

Tiskikoneen täyttö, itsenäinen wc-reissu Konkreettiset tavoitteet

Fysioterapeutin ammattitaitoa on rakentaa jokaiselle kuntoutujalle konkreettiset, mitattavissa olevat, juuri kyseistä fysioterapian asiakasta motivoivat tavoitteet. Helpommin sanottu kuin tehty. Tehtävän onnistumiseksi tarvitaan rautaisen ammattitaidon lisäksi mielikuvitusta ja omien toimintatapojen kyseenalaistamista.

Kuntoutujalähtöisyys on yksi tämän päivän fysioterapian tärkeistä sanoista. "Totta kai olen kuntoutuja-lähtöinen, sehän on yksi tuloksellisen fysioterapian perusedellytyksistä", kavahtaa itseään kunnioittava, ammatistaan innostunut fysioterapeutti.

Mutta kun kurkistetaan pintaa syvemmälle, onko sitenkään näin? Tämän kysymyksen äärelle haastoi TtM, ft **Taina Vahtera** FYSI:n Neurologisen kuntoutuksen erityiskoulutukseen eri puolilta Suomea tietojaan ja taitojaan päivittämään tulleet fysioterapeutit.

- Liikkumis- ja toimintakyvyn paraneminen on hyvä tavoite, mutta jotta tästä jokaiseen kuntoutujan sopivasta ylätasoin käsitteestä tulee aidosti kuntoutujalähtöinen, konkreettinen ja vielä mitattavissakin oleva tavoite, se on puret-

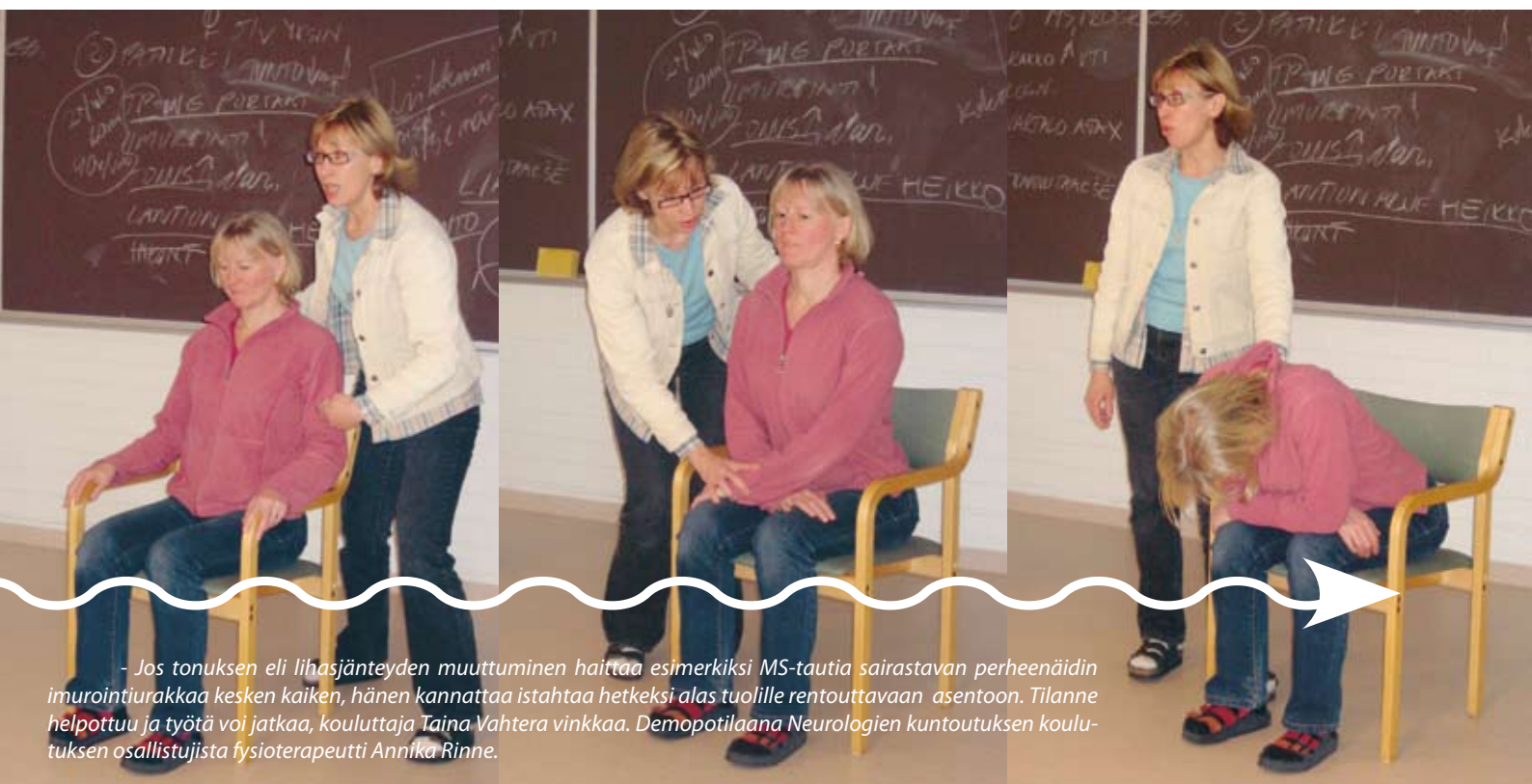
tava aivan käytännön asioiksi, Vahtera korostaa.

Sen sijaan, että Pekan tai Liisan tavoitteeksi kirjataan "liikkumiskyvyn kehittyminen", päämääräksi kirjataankin jokin arjen konkreettinen pulma, esim. porraskävelyn kehittyminen.
- Mutta tämäkään ei riitä, Vahtera pro-
vosoi.

- Kuntoutujan kanssa neuvotellen tavoitteeksi voi lopulta muotoutua vaikka "Porraskävelyn kehittäminen niin, että kuntoutuja pääsee 15 askelmaa ylös tai alas oikealla kädellä kaitteeseen tukeutuen kahdessa minuutissa". Näin on samalla syntynyt konkreettinen mittari, jolla onnistumista voidaan mitata.

- Jonkun toisen kuntoutujan tavoite voisi olla vaikka "turvallinen siirtyminen wc-istuimelta pyörätuoliin kahvaa apuna käyttäen ja housujen ylä-nosto omatoimisesti". Tämä on tavoite, mutta samalla luotiin myös kuntoutujakohtainen mittari,

Fysioterapeutin ammattitaitoa on kaivaa esiin oikeasti kuntoutujalähtöiset, konkreettiset, mitattavissa olevat ja kannustavat tavoitteet.



- Jos tonuksen eli lihasjänteiden muuttuminen haittaa esimerkiksi MS-tautia sairastavan perheenäidin imurointiurakkaa kesken kaiken, hänen kannattaa istahtaa hetkeksi alas tuolille rentouttavaan asentoon. Tilanne helpottuu ja työtä voi jatkaa, kouluttaja Taina Vahtera vinkkaa. Demopotiilaana Neurologien kuntoutuksen koulutuksen osallistujista fysioterapeutti Annika Rinne.