



## Terveisiä FYSI-päiviltä

### FYSI-päivät 2007

**Kuntoutusalan ammattilaiset eri puolilta Suomea kokoontuivat 9. – 10.2.2007 valtakunnallisille FYSI-opintopäiville Naantalin Kylpylään. Luennoilla, workshoppeissa, näyttelyosastoilla ja kahvikupin ääressä opittiin uutta ja vaihdettiin ajatuksia kollegoiden kanssa. Illalla juhlistettiin yhteisen yrittäjäjärjestön 35-vuotista taivalta.**

### Miksi näin?

**Tutkimusta tehdään, mutta käytännöt eivät muutu**

Fysioterapeutti OMT **Tiina Lahtinen-Suopanki** kiinnitti FYSI-päivien paneelissa huomiota tärkeään ongelmaan: tutkimusten tulokset ja hyviksi osoittamat toimintatavat jalkautuvat hitaasti jos ollenkaan terveydenhoidon käytäntöihin.

Esimerkkinä Lahtinen-Suopanki viittasi kahteen korkeatasoiseen, selkäpotilaiden kohtaamista koskevaan väitöskirjatyöhön. Niistä molemmat osoittivat kiistattomasti, että potilaalle heti alussa annettu aika vähentää oleellisesti sekä kipua että kustannuksia.

Lääkärin ensimmäisellä vastaanotokerralla potilaalle antama aika oli hoitotuloksen kannalta merkittävä. Potilas koki, että häntä on kuultu ja arvioitu

ja että lääkäri tietää, mikä häntä vaivaa. Lääkäri selitti vaivan, siihen liittyvät asiat ja kertoi, miten edetään. Kun tähän yhdistettiin vielä fysioterapeutin ohjanta, sellaiset potilaat, jotka tarvitsevat tukea ja ohjausta, hyötyivät eniten.

Tutkimusta tehdään siksi, että voitaisiin parantaa käytäntöjä. Miksi silti pitäydytään vanhassa?, Lahtinen-Suopanki kysyy. Ensimmäinen vastaanottoaika on edelleen niin lyhyt, ettei potilasta ehditä edes riisuttaa. Miten ihminen uskoo, että hänet on nähty ja kuultu ja hänen selkävaivansa arvioitu oikein, jos ei vastaanotolla oteta edes takkia pois päältä. Seuraus on, että potilas tulee hakemaan uudelleen apua.

Jos lääkärin vastaanottoaika ei millään voida pidentää, vaihtoehtona on 1-2 kerran lähete fysio-



Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusyrittäjät FYSI ry:n 35-vuotista taivalta juhlistettiin Naantalin Kylpylässä pidettyjen FYSI-päivien iltatilaisuudessa. Kuvassa iltatilaisuudessa puhunut Isä Mitro vieressään Sunborn Oy:n hallituksen puheenjohtaja, FYSI:n puheenjohtajanakin toiminut Ritva Niemi, FYSI:n toiminnanjohtaja Aino Sainio ja FYSI:n puheenjohtaja, fysioterapiayrittäjä Matti Kettunen.

rapeutille. Fysioterapeutin vastaanottoaika on pitempi, ja hän on käytännössä usein se, joka riisuttaa ja katsoo.

Tuki- ja liikuntaelinvaivaan apua hakevalle ihmiselle pitäisi antaa turva ja sellainen informaatio, jonka hän ymmärtää. Lehtisten jakaminen ilman että ihminen tietää, että tämä nyt on varmasti se minun selkäkipuni syy, ei auta.

Toivon että tällaisiin asioihin kiinnitetään huomiota: että ensimmäisellä kerralla otetaan se kunnan anamneesi ja informaatio, ettei ihmisen tarvitse aina uudelleen kertoa ja yrittää vakuuttaa, että olen kipeä.

Lahtinen-Suopanki muistuttaa, että pelko on suurin kroonistaja selkävaivoissa. Ja paras pelon hävittäjä on informaatio. Se

maksaa itsensä kyllä takaisin.

Tutkimuksia tehdään ja informaation osuudesta on selvää näyttöä. Minä haluaisin nähdä linkityksen

käytäntöön, sillä se on se, missä niitä rahoja säästetään.



FYSI-päivien näyttelyssä Erkki Hakkala valmisti päivillä luennoineelle fysioterapeutti Tiina Lahtinen-Suopankille pohjalliset. Suomessa valmistettu laitteisto tekee yksilöllisen jalka-analyysin ja valmistaa pohjalliset arki- tai urheilujalkineisiin.

hittelytyössä on ollut 23 suomalaisyritystä ja kotimaassa valmistettavilla laitteilla tähdätään myös vientimarkkinoille. Medical-konseptiaan yritys on testannut Diacorissa 3000 oikealla potilaalla ennen konseptin tuomista laajempaan levitykseen. Suunnitteilla on myös laaja Jyväskylän yliopiston kanssa toteutettava tutkimus.



### Jalan ongelmat yleisiä

Peräti 70 %:lla suomalaisista on jalkaongelmia. Tapauksista 80 %:issa syy on perinnöllinen. – On tärkeää, että jalan virheasennot tutkitaan ja korjataan riittävän varhaisessa vaiheessa eli jo ennen kuin ne nilkkaa, polvea ja lonkkaa vääntäessään aiheuttavat rakenteellisia muutoksia ja kipuja. Jalkaterän virheasennon tai –toiminnon korjaaminen täydentää muuta fysioterapiaa, toteaa fysioterapeutti ja toimitusjohtaja **Erkki Hakkala** Footbalance System Oy:stä.

Nuorilla urheilijoilla on paljon virheasentoja, jotka eivät vielä aiheuta kipuja, koska nuoren ihmisen kudokset kestävät venyttymistä. Ennen pitkää kuormitus

tuo kuitenkin mukanaan kudovaurion ja kivut ja silloin ollaan jo vähän myöhässä.

Footbalance on käynnistämässä ennaltatarkkailevan ja vielä komplisoitumattomiin jalkaongelmiin painottuvan Sport-puolen ohelle Medical-toimintaa, jossa korjataan vaikeita jalan virheasentoja. – Niiden hoidossa tarvitaan aina alaraajaongelmiin koulutettu fysioterapeutti tai lääkäri ja useita fysioterapian osa-alueita kivunhoidosta manuaaliseen käsittelyyn, ohjaukseen jne., Hakkala sanoo.

Footbalