta: 20.4.2020, ma klo 17-20

Ilmoittautuminen: 24.2.-22.3.

Hinta: 55€

Paikka: Ksks, luentosali ½, keskussairaalantie 19, JKL

Minimi/maksimi: 12/22

Vastaava: Mari Kallioinen, kallioinen.mari(at)gmail.com

Koulutuksen tavoitteena:

- Pyrkii tuomaan esille tutkittua tietoa ja sen soveltamista käytäntöön yleisimpien olkapääongelmien hoidossa
- Selkeyttää yleisimpien olkaongelmien ja -oireiden taustalla olevia eri tekijöitä
- Kehittää olkanivelen osalta kliinisen tutkimisen tietoa ja taitoa
- Parantaa erotusdiagnostiikkaa olkaongelmien osalta
- Lisätä ymmärrystä olkanivelen kiputilojen ”monimuotoisuudesta” ja alaryhmistä

4. Olkapäävaivojen kuntoutus ja terapeuttinen harjoittelu

Kouluttaja: Jari Rautiainen, omt ft, tules asiantuntija

Ajankohta: 11.5.2020, ma klo 17-20

Ilmoittautuminen: 16.3.-19.4

Hinta: 55€

Paikka: Ksks, toimintakykylabora, keskussairaalantie 19, JKL

Minimi/maksimi: 12/22

Vastaava: Mari Kallioinen, kallioinen.mari(at)gmail.com

Koulutuksen tavoitteena:

- Parantaa erotusdiagnostiikkaa olkapääongelmien osalta
- Kehittää tietoa ja taitoa yleisimpien olkapääongelmien, -oireiden ja toiminnanhäiriöiden kuntouttamiseen (manuaalinen terapia, terapeuttinen harjoittelu)

5. FM II -Fasciamanipulaatio®

Kouluttaja: Tiina Lahtinen- Suopanki

Ajankohta: 1. osa 25-27.5, 2. osa elokuu (tarkempi ajankohta selviää myöhemmin)

Ilmoittautuminen: 30.3.-26.4.

Hinta: 989€

Paikka: Fysios Muurame

Vastaava: Anu Lahtinen anu.lahtinen(at)rokki.net

Fasciamanipulaatio (FM) on italialaisen fysioterapeutin, Luigi Steccon kehittämä menetelmä. Menetelmässä huomio kohdistuu lihasten, syvän fascian ja sen osatekijöiden väliseen toiminnalliseen suhteeseen. Fasciamanipulaatio-menetelmä esittelee kokonaisen biomekaanisen mallin, joka auttaa tulkitsemaan fascian osuutta tuki- ja liikuntaelimestön toimintahäiriöissä. Menetelmän perusajatuksena on tunnistaa tarkka, paikallinen fascian alue, joka liittyy tiettyyn rajoittuneeseen liikkeeseen. Kun rajoittunut tai kivulias liike on löydetty, tunnistetaan paikallinen fasciassa oleva alue ja tätä tarkasti määritettyä aluetta manipuloimalla voidaan palauttaa liikkeen laajuus ja kivuttomuus.

Steccon Fasciamanipulaatiotaso on jaettu kolmeen tasoon. Toisella tasolla (level 2) opetellaan fuusiokeskukset (CF), jotka yhdistyvät toisiinsa diagonaaleja ja spiraaleja pitkin. Nämä pisteet ovat erittäin tärkeitä proprioseptisissä häiriöissä. Koulutus kestää yhteensä 6 päivää ja se on jaettu kahteen 3 päivän osioon. Jokaisen osion jälkeen järjestetään kirjallinen teoriakoe. **Level 2 osallistumisen ennakkovaatimuksena suoritettu taso 1.**

KESKUSSAIRAALAN FYSIATRIAN KOULUTUKSET

”Kunnan tai sairaanhoitopiirin kuntayhtymän on huolehdittava siitä, että terveydenhuollon henkilöstö, mukaan lukien sen yksityisen palveluntuottajan palveluksessa oleva henkilöstö, jolta kunta tai kuntayhtymä hankkii palveluja, osallistuu riittävästi terveydenhuollon täydennyskoulutukseen.” (Terveydenhuoltolaki)

Fysiatrian yksikön järjestämät torstaikoulutukset käynnistyivät tuttuun tapaan tammikuun toisella viikolla Marja Arkelan toimintakykyluennolla. Seuraavaksi vuorossa oli osaston ylilääkäri Lauri Alanko, joka luennoi mediassa paljon esillä olleesta aiheesta: nuorten urheilijoiden rasitusperäisistä selkämurtumista. Kevään koulutustarjonta sisältää jälleen monipuolisen kattauksen Luennoitsijoina päästään jälleen kuulemaan useita alan asiantuntijoita sekä käytännön työn että tutkimuksen puolelta.

