



Fysiatrit Jukka-Pekka Kouri ja FYSI:n puheenjohtaja, fysioterapiayrittäjä Matti Kettunen olivat tyytyväisiä yleisön aktiivisuuteen Selköpäivillä. Luennot vetivät myös enemmän miehiä kuin naisvaltaisten Terveys + Hyvä olo -messujen muut luennot.

vaikutetaanpa hoidolla mihin tahansa osaan selän järjestelmää, vaikutus ulottuu muuallekin selän alueelle, Kouri sanoi.

Kouri korosti, että 2000-luku tulee olemaan terapeuttista harjoittelua ja stabiloivia harjoitteita, sillä ainoa asia, mistä todella on näyttöä selkävun hoidossa, on liikunta ja oma harjoittelu. – Niis-

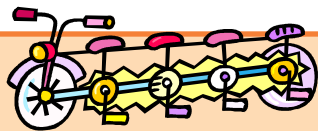
tä oleva tutkimustietoon perustuva näyttö eli EVB-tieto on selkävaivoissa A-luokkaa ja niskavaivoissa C-luokkaa.

Kaiken kaikkiaan liike on hyödyksi ja lepo haitaksi selkäkipuiselle. – Akuutissa selkävun hoidossa ei suositella yli 2-3 vuorokauden pitempää vuodelepoa. Passiivisuus on pahaksi ja paluu nor-

maaleihin aktiviteetteihin hyödyksi.

FYSI-lehti palaa Selköpäivien asian- tunteijaluentoja antiin myöhemmissä numeroissaan.

**Seuraavat
Selköpäivät
9.-11.11.2007
Helsingin Mes-
sukeskuksessa**



Fysioterapiayrittäjä, tangoprinssi Jari Partanen esitti Selköpäivien nimikkolaulun ensimmäisen kerran Selköpäivillä 2004.

YHDESSÄ KUN KUNTOILLAAN

Sävel: Sellainen ol Viipuri...
Sanat: P.P.Tilli

Siihen aikaan näillä mailla
huokailtiin kai aika lailla,
väsytti ja pisti niin keuhkoihin.
Selkä reistas pienestäkin,
työstä aivan vähästäkin,
huoli otti sydämen valtoihin.

Toista on nyt liikkussa,
iloisesti kuntoillussa,
täällä väsymyksen vaihtuu oloon
pirteään!

B1
Jos ei voimas aina riitä,
älä masennu sä siitä,
apua sä etsi silloin,
yksin kun et jaksaa milloin
**FYSIOTERAPIA
KANNATTAA,**
hoidosta sä uutta voimaa saat!
Keho jaksaa enemmän,
kipuja on vähemmän,
saat myönteisemmän elämän.

B2
Nyt ei huoli mieltä paina,
tasapaino säilyy aina,
henki kulkee leppoisammin,
sydämessä tunne lämmin!
Liikkuminen on kuin juhlaa vaan,
rentoutuminen on paikallaan,
painokin käy laskemaan,
ystäviä kohdataan
**YHDESSÄ KUN
KUNTOILLAAN!**

EASYLINE

CIRCUIT TRAINING WITH STYLE



Easy Line makes Wellness simple.

Technogym® Easy Line on houkutteleva uutuus, joka sopii kaikille käyttäjille sekä yksilö- että kiertoharjoitteluun. Alan ammattilaiset suosittelvat Easy Linea myös fysikaalisiin hoitolaitoksiin. Valitse alan johtava laitetoimittaja kumppaniksesi ja vie liiketoimintasi uudelle tasolle.

Ota yhteyttä ja kysy lisää.

Service
nwc
Nordic Wellness Company

Maahantuonti, myynti & huolto:
nwc
Nordic Wellness Company

TECHNOGYM
The Wellness Company™

Nordic Wellness Company Oy | Elimäenkatu 9 A, 7 krs. | 00510 Helsinki
Puh. 09 3434 200 | Fax. 09 3434 2020 | info@nwc.fi | www.nwc.fi

TULE-asiat tärkeä saada hallitusohjelmaan

Tuki- ja liikuntaelinsairaudet aiheuttavat eniten työstä poissaoloja ja niistä maksetaan eniten sairauspäiväraha korvauksia. Kansantauti tarvitsee vihdoin ohjelman.

Suomen tuki- ja liikuntaelinliitto, jonka jäsenjärjestö myös FYSI-lehteä julkaiseva Suomen fysioterapia- ja kuntoutusyrittäjät FYSI ry on, katsoo, että tulevan hallituksen on mainittava hallitusohjelmassaan ja otettava agendalleen väestön tuki- ja liikuntaelinterveyden edistäminen ja suurten kansansairauksien ennaltaehkäisy.

TULE ry:n vetoomuksessa todetaan, että tietoa tule-sairauksien luonteesta ja tule-vammojen syistä on hyödynnettävä, sillä edellytykset ko-sairauksien ehkäisyyn ovat paremmat kuin

milloinkaan aikaisemmin.

Tule-vaivat tulevat kalliiksi sekä yksilölle että yhteiskunnalle, sillä ne aiheuttavat eniten työstä poissaoloja ja niistä maksetaan eniten sairauspäiväraha korvauksia.

Tule-vaivojen kokonaiskustannukset ovat vuosittain yli 4,4 miljardia euroa.

Tule-sairaudet ja -vammot koskevat yli miljoonaa suomalaista.

Tule-vaivat aiheuttavat eniten kipua ja toimintakyvyn rajoituksia.

Professori, LKT **Pär Slätis** totesi Selköpäivillä, että kansal-

linen tuki- ja liikuntaelinohjelma on saatavana nyt. - Meillä on suuri kansantauti ilman ohjelmaa. Siksi keskeiset tule-järjestöt ja palveluntuottajat ovat yhdistäneet voimansa ohjelman saamiseksi.

Tule ry:n jäsenjärjestöjä ovat:

Huoltoliitto ry, Invalidiliitto ry, Invalidisäätiö, Reumasäätiö, Suomen fysioterapia- ja kuntoutusyrittäjät FYSI ry, Suomen Kiropraktikkoliitto ry, Suomen Nivelyhdistys ry, Suomen Ortopediyhdistys ry, Suomen Osteoporoosiliitto ry, Suomen Reumaliitto ry, Suomen Selkälääntutkimuskeskus ry, Työfysioterapeutit ry ja Työterveyslaitos.