

Jäsen-Tatsi

1/2022

Keski-Suomen Fysioterapeutit ry:n jäsenlehti



Jäsen- Tatsi

JULKAISIJA

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

Kotisivu:

www.keskisuomenfysioterapeutit.fi

AINEISTON KOKOAJA

Tiedotusvastaava Eveliina Rauhansalo
eveliina.rauhansalo(at)gmail.com
Kuvat: Unsplash, Word kuvapankki

JAKELUMÄÄRÄ

n. 450 kpl

ILMESTYMINEN

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

ILMOITUKSET

Jäsen-Tatsiin myydään ilmoitus/mainospaikoja. 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](mailto:eveliina.rauhansalo(at)gmail.com)

viimeistään **10.8.2022** mennessä.

SISÄLLYS

PUHEENJOHTAJAN PILKKEET	5
TATSI 1 / 2022	6
KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTTIIEN UUTISET	7
Kannustusrahaa haettiin Lari Lautamäelle	7
Koulutusavustukset myönnetty	8
Alueen ammattilaiset	9
MoveFysio - uusi yritys vahvistamaan liikuntapääkaupungin nuoria urheilijoita	9
FYSIOTERAPIAUUTISET JA AJANKOHTAISET ASIAT	12
Epäspesifi selkäkipu- koulutukset jatkuvat	12
Suomen fysioterapeuttien hallitus 2022-2024	12
Erikoisasiantuntijanimikkeen haku huhtikuussa	13
Liiton jäsenmaksut 2022	14
YRITTÄJILLE	15
JAMK Opiskelijatoimikunta	16
Opiskelijajäsenyys	17
Liittymisohjeet	17
Fysioterapian koulutusohjelman uudet opinnäytetyöt	19
Opinnäytetyöt JAMK / SYKSY 2021	19
KOULUTUKSET	21
Koulutusinfo	21
Ilmoittautumisohje koulutuksiin	22
KEVÄÄN 2022 KOULUTUSKALENTERI	23
1. Kinesioteippaus	23
2. Opiskelijakoulutus: Urheiluteippaus	23

3. Huimauspotilaan kliininen tutkiminen ja hoito	23
4. ACL-vamman kuntoutus	24
KESKUSSAIRAALAN FYSIATRIAN KOULUTUKSET.....	25
Aikataulu 2022.....	26
KUTSU VUOSIKOKOUKSEEN.....	26
Keski-Suomen fysioterapeutit 2021-2022	28
MAINOS- JA ILMOITUSHINNAT	29

PUHEENJOHTAJAN PILKKEET

Tarmokasta vuotta 2022.

Innostavaa uutta vuotta teille jokaiselle. Viime vuodet ovat näyttäneet kuinka kaikesta voi selvitä, vaikka aika-ajoin tilanne näyttäisi synkältä. Kuntoutuksen asema on korostunut pandemian tuomien uudenlaisten terveyshaasteiden myötä ja jatkossa on tärkeää, että asemamme eteen tehdään aktiivisesti työtä. Suomen fysioterapeutit, erikoisalayhdistykset ja alueelliset yhdistykset ovat jälleen tehneet ansiokasta työtä fysioterapian tunnettavuuden, osaamisen ja kehittämisen puolesta. Tällä hetkellä käynnissä on mm. kunta-alan työsuhdeneuvottelut ja SOTE-sopimuksen työstäminen, joiden teemojen edestä liitto tekee aktiivista työtä.

Sosiaali- ja terveysalan uudistus etenee ja juuri nyt puheenaiheena on aluevaalit, joiden kautta valittava aluevaltuusto tulee toimimaan meidän jokaisen alueellisena edustajan järjestämässä sosiaali- ja terveysalan palveluita. Näissä vaaleissa jokainen meistä voi vaikuttaa paikallisella tasolla ja juuri siksi on tärkeää, että valtuustossa olisi henkilöitä, jotka ajavat myös kuntoutuksen asiaa. Tuleva vuosi näyttää mihin suuntaan kuntoutuspalvelut Keski-Suomessa muodostuvat.

Kuntoutuksen koulutuksen ja tutkimuksen kehittämisfoorumi jatkaa työskentelyään nykytilaselvityksen valmistuttua. Tästä eteenpäin foorumissa katsotaan tulevaisuuteen esimerkiksi valtakunnallisten yhteistyörakenteiden muodostumisen, koulutuksen rakenteiden ja työelämän kehittämistarpeiden näkökulmista. Lopputuloksena tulee syntyään kuntoutuksen kehittämisohjelma vuosille 2024-2030.

Valtakunnallisesti on menossa useita erilaisia hankkeita ja työryhmiä, jotka toimivat kuntoutuksen edistämisen eteen. Näillä on useita erilaisia tulokulmia, mutta kaikkien tarkoituksena on vahvistaa kuntoutusosaamista, yhteistyötä ja kuntoutuksen asemaa osana yhteiskunnallisia peruspalveluita. Esimerkkeinä mainittakoon Kuntoutusalan osaamiskeskittymän, OsK-ammattikorkeakouluverkosto, sekä Jyväskylän yliopiston koordinoima MOKUVE-hanke.