Luentoja voit seurata halutessasi paikan päällä keskussairaalan auditoriossa (ei vaadi ilmoittautumista) tai etänä internetyhteyden kautta. Luentojen seuraaminen etänä vaatii yksityisiltä fysioterapiayrityksiltä sopimuksen fysiatrian yksikön kanssa.

Fysiatrian torstaikoulutuskalenteri kevät 2020

Aika: torstaisin klo 8:05 – 9:00

(luento n. 40 min + keskusteluun 10 – 15 min)

Paikka Keskussairaala -1 kerros koulutustilat/auditorio, ellei toisin mainita.

HUOM! Mikäli luennoitsija on antanut luvan, luennot löytyvät Tules-kartan kautta.

AIKATAULUT 2020

Aika	Aihe ja luennoitsija
<i>tammikuu</i>	
9.1	Miten saada toimintakyvyn tukeminen meidän yhteiseksi vahvuudeksi, Marja Arkela, TtT, Osaamisen ja kuntoutuksen asiantuntija, KSSHHP
16.1	Nuorten urheilijoiden selkävaivojen rasitusmurtumat ja mitä murtumien taustalta löytyy, Lauri Alanko, osaston ylilääkäri, KSSHHP
23.1	Tieto- ja kirjastopalvelujen verkkosivujen sekä hakujärjestelmien esittely, KSSHHP seuraterveyskeskukset, Katri Koskinen, informaattikko, KSSHHP
30.1	"Inhimillisen kokemusmaailman ymmärtäminen ja tulkinta fysioterapiassa – fenomenologinen näkökulma tutkimusten valossa?". Pirjo Vuoskoski, yliopistolehtori, Jyväskylän yliopisto
<i>helmikuu</i>	
6.2	Kokemuksia biopsykososiaalisen alaselkäkipupotilaan hoitomallin jalkautuksesta perusterveydenhuollossa, Anna-Sofia Simula ft, ESSOTE
13.2	Asiakirjojen julkisuus ja salassapito terveydenhuollossa. Jussi Laitinen, johtava sosiaalityöntekijä, KSSHHP
20.2	Fybromyalgian diagnostisointi ja hoito. Jari Ylinen, fysiatrian ylilääkäri, KSSHHP
27.2	Hiihtoloma ei esitystä
<i>maaliskuu</i>	
5.3	Miesten prostatodynian ja prostatectomian fysioterapiahoidot. Teija Huhtala, ft, HUS
12.3	Lantionpohjan toimintahäiriöiden terapeuttinen harjoittelu MS-taudissa: Kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Sanna Tulokas, ft, TAYS
19.3	Ahdistusoire ja masennus kroonisen kivun taustalla. Tuula Pesonen, ylilääkäri psykiatria, KSSHHP
26.3	Selkäosteoporoosimurtuman tukien käyttö ja kuntoutus. Erikoistuva lääkäri, KSSHHP
<i>huhtikuu</i>	
2.4	Ikääntyvien kognitiiviset häiriöt, Riitu Puumalainen, psykologi, KSSHHP
9.4	Lasten kognitiiviset häiriöt, aistitiedon käsittelyn haasteet lapsipotilailla. Anne Hytönen, psykologi, KSSHHP
16.4	Akuutin ja kroonisen vaiheen allasterapia selkäkipuotilaille. Ben Waller, TtT, Goodboost
23.4	Niikkamurtuman fysioterapia. Teemu Elomaa, liikuntafysiologi, KSSHHP
30.4	Kroonisten selkäkipupotilaiden verkkopohjaisen ohjauksen käytettävyys näytön perusteella. Gradun tekijät Anna Aaltonen ja Noora Silvennoinen, Jyväskylän yliopisto
<i>toukokuu</i>	
7.5	Polven ja lonkan nivelrikon fysioterapia – suosituksen päivitetty ohjeet, Juhani Multanen, TtT, tutkijatohtori, Jyväskylän yliopisto
14.5	HaiPro-ilmoitusten mukaiset kaatumiset keskussairaalassa ja perusterveydenhuollossa. Gradun tekijät Hanna Hyvönen ja Elina Rannila, Jyväskylän yliopisto
21.5	Helatorstai ei esitystä
28.5	Pilatesharjoittelun vaikutus selkäkipuun, Annika Taulaniemi TtM, ft, UKK-instituutti

KUTSU VUOSIKOKOUKSEEN

Tervetuloa Keski-Suomen fysioterapeutit ry:n sääntömääräiseen vuosikokoukseen to 18.3.2020 klo 18 ravintola Bella Romaan!



