

# Haasteena ikääntyminen ja toimintakyky Fysioterapeuttien asiantuntemusta tarvitaan kipeästi päätöksenteossa

■ Fysioterapeutti **Arja Karhuvaara** toimii Helsingin kaupunginvaltuustossa sen kautta aikojen ensimmäisenä ja toistaiseksi ainoana fysioterapeuttina ja fysioterapiayrittäjänä. Hän kannustaa fysioterapeutteja yli puoluerajojen mukaan politiikkaan.

– Nyt eletään aikoja, jolloin fysioterapeuttien asiantuntemus on kullannarvoista, sillä ihmisten liikumis- ja toimintakyky, sen säilyttäminen ja parantaminen, nousee ikääntymishaasteen edessä suunnittelussa ja päätöksenteossa esiin päivittäin. Fysioterapeutit ovat ammattikunta, joka osaa tutkitun tiedon ja kokemuksensa pohjalta kertoa päättäjällegoilleen, mitä toimintakyvyn turvaaminen käytännössä tarkoittaa, Arja Karhuvaara (kok) sanoo.

Arja Karhuvaara valmistui fysioterapeutiksi vuonna 1977 ja on toiminut yrittäjänä vuodesta 1982, ensin omassa laitoksessa ja perheen kasvattua ammatinharjoittajana.

## Halu auttaa potilaita vei politiikkaan

Halu auttaa omia potilaita on vienyt Arja Kar-

huvaaran politiikkaan. – Kotikäyntejä tekevänä fysioterapeuttina en voi sulkea silmiäni asiakkaideni asioilta, ja kunnallispolitiikkona olen saanut mandaatin soittaa vaikkapa sairaalan ylilääkärille kysyäkseni, miksi sairaalaan lähetetty ihminen palautetaan kotiin takapuoli makuuhoivoilla ja diagnosoimatonta keuhkokuumetta sairastaen, kun hän on ollut omaishoidon loman aikana kahden viikon ajan muka kuntoutusmassa sairaalassa.

– Tai miksi invaliditytön kodin muutostyöt oli papereiden mukaan tehty, mutta kukaan ei ollut tarkistanut ovien leveyksiä. Tyttö ei päässyt rollaattorilla vessaan eikä keittiöön, ja oli joutunut tekemään olohuoneesta keittiön ja wc:n.

Elämäntilanne mahdollisti yrittäjä-äidin politiikkaan lähtemisen nyt, kun enää nuorimmainen lapsista asuu kotona.

## Kuntoutus helpottaa hoitohenkilöstön työtä

Lääkinnällisen kuntoutuksen vaikutukset ulottuvat laajalle: kun hoidettavat pysyvät toimintakykyisempinä ja paremmassa kun-



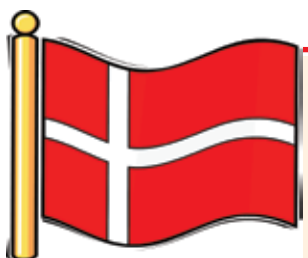
Omien kuntoutusasiakkaiden tilanne sai ammatinharjoittajana fysioterapian kotikäyntejä tekevän ELV Arja Karhuvaaran lähtemään mukaan politiikkaan. – Puhutaan kokonaisvaltaisesta fysioterapiasta. Siihen kuuluvat myös potilaan oikeudet. Minun pitää fysioterapeuttina huomata muutakin kuin potilaan kipeä polvi.

nossa, heidän hoitamisensa helpottuu. – Fysioterapian tehokas käyttö keventää siten muiden terveydenhuollon ammattilaisten työkuormaa ja samalla sijais-tilannetta, joka on ainakin Helsingissä muodostunut katastrofaaliseksi. Sijaisia ei kerta kaikkiaan ole, vaikka hoitoalan ja kotipalvelun poissaolot ovat lisääntyneet räjähdysmäisesti, Arja Karhuvaara kertoo.

Fysioterapeuttien ammattiosaamista ja asiantun-

temusta tarvitaan kunnissa erityisesti myös ostopalvelujen kilpailuttamisessa ja tarjouspyyntöjen käsittelyssä, kun kysytään, mitä kannattaa ostaa, millä mitareilla mitata ja miten arvioida vaikuttavuutta. – Fysioterapeuttina minun tulee osata selittää muillekin kuin kollegoilleni, miten tehokas lääkinällinen kuntoutus vaikuttaa toimintakykyyn ja osoittaa ennaltaehkäisyn ja kuntoutuksen taloudellisen kannattavuus.