Paljon on siis meneillään. Tärkeää on saada kentän toimijoiden, heidän asiakkaidensa ja muiden tärkeiden sidosryhmien ääni kuuluville. Muista siis itsekkin pysyä valpeilla ja anna

oma panoksesi alamme positiiviseen kehitykseen silloin kun siihen on mahdollisuus. Myös me Keski-Suomen fysioterapeutit haluamme ajaa fysioterapeuttien asiaa niin paikallisesti, kuin Suomen fysioterapeuttien kautta myös valtakunnallisella tasolla. Otamme mielellämme vastaan aloitteita aiheista, joita juuri te haluatte viedä valtakunnalliseen keskusteluun. Tervetuloa mukaan osallistumaan ja aktivoimaan meitä yhdistystoimijoita esimerkiksi vuosikokoukseemme, jonka kutsun löydätte Tatsin loppupuolelta.

Iloa, eloa ja innovaatioita vuoteenne.

Sanna Paasu-Hynynen



Sanna-

Sanna Paasu-Hynynen

sanna.paasu(at)gmail.com

044 – 575 0555

TATSI 1 / 2022

Vuoden ensimmäiseen Tatsiin on koottu tiiviiseen pakettiin alueen sekä liiton ajankohtaisia asioita, yhdistyksen vuosikokouskutsua sekä koulutuskalenteria. Kevään osalta tilanne näyttää monin paikoin epävarmalta – kiihtyykö tahti, vai alkaako laantumista jo tapahtua, onko kokoontumisrajoituksia vai ei...? Tilanne ymmärrettävästi heijastelee vielä koulutusten järjestämiseen ja toteuttamiseen. Pyrimme kuitenkin seuraamaan tilannetta tarkasti ja toimimaan sen mukaan. Myös viime keväänä järjestimme ”lennosta” pari webinaaria, jotka täyttyivät hyvin. Ehkä tänä vuonna saamme keväällä järjestää jonkun isomman toteutuksen vielä ihan läsnäollen, hands on? Toivottavasti syksyyn mennessä tilanne näyttää jo huomattavasti paremmalta!

HUOM. Huomaathan, että sähköpostiosoitteemme on muuttunut. Uusi osoite on [yhdistys\(at\)keskisuomenfysioterapeutit.fi](mailto:yhdistys(at)keskisuomenfysioterapeutit.fi)

KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTTIIEN UUTISET

Kannustusrahaa haettiin Lari Lautamäelle

Kannusturahan hakeminen on joka vuosi yhtä kinkkistä – alueellamme on yksinkertaisesti niin paljon mahtavia ammattilaisia, joille tuon tunnustuksen ja kannustuksen soisimme. Viimekertainen valintamme kohdistui fysioterapian suoravastaanoton parissa ahertaneeseen **Lari Lautamäkeen**.



Ehdotimme Laria kannustusrahan saajaksi näillä perusteilla:

"Lari Lautamäki toimii alueellisesti ja valtakunnallisesti fysioterapian kehittäjänä ja kouluttajana erityisesti fysioterapeuttien suoravastaanottoon liittyen. Lari on tehnyt suoravastaanottoa vuodesta 2013 lähtien, jolloin toiminta käynnistettiin Jyväskylän yhteistoiminta-alueiden terveyskeskuksessa. Työn ohella hän on toiminut suoravastaanoton kouluttajana ja perehdyttäjänä 2016 lähtien, sekä fysioterapeuteille että muille ammattikunnille. Lari uskoo vankasti siihen, että suoravastaanoton toteutuminen perustuu muiden ammattiryhmien huolelliseen perehdyttämiseen. Lari Lautamäki teki kandityönsä sekä pro gradu- tutkielmansa suoravastaanotosta. Nämä olivat ensimmäisiä suomalaisia tutkimuksia aiheesta. Molemmista julkaistiin vertaisarvioitua artikkelit fysioterapia- ja lääkäri-lehdissä. Hän olisi erinomainen kannustinrahan saaja, koska hän tekee oman päivätyönsä ohella paljon töitä sen eteen, että koko ammattikuntamme uskottavuus paranisi ja uusi tehokkaaksi todettu TULE-potilaiden hoitomalli tulisi asianmukaisesti käyttöön."

Ikävä kyllä syksyn valinta ei kertaa tällä kertaa suosinut Keski-Suomea, mutta haluamme silti onnitella, kiittää ja kannustaa Laria esimerkillisestä toiminnasta alallamme. Jäämme innostuneena seuraamaan myös Larin uuden yrityksen Movefysion toimintaa.

Koulutusavustukset myönnetty

Keski-Suomen fysioterapeutit haluaa olla mukana edistämässä jäsentensä asiantuntijuuden kehittymistä. Jaamme vuosittain koulutusavustuksia, jotta voisimme suoraan osoittaa tukemme ja ilmaista, että arvostamme ammattitaidon kartuttamista ja elinikäistä oppimista.