Kokouksessa valitaan puheenjohtaja ja hallituksen erovuoroisten tilalle uudet varsinaiset ja varajäsenet, sekä käsitellään sääntömääräiset asiat. Kokouksessa käsitellään vuoden 2019 tili- ja toimintakertomus sekä tili- ja toimintasuunnitelma vuodelle 2020. Kokouksessa päätetään yhdistyksen jäsenmaksusta vuodelle 2021.

Nyt kannattaa ilmoittautua mukaan - arvomme vuosikokoukseen ilmoittautuneiden kesken ravintolalahjakortin!

Kokouksessa on ruokailu, jonka vuoksi sitovat ilmoittautumiset **13.3.2020** mennessä: **sanna.paasu(at)gmail.com**

Aika: 18.3.2020 klo 18:00

Paikka: Ravintola Bella Roma

Kauppakatu 41, 40100



Keski-Suomen fysioterapeutit 2019-2020

<p>Puheenjohtaja Sanna Paasu-Hynynen 044-5750555 sanna.paasu(at)gmail.com</p>			
<p>VARSINAISET JÄSENET</p> <p>Anu Lahtinen (jäsen sihteeri) anu.lahtinen(at)rokki.net</p> <p>Esa Niemistö (rahastonhoitaja) esa.niemisto(at)gmail.com</p> <p>Eveliina Rauhansalo (tiedotusvastaava) eveliina.rauhansalo(at)gmail.com</p> <p>Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com</p>	<p>VARAJÄSENET</p> <p>Maija Mannisenmäki (varapj, sihteeri) maija.mannisenmaki(at)gmail.com</p> <p>Mari Kallioinen kallioinen.mari(at)gmail.com</p> <p>Erkka Huhtinen erkka.huhtinen(a)outlook.com</p>		
<p>KOULUTUSTOIMIKUNTA</p>			
<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; border: none;"> <p>Koulutusvastaava Mari Kallioinen kallioinen.mari(at)gmail.com</p> <p>Erkka Huhtinen erkka.huhtinen(at)outlook.com</p> <p>Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com</p> </td> <td style="width: 50%; border: none;"> <p>Eveliina Rauhansalo eveliina.rauhansalo(at)gmail.com</p> <p>Esa Niemistö esa.niemisto(at)gmail.com</p> <p>Kirsi Pihlaja kirsimaria.pihlaja(at)gmail.com</p> </td> </tr> </table>		<p>Koulutusvastaava Mari Kallioinen kallioinen.mari(at)gmail.com</p> <p>Erkka Huhtinen erkka.huhtinen(at)outlook.com</p> <p>Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com</p>	<p>Eveliina Rauhansalo eveliina.rauhansalo(at)gmail.com</p> <p>Esa Niemistö esa.niemisto(at)gmail.com</p> <p>Kirsi Pihlaja kirsimaria.pihlaja(at)gmail.com</p>
<p>Koulutusvastaava Mari Kallioinen kallioinen.mari(at)gmail.com</p> <p>Erkka Huhtinen erkka.huhtinen(at)outlook.com</p> <p>Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com</p>	<p>Eveliina Rauhansalo eveliina.rauhansalo(at)gmail.com</p> <p>Esa Niemistö esa.niemisto(at)gmail.com</p> <p>Kirsi Pihlaja kirsimaria.pihlaja(at)gmail.com</p>		
<p>YRITTÄJÄTOIMIKUNTA Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com</p> <p>Anu Lahtinen anu.lahtinen(at)rokki.net</p>	<p>JAMK OPISKELIJAVASTAAVA Leevi Hakonen leevi.hakonen(at)hotmail.com</p> <p>Ina Villberg aöda(at)</p> <p>Katri Jutila</p>		
<p>YHDISTYKSEN OPISKELIJAVASTAAVA Eveliina Rauhansalo eveliina.rauhansalo(at)gmail.com</p>	<p>OPISKELIJAYHDYSHENKILÖ</p> <p>Pirjo Mäki-Natunen pirjo.maki-natunen(at)jamk.fi</p>		
	<p>POTILASASIAMIES Susanna Antikainen susanna.antikainen(at)fysios.fi p.050-3470737</p>		

MAINOS- JA ILMOITUSHINNAT

Hoidamme tapahtumasi mainonnan Tatsissa, Facebookissa ja sähköpostijakeluna.

Mainosasioissa voit olla yhteydessä tiedotusvastaavaamme

eveliina.rauhansalo(at)gmail.com

MAINOS-/ILMOITUSHINNAT 2020

Koko sivu 120€

½ sivua 60€

¼ sivua 30€

Kaikki mainoshinnat pitävät sisällään myös erillisen sähköpostimainoksen.