– Tärkeä osa kokonaisuutta on se, että muut kotipalvelun työntekijät opetetaan näkemään muutokset asiakkaiden toimintakyvystä, jotta he voivat oikea-aikaisesti ohjata asiakkaat fysioterapeutille kuntoutusarvioon, jossa katsotaan, mistä nopea toimintakyvyn huononeminen johtuu ja mitä sille voidaan tehdä, Arja Karhuvaara sanoo.



## Tanskassa yhtälö on jo ratkaistu

kuljetetaan kuntoutusyksiköihin joko asukkaiksi tai 2-3 kertaa viikossa 10-15 kerran kuntoutusjaksoille. Tarkkaan tehtyjen alkumittausten, motiivoinnin ja tavoitteellisen fysioterapian/toimintaterapian jälkeen kansalainen voi taas jatkaa entistä toiminnallisempaa ja laadukkaampaa elämää kotona.

Tanskassa ei ole lainkaan esim. terveyskeskusten vuodeosastoja. Eri aloille erikoistuneista sairaaloista kansalaiset pääsevät mahdollisimman nopeasti kotihoitoon, johon tuodaan kaikki palvelut, tai kuntoutusosastoille, joista heidät kuntoutetaan pystyasentoon ja kotiin. Dementoituneille löytyy myös hoitokoteja, mutta niissä asuinaika jää keskimäärin 2-3 vuoteen ja niissä saa asua elämän loppuun asti.

– Kaikessa näkyy

aktiivinen, ihmisyyttä ja kansalaisen itsemääräämisoikeutta korostava ote. Liikkuminen, sei-

sominen ja toiminnallisuus ovat avainasemassa. Kuntouttava ote



Tanskassa kuntoutus on arvossaan. Suomessakin iäkkäiden liikuntakyvyn turvaaminen on nostettu keskiöön mm. Voimaa Vanhuuteen -terveysliikuntaohjelmassa



on ymmärretty oikein ja siihen osallistuvat kaikki vahtimestarista terapeuteihin ja hoitajiin. Mummit eivät jäykisty tuoleihinsa kuten usein meillä. On ymmärretty myös, että henkilöstön suojelua ja työolojen parantamista auttaa liikkuva vanhus. Koko vanhusohjelma pitäisi meilläkin muuttaa näkymään ja toteutumaan aktiivisuuden ja ennaltaehkäisyn kautta, fysioterapeutti Arja Karhuvaara sanoo.

## Sairausvakuutus tärkeä naisille:

miljoona lääkärikäyntiä enemmän kuin miehillä

■ Kelan tilastollisen vuosikirjan 2004 mukaan naiset saivat sairausvakuutuskorvausta yli 2.2 miljoonasta lääkärikäynnistä. Miesten vastaava luku oli miljoona vähemmän, 1.2 miljoonaa käyntiä. Yksi selittävä tekijä on naisten gynekologilla käynnit, joita oli yhteensä noin 500.000. Naiset saivat sairausvakuutuskorvausta käyntikertaa kohden noin 20 euroa.

Sama trendi näkyy myös Tutkimus ja hoito-osion kohdalla omavastuukertojen määrässä. Luku kertoo fysioterapian, laboratorion ja kuvantamisen läheteiden määrän, joka oli naisilla 785 800 kpl ja miehillä yhteensä 375 900 kpl.

## Suunto äänestettiin USA:ssa parhaaksi

■ Yhdysvaltalainen Health-aikakauslehti valitsi Suunto t6 -ranne-tietokoneen parhaaksi kuntoiluvälineeksi puolivuositaisessa parhaiden kuntoilutuotteiden arvioinnissaan. Palkitsemisen perusteina olivat laitteen tarkat mittaukset kehon seitsemästä suoritusparametrasta sekä sen ominaisuus käyttää näitä tietoja mittaamaan kuntoa. Best of Fitness Gear -palkintoa edelsi kahdeksan kuukauden testaus vuoden 2006 parhaiden kuntoiluvälineiden löytämiseksi.

## JULMAsta HILMAan

■ Julkisten hankintojen ilmoitusjärjestelmää uudistetaan. Kauppa- ja teollisuusministeriö on parhaillaan kehittävässä uutta ilmoitusjärjestelmää. Järjestelmässä tullaan julkaisemaan sekä EU-kynnysarvot ylittäviä että alittavia hankintailmoituksia. Uuden ilmoituskanavan osoite tulee olemaan [www.hankintailmoitukset.fi](http://www.hankintailmoitukset.fi) eli HILMA. Järjestelmä tulee korvaamaan kokonaan JULMA-kanavan, joka siis poistuu käytöstä HILMAan siirryttäessä. Vanhalla menettelyllä jatketaan 31.3.2006 saakka. Siirtyminen HILMAan tapahtuu 1.4.2006.

Lähde: KTM