Syksyn 2021 myönnetyt koulutusavustukset:

- Atte Niittykangas 75€
- Sini Kovanen 500€
- Marja Mustikkamaa 110€



Alueen ammattilaiset

Alueen ammattilaiset-palstalla nostamme esiin alueemme ammattilaisten osaamista ja asiantuntijuutta. Palsta tarjoaa mainion tilan myös oman yritystoiminnan tai toimintaympäristön esittelyyn. Tällä kertaa pääsette tutustumaan nuorten urheilijoiden hyvinvointiin keskittyvään MoveFysioon, jonka muodostavat neljä urheilusta kiinnostunutta ammattilaista. **Henna Honkanen** on fysioterapeutti ja ammattijalkapalloilija, **Tuulia Ollila** työskentelee fysioterapeuttina ja valmentaa joukkuevoimistelua, **Lari Lautamäki** työskentelee fysioterapeuttina, jalkapalloilijoiden fysiikkavalmentajana sekä opettaa Jyväskylän ammattikorkeakoulussa fysioterapiaa ja **Sauli Lietzén** työskentelee fysioterapeuttina ja viimeistelee maisterin tutkintoa Jyväskylän yliopistossa. Tämä porukka auttaa yhdessä nuoria urheilijoita voimaan paremmin!

MoveFysio - uusi yritys vahvistamaan liikuntapääkaupungin nuoria urheilijoita

Lahjakas nuori jalkapalloilija kärsii toistuvista lieivistä vammoista, kunnes polvi lopulta vään-
tyy ja pitää leikata. Sama polvi leikataan vielä kolme kertaa uudelleen ja vammakierre alkaa.

Näin kävi MoveFysion perustajalle Henna Honkaselle, joka sai kuulla viimeisen operaation jälkeen pysäyttävät sanat lääkäriltä: jalkapallo on lopetettava. Miten on mahdollista, että nuoren ja lahjakkaan urheilijan polvi operoidaan neljä kertaa ennen 20 ikävuotta? Olisiko Hennan kohdalla voitu tehdä jotain toisin? Yksilöllisen huomioinnin ja monipuolisen harjoittelun ansiosta Hennan jalkapalloura jatkuu edelleen ja tarinalla on onnellinen loppu. Otte-
luita on kertynyt lopetusehdotuksen jälkeen yli 200, joista valtaosa ammattilaisena ulko-
mailla mm. Italian Serie A:ssa. Hennan tarinasta syntyi MoveFysio, urheilijoita varten perus-
tettu yritys, jonka tavoitteena on tuottaa urheilijoille mahdollisimman paljon terveitä harjoit-
telupäiviä.

Jalkapallo lajina kehittyy jatkuvasti ja lajin fyysiset vaatimukset nousevat hurjaa tahtia. Louk-
kaantumiset ja erilaiset rasitusvammat ovat valitettavan yleisiä lajin parissa. Aikaisemman

vamman tiedetään kaiken lisäksi lisäävän vammariskiä, joten olisi tärkeää estää vammat hyvissä ajoin - mielellään jo ennen ensimmäistä vammaa. Ensimmäisen vamman tiedetään olevan suurin yksittäinen riski uudelle vammalle, jos ensimmäinen vamma voidaan ennaltaehkäistä, pysyy urheilijakin terveenä. **Terve futaaja-** tutkimuksen mukaan 38 % 9-14 vuotiaista pelaajista koki vähintään yhden äkillisen vamman seurantajakson aikana. Suuri osuus vammoista (37 %) aiheutui ilman kontaktia toiseen pelaajaan tai pelivälineeseen. Tytöillä oli poikiin verrattuna 14 prosenttia suurempi todennäköisyys saada vammoja. Jalkapallon fysiikkaharjoittelun sisältö on kehittynyt viime vuosina. Valmentajien on helppo omaksua vaikuttavan harjoittelun perusteet erilaisten koulutusten ja somen kautta - tietoa on paljon tarjolla. Valmentajat kyllä tietävät, että monipuolinen ja kokonaisvaltainen harjoittelu on jalkapallossa tärkeää ja valmiit harjoitusohjelmat saadaan urheilijoille kätevästi jo hyvinkin monipuoliseksi muodostuneesta harjoitepankista. Miksi vammoja silti edelleen esiintyy niin paljon? Yksi syy on varmasti se, ettei urheilijoiden fyysisiä ominaisuuksia ja eroja huomioida joukkuelajeissa yksilöllisesti. Koko joukkue harjoittelee samoilla ohjeilla, jotka ovat valikoituneet ilman päteviä perusteita. Vaikka joukkueella on käytössä oma fysiikkavalmentaja, ei hänelläkään ole aikaa tai vaadittavaa koulutusta, tehdä jokaiselle urheilijalle yksilöllistä fysioterapeuttista arvioita. Tämän vuoksi fysiikkavalmennus koostuu usein universaaleista yleisohjeista, jotka varmasti palvelevat osaa urheilijoista, mutta eivät kaikkia. Joukkueessa saattaa olla esimerkiksi viisi urheilijaa, joilla on liikerajoitusta alaselässä ja kymmenen urheilijaa, joilla alaselkä on yliliikkuva. Ei ole suotavaa, että nämä 15 urheilijaa noudattavat fysiikkaharjoittelussa samoja toimintaperiaatteita. Miten joukkueurheilussa saataisiin yksilöhuomioitua paremmin ja Hennan esimerkin kaltaiset loukkaantumiset vältettyä? MoveFysio perustettiin vastaamaan tähän kysymykseen.

MoveFysio on luonut menetelmän, jolla on mahdollista arvioida urheilijan suorituskykyä ja vammariskiä. Urheilija läpikäy tutkittuun tietoon pohjautuvan testipatteriston, jonka tavoitteena on löytää urheilijan yksilöllinen vammariski ja puuttua siihen. Testauksessa kartoitetaan myös muita tärkeitä vammariskiä lisääviä tekijöitä, kuten vähäinen unenmäärä tai puutteellinen ruokavalio. Urheilija saa yksilöllisen vammariskianalyysin, josta selviää vammautumisen riski sekä urheilijan kehityskohteet. Ne urheilijat joiden vammariski on korkea, ohjataan jatkoarvioon esimerkiksi lääkärille. Pienen vammariskin urheilijoille suositellaan spesifiä harjoittelua. Lisäksi urheilija tai valmennus voi halutessaan tilata ohjeita yksilölliseen harjoitteluun, joka helpottaa fysiikkavalmennuksen suunnittelua ja toteutusta. Harjoitusten

tarkoitus on tarttua tarkasti ongelmakohtiin esimerkiksi urheilijoiden liikkuvuudessa, voimantuotossa, liikehallinnassa sekä muissa tärkeissä ominaisuuksissa. Harjoitukset suunnitellaan urheilijoiden taitotaso huomioon ottaen. MoveFysio ei siis tarjoa fysiikkavalmennusta vaan palvelun tarkoituksena on auttaa ja tukea valmentajia laji- ja fysiikkaharjoittelun suunnittelussa urheilijoiden yksilölliset erot huomioiden ja pienentää vammariskiä.

Lisätietoja:

info(at)movefysio.fi

IG: movefysio

www.movefysio.fi



FYSIOTERAPIAUUTISET JA AJANKOHTAISET ASIAT



Epäspesifi selkäkipu- koulutukset jatkuvat

Webinaarisarja koostuu johdannosta ja neljästä limittäin kulkevasta teema-alueesta (tutkiminen, suunnittelu, toteutus, arviointi), jotka yhdistävät teoriaa ja käytäntöä. Koulutuksesta saa käytännönläheisen kuvan siitä, missä epäspesifin selkä kivun hoidossa mennään uusimman tiedon valossa. Miten kroonista alaselkäkipua pitäisi kuntouttaa? Minkälaisia vaihtoehtoja kuntoutukseen on tarjolla?

Voit katsoa kaikki sarjan webinaarit tai vaihtoehtoisesti koota niistä itsellesi hyödyllisen yhdistelmän. Koko sarjan laajuus on 5 op, joka koostuu webinaareista ja itsenäisestä opiskelusta. Kouluttajina muun muassa Sami Tarnanen, Marko Rossi ja Mikko Lausmaa.

Voit ilmoittautua kevään webinaareihin osoitteessa: <https://suomenfysioterapeutit.tapahtumiin.fi> ja valita koulutuksia yksittäin tai kokonaispakettina. Samasta osoitteesta löytyvät myös syksyn tallenteet.

Suomen fysioterapeuttien hallitus 2022-2024

Suomen Fysioterapeuttien edustajisto valitsi 26.-27.11.2021 kokouksessaan liitolle uuden hallinnon kaudeksi 2022-2024. Tiina Mäkinen valittiin jatkamaan puheenjohtajana ja Tanja Balk valittiin uudeksi varapuheenjohtajaksi.

Hallituksen varsinaiset jäsenet:

- Sanna Hosio
- Aino Tynkkynen
- Kati Naamanka
- Marko Demidoff
- Veli-Pekka Haapala

Hallituksen varajäsenet:

- Laura Järvi
- Emmi-Juulia Hirviniemi
- Mari Leskinen
- Kirsi Säynevirta
- Emma Mälkiä

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 pisteytetään omissa sektoreissaan. Nimikettä ei voida myöntää pelkästään opintojen tai pitkän työkokemuksen perusteella, vaan kriteeristössä on huomioitu fysioterapeuttien maailmanjärjestön WCPT:n ja Euroopan aluejärjestön fysioterapian erikoistumista koskevat kannanotot.

Nimike on voimassa viisi vuotta sen myöntämisestä. Toisen päivityksen jälkeen voimassaoloaika on 10 vuotta. Nimikkeitä myönnetään eri kategorioista, joita ovat mm. neurologisten 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/jase-net/palvelut-ja-edut/fysioterapian-erikoisasiantuntija/>



Liiton jäsenmaksut 2022

- Työssäkäyvät 1,2 % päätoimen bruttopalkasta
- Yrittäjät 179€ / vuosi
- Peruskoulutuksessa olevat opiskelijat 45 € / vuosi
- Eläkeläiset 51€ / vuosi (pl. ennen 2010 eläkkeelle jääneet jäsenet, joiden jäsenyys on maksuton) **Lisäksi vuodesta 2022 alkaen jäsenmaksusta ovat vapautettuja ne eläkeläiset, joiden jäsenyys liitossa on kestänyt yli 45 vuotta**
- Tällä hetkellä työelämästä poissaolevat (esim. perhe- ja hoitovapaa, ase- tai siviilipalvelus, työttömyys, lomautus, vuorotteluvapaa, ulkomailla työskentely, sairausloma, aikuiskoulutustuki), jotka eivät saa palkkatuloa Suomesta 8€ / kk.

HUOM. Mikäli saat ansiosidonnaista päivärahaa, jäsenmaksu on 1.2 % etuudesta

Mikäli kuulut työsi puolesta toiseen ammattiliittoon, voit kuulua Suomen Fysioterapeutteihin **rinnakkaisjäsenenä**. Jäsenedut ovat silloin rajoitetut.

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



YRITTÄJILLE

Hei yrittäjäjäsen!

Keski-Suomen fysioterapiayhdistyksessä on tällä hetkellä 385 jäsentä, joista yrittäjäjäseniä on huikeat 108. Yrittäjäjäsenten määrä on lisääntynyt, jos verrataan vuoteen 2019, jolloin jäseniä oli 99. Yrittäjäjäsenet voivat olla yrityksen omistajia tai ammatinharjoittajia.

Elokuussa järjestimme yrittäjille suunnatun verkostoitumistapahtuman Ms Rhealla. Tarkoituksena oli nautiskella hyvästä ruoasta ja upeista pääjälteen maisemista risteilyn merkeissä. Myrskyisän sään vuoksi laiva ei liikahtanut satamasta, mutta laivan keinuessa satamassa saimme nauttia hyvästä ruoasta pienessä mukavassa porukassa. Kiitos kaikille osallistujille!

Tämän vuoden osalta suunnitelmia tai tapahtumia ei ole vielä lyöty lukkoon, joten sinulla on nyt hyvä mahdollisuus vinkata toiveistasi tapahtumien tai koulutusten suhteen. Voit ottaa yhteyttä puhelimitse tai sähköpostitse meihin.

Sinnikkyyttä ja Voimia kaikille tähän alkaneeseen vuoteen 2022!

Anu Lahtinen

Yrittäjätoimikunta



JAMK Opiskelijatoimikunta



Koronakevät numero 3 – miten opiskelijoilla menee poikkeusolojen keskellä?

Aloitin opintoni syksyllä 2019, vain reilu puoli vuotta ennen koronapandemian alkua. Voikin siis täysin rehellisesti sanoa, että leijonanosa vuosikurssini opinnoista on suoritettu poikkeusolojen aikana. Tehtävä ei ole ollut helppo kenellekään; sekä opettajien, että opiskelijoiden on täytynyt opetella kokonaan uusia tapoja opettaa ja opiskella. Fysioterapia alana ei varsinaisesti ole sellainen, jonka voisi käydä kirjekurssina, vaan manuaalisia taitoja on päästävä opettelemaan livenä. Vaikka tämä on aiheuttanut omalta osaltaan runsaasti työtä ja erityisjärjestelyjä, on se ollut mahdollisesti opiskelijoille myös voimavara, sillä olimme yksi niistä harvoista, jotka saivat edelleen jatkaa lähiopetusta yhdessä - monien alojen opiskelijat ovat olleet etäopetuksessa jo todella pitkän ajanjakson, mikä varmasti näkyy opiskelijoiden jaksamisessa.

Myöskin työharjoittelupaikat ovat pääosin järjestyneet ja harjoittelujaksot toteutuneet, mistä täytyy olla vallitsevassa tilanteessa hyvin kiitollinen ja kiittää myös työkentällä toimivia fysioterapeutteja, jotka ovat tämän mahdollistaneet. Meillä Keski-Suomen fysioterapeuteilla on tehty aktiivista kartoitusta lisäkoulutustarpeista ja olemmekin järjestäneet esimerkiksi opiskelijoille suunnatun allasterapiakoulutuksen, jonka palaute oli erittäin positiivista! Kevään opiskelijakoulutuksetkin ovat jo työn alla ja tarkentuvat varmasti lähiaikoina.

Olen viime aikoina miettinytkin usein sitä, miten ylpeä olen sekä itsestäni, että opiskelutovereistani. Poikkeusoloista huolimatta osa meistä on suorittanut opintonsa jopa tavoiteaikaa nopeammassa tahdissa, hyvä te! Mutta olipa sitten suorittanut tutkintonsa ennätystahdissa, tavoiteajan puitteissa tai reilusti sen yli, on jokaisella syytä olla itsestään ylpeä. Olemme kaikki tehneet parhaamme todella haastavassa tilanteessa, jossa joskus suurin saavutus voikin olla se, että ymmärtää oman jaksamisensa rajat ja osaa pyytää apua ja tukea. Yhdessä todella olemme enemmän - tästä ajatuksesta yritän pitää kiinni mentäessä kohti kolmatta koronakevättä.

Kirsi Pihlaja, opiskelijavastaava

Opiskelijajäsenyys

Opiskelijajäsenenä olet oikeutettu kaikkiin samoihin etuihin kuin muutkin jäsenet. Opiskelijajäsenyys mahdollistaa edullisen lisäkouluttautumisen opiskeluaikana sekä verkostoitumisen työelämän fysioterapeuttien kanssa. Yhdistyksen jäsenenä olet perillä alamme tapahtumista ja uutisista sekä alueemme koulutuksista ja avoimista harjoittelu- ja työpaikoista. Erona normaaliin jäsenyyteen on se, että opiskelijajäsenyys on sinulle **täysin maksuton!**

Opiskelijoille järjestetään vuosittain mielenkiintoisia koulutuksia, tietenkin 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 yhdistyksen järjestämään koulutukseen. Olemme tarjonneet valmistuville lukuisat kakkukahvit ja tukeneet valmistujaispaikan tilavuokrassa.

Toiveemme on olla mukana tukemassa jäsentemme ammattilaisuutta opiskelemaan pääsystä valmistumiseen ja aina työelämään saakka.

Liittymisohjeet

Keski-Suomen fysioterapeuttien jäseneksi liittyäksesi sinun tulee olla Suomen fysioterapeuttien jäsen. Opiskelijana SF-jäsenmaksusi on edullisempi, kuin työssäkäyvillä ja kuten sanottua – paikallisyhdistyksemme jäsenmaksua (**15e/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 et ole meidän jäsenemme, vaan ainoastaan Suomen fysioterapeuttien).

Vaihtoehto 3 on liittyä rinnakkaisjäseneksi, jos kuulut 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 apunasi juuri tällaisissa asioissa.

Yhdistyksen opiskelijayhdyshenkilö Pirjo Mäki-Natunen (fysioterapian lehtori)

[pirjo.maki-natunen\(at\)jamk.fi](mailto:pirjo.maki-natunen(at)jamk.fi)

JAMK opiskelijavastaava Kirsi Pihlaja (ft-opiskelija)

[kirsimaria.pihlaja\(at\)gmail.com](mailto:kirsimaria.pihlaja(at)gmail.com)



Fysioterapian koulutusohjelman uudet opinnäytetyöt

Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää valmiutta soveltaa koulutuksessa hankittuja tietoja ja taitoja, harjoitella akateemista kirjoitusotetta, edistää kriittistä ajattelua ja hioa analysointitaitoja. Opinnäytetyöt mahdollistavat tarkemman syventymisen itseä kiinnostavaan aiheeseen ja tarjoavat tilaisuuden harjoitella tutkimuksen tekoa. Opinnäytetyöllä tuodaan esiin omaa osaamista ja laadukkaasti tehty työ voi poikia monenlaisia työmahdollisuuksia tulevaisuudessa.

Opinnäytetyöt JAMK / SYKSY 2021

- Hautala, Krista
[Traumatisoituneiden asiakkaiden kokemuksia psykofyysisestä fysioterapiasta](#)
- Huttunen, Henni & Petroff, Sohvi
[ACL-vammojen ennaltaehkäisy nuorilla naissalibandypelaajilla : oheisharjoitteluohjeistus polven liikekontrollin näkökulmasta](#)
- Katainen, Aliisa & Karvinen, Laura
[Luonnon vaikutus sykevälivaihteluun ja koettuun palautumiseen työikäisillä : kvantitatiivinen tapaustutkimus](#)
- Kastinen, Marianna & Tuppur, Lotta
[Fyysiseen aktiivisuuteen kannustava ympäristö 3-6-vuotiaan lapsen motoristen perustaitojen kehityksen tukena](#)
- Lindroos, Erika (YAMK)
[Psykofyysinen fysioterapia osana OCD -kuntoutusta. Tietoisuuden jakamisella kohti asiantuntijuutta.](#)
- Villberg, Ina
[Neuroplastisuuden hyödyntäminen aivovamman fysioterapeuttisessa kuntoutuksessa: Narratiivinen kirjallisuuskatsaus](#)

- Ryynänen, Olga & Raipala, Anita
Lukiolaisten stressin lieventäminen psykofyysisen fysioterapian menetelmin : opas lukiolaisille
- Pesola, Laura
ACL-vammojen ennaltaehkäisy keihäänheitossa : infograafi riskitekijöistä ja ennaltaehkäisevistä harjoitteista
- Heinonen, Timo & Lilja, Aku
Niskaperäinen päänsärky ja terapeuttinen harjoittelu
- Hämäläinen, Rasmus
Fysioterapeuttien ja hoitajien kokemuksia ammattienvälisestä kommunikaatiosta
- Ukkonen, Karoliina
Musiikki rytmittämässä CP-vammaisen lapsen liikkumistaidon harjoittelua
- Hevosmaa, Anna
Lantionpohjan lihasten harjoittaminen raskauden aikana : ohjausvideo Jyväskylän terveysterveystieteiden käyttöön
- Neuvonen, Reetta
Kehityksellisen koordinaatiohäiriön riskitekijät ja merkit varhaislapsuudessa : Integroiva kirjallisuuskatsaus
- Nikkilä, Sanni & Pitkänen, Janna
Lonkankoukistajien voiman harjoittaminen: Kuvaileva kirjallisuuskatsaus.
- Kotimäki, Vilhelmiina
Koulufysioterapian tarve Mikkelin alueen yläkouluissa
- Rajaniemi, Mari
Fysioterapian keinot jääkiekkoilijoiden aivovammojen ennaltaehkäisyssä : kirjallisuuskatsaus
- Pekkanen, Vili & Strömblad, Ville
Training Room -pilotin vaikutukset nuorten urheilijoiden alaraajojen fyysisiin ominaisuuksiin

KOULUTUKSET

Koulutuksiin ilmoittautuminen ja koulutusmaksun maksaminen tapahtuu verkossa. Luethan koulutusinfon ja ilmoittautumisohjeet huolellisesti!

Koulutusinfo

1. Koulutukset ovat ensisijaisesti vain Keski-Suomen fysioterapeuttien jäsenille! Jäsenmaksun tulee olla maksettuna koulutukseen ilmoittautuessa.
2. Koulutuksiin ilmoittaudutaan Eventiossa. 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 Minna Heikkinen, [physiominna\(at\)gmail.com](mailto:physiominna(at)gmail.com)

TERVETULOA KOULUTUKSIIN!

KEVÄÄN 2022 KOULUTUSKALENTERI

1. Kinesioteippaus

Kouluttaja: Jani Parkkinen, ft
Ajankohta: 12.3.2022, klo 10-16
Ilmoittautuminen: 6.-13.2.2022
Hinta: 120e
Paikka: Ilmoitetaan myöhemmin
Minimi/maksimi: 10/20
Vastaava: Minna Heikkinen, [physiominna\(at\)gmail.com](mailto:physiominna(at)gmail.com)

Käytännön koulutus. Lisätiedot koulutuksen toteutuksesta ja sekä ilmoittautumislinkki lähetetään sähköpostitse ennen ilmoittautumisen aukeamista.

2. Opiskelijakoulutus: Urheiluteippaus

Kouluttaja: Tommi Liikanen, fysioterapeutti
Ajankohta: keväällä, ilmoitetaan myöhemmin
Ilmoittautuminen: ilmoitetaan myöhemmin
Hinta: 20e
Paikka: JAMK opiskelijatila
Minimi/maksimi: 12/16
Vastaava: Esa Niemisto [esa.niemisto\(at\)gmail.com](mailto:esa.niemisto(at)gmail.com)

Käytännön koulutus. Lisätiedot koulutuksen toteutuksesta ja sekä ilmoittautumislinkki lähetetään sähköpostitse ennen ilmoittautumisen aukeamista.

3. Huimauspotilaan kliininen tutkiminen ja hoito

Kouluttaja: Timo Vaittinen, OMT, ft
Ajankohta: 21.4.2022 klo 17-19
Ilmoittautuminen: 26.3.-10.4. 2022
Hinta: 30e
Paikka: verkkototeutus, Zoom
Minimi/maksimi: 10/50
Vastaava: [eveliina.rauhansalo\(at\)gmail.com](mailto:eveliina.rauhansalo(at)gmail.com)

Huimauspotilas vastaanotolla – ajankohtainen katsaus hoitoon, kliininen tutkiminen ja kuntoutus erilaisissa huimausoireissa.

4. ACL-vamman kuntoutus

Kouluttaja: Einari Kurittu, ft

Ajankohta: 5.5. klo 17-19

Ilmoittautuminen: 4.4.-24.4.2022

Hinta: 40e

Paikka: verkkototeutus, Zoom

Minimi/maksimi: 10/50

Vastaava: eveliina.rauhansalo(at)gmail.com

Mitä tutkimusnäyttö kertoo ACL-vammoista sekä niiden non-operatiivisesta hoidosta? Milloin kuntoutus on ensisijainen hoitovaihtoehto? Tämä luento tarjoaa tuoreinta tutkimustietoa ja käytännön kokemusta ACL-vammoista väitöskirjaa tekevän urheilufysioterapian masterin Einari Kuritun opissa.

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 järjestetään etätoteutuksena. Teamsissa toteutettavat koulutukset edellyttävät sopimusta fysiatrian yksikön kanssa. Koulutuslinkkiä ei anneta vapaaseen jakoon, vaan se on lähetetty erillisesti koulutusrinkiin kuuluville. Esi-tykset ovat jälkikäteen katsottavissa, jos luennoitsija on antanut tähän suostumuksen.

Fysiatrian koulutuskalenteri / kevät 2022

Aika: torstaisin klo 8:05 – 9:00

(luento 45 min + keskusteluun 10min)

Verkkototeutus, Teams.

HUOM! Huomioithan, että aikataulu on alustava. Päivitetyn koulutuslistauksen löydät TULES-kartan pääsivulta.

Aikataulu 2022



Aika: Torstaisin klo 8:05 – 9:00

Paikka: Esitykset välitetään Teamsin välityksellä (linkki välitetty erillisessä sähköpostissa).

Esitys on jälkikäteen katsottavissa, mikäli esittäjä on antanut siihen luvan – [linkki tallenteisiin](#) (Huom. joissakin tallenteissa on rajattu katseluaika). Luentodiat tallennetaan alueelliseen arkkiin, mikäli luennoitsija on siihen antanut luvan (käytettävissä vain ESH:n ja PTH:n yksiköille)

Aika	Aihe ja luennoitsija
Tammikuu	
13.1.	CRPS. Lauri Karttunen, ylilääkäri, KSSHHP
20.1.	Arven hoito. Helmiina Kettunen, toiter. & Leena Vähämäki, toiter. KSSHHP
27.1.	Lantionpohjan toimintahäiriöt. Sanna-Maria Mäkelä, fysioterapeutti. KSSHHP
Helmikuu	
3.2.	Työterveyshuolto työikäisen fysiatrien potilaan työkyvyn tukena ja kuntoutumisen vastuunkantajana - TYÖOTE-yhteistyömalli. Visa Kervinen, asiantuntijalääkäri ja Kirsi Piitulainen, työkykykoordinaattori. KSSHHP
10.2.	ACL rekonstruktio ja akuuttivaiheen postoperatiivinen fysioterapia. Antti Tuominen, erikoislääkäri ja Antti Pennanen, fysioterapeutti. KSSHHP
17.2.	ACL vammojen postoperatiivinen kuntoutus. Einari Kurittu, sertifioitu urheilufysioterapeutti
24.2.	Aihe ilmoitetaan myöhemmin
Maaliskuu	
3.3.	EI ESITYSTÄ - TALVILOMAVIKKO
10.3.	EDS ja hypermobiliiteettisyndrooma - tunnistaminen ja erotusdiagnoosiikka. Johanna Minkkinen, erikoistuva lääkäri, KSSHHP
17.3.	EDS ja hypermobiliiteettisyndrooma – kuntoutus. Hanna Markkula, fysioterapeutti
24.3.	Selkäydinkanavan ahtauma. Fysiatrian erikoistuva lääkäri, KSSHHP
31.3.	Long Covid ja kognitiiviset oireet. Liuha Sanna, neuropsykologi, KSSHHP
Huhtikuu	
7.4.	Skolioosipotilaan terapeuttinen harjoittelu. Merja Soanjärvi, ft. OMT.
14.4.	Nielemisongelmien seulonta. Senni Mäkelä, puheterapeutti, KSSHHP
21.4.	Alaraaja-amputaation jälkeinen kivunhoito. Miikka Lumela, erikoistuva lääkäri, KSSHHP
28.4.	Alaselkävivun kansainväliset hoitosuosituksat. Lancet Low Back Pain Series – Jussi Mäki, erikoislääkäri, KYS
Toukokuu	
5.5.	Niskapotilaan tutkiminen, erotusdiagnoosiikka ja kuntoutus. Annina Wannas, erikoislääkäri, KSSHHP
12.5.	Niskapotilaan terapeuttinen harjoittelu. Matti Hietaharju, fysioterapeutti, KSSHHP
19.5.	Fysiatrian sisäiset asiat – ei esitystä
26.5.	EI ESITYSTÄ - HELATORSTAI

Yhteyshenkilö:

Teemu Elomaa, puh. 014 269 1919 teemu.elomaa@ksshhp.fi

poissa ollessa oh Sanna-Maria Mäkelä puh. 014 269 1546 sanna-maria.makela@ksshhp.fi

KUTSU VUOSIKOKOUKSEEN

Tervetuloa Keski-Suomen fysioterapeuttien sääntömääräiseen vuosikokoukseen!

Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat, valitaan Keski-Suomen fysioterapeuttien puheenjohtaja sekä erovuoroisten tilalle uudet hallituksen varsinaiset jäsenet ja varajäsenet. Lisäksi käydään läpi vuoden 2021 tili- ja toimintakertomus sekä tili- ja toimintasuunnitelma vuodelle 2022. Kokouksessa päätetään myös vuoden 2022 jäsenmaksusta.

Aika: 18.3.2022

Kellonaika: 18:00

Ilmoittautuminen:

yhdistys(at)keskisuomenfysioterapeutit.fi

Kokouspaikasta tiedotetaan ilmoittautuneille myöhemmin. Osallistujille tarjotaan illallinen, joten ilmoittauduthan kokoukseen **2.4.2022** mennessä. Myös etäosallistuminen on mahdollista – etäosallistujille tarjoamme kiitokseksi 15e arvoisen lahjakortin.



Keski-Suomen fysioterapeutit 2021-2022

PUHEENJOHTAJA Sanna Paasu-Hynynen 044-5750555 sanna.paasu(at)gmail.com	
VARSINAISET JÄSENET Annika Luukko (jäsen sihteeri) annikaa16(at)gmail.com Eveliina Rauhansalo (tiedotusvastaava) eveliina.rauhansalo(at)gmail.com Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com Anu Lahtinen anu.lahtinen(at)rokki.net	VARAJÄSENET Maija Mannisenmäki (varapj) maija.mannisenmaki(at)gmail.com Esa Niemistö (rahastonhoitaja) esa.niemisto(at)gmail.com Antti Pennanen antti.m.pennanen(at)gmail.com Minna Heikkinen physiominna(at)gmail.com
KOULUTUSTOIMIKUNTA Minna Heikkinen (koulutusvastaava) physiominna(at)gmail.com Eveliina Rauhansalo eveliina.rauhansalo(at)gmail.com Antti Pennanen antti.m.pennanen(at)gmail.com Elina Kärkkäinen elinakark(at)hotmail.com Esa Niemistö esa.niemisto(at)gmail.com Kirsi Pihlaja kirsimaria.pihlaja(at)gmail.com Annika Luukko annikaa16(at)gmail.com	
YRITTÄJÄTOIMIKUNTA Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com Anu Lahtinen anu.lahtinen(at)rokki.net Minna Heikkinen physiominna(at)gmail.com	YHDISTYKSEN OPISKELIJAVASTAAVA Kirsi Pihlaja kirsimaria.pihlaja(at)gmail.com OPISKELIJAYHDYSHENKILÖ Pirjo Mäki-Natunen pirjo.maki-natunen(at)jamk.fi

MAINOS- JA ILMOITUSHINNAT

Hoidamme tapahtumasi mainonnan sekä haluamasi ilmoitukset Tatsissa, Facebookissa ja sähköpostijakeluna. Mainosasioissa voit olla yhteydessä tiedotusvastaavaamme [eveliina.rauhansalo\(at\)gmail.com](mailto:eveliina.rauhansalo(at)gmail.com)

MAINOS-/ILMOITUSHINNAT 2022

Koko sivu 120€

½ sivua 60€

¼ sivua 30€

Kaikki mainoshinnat pitävät sisällään myös erillisen sähköpostimainoksen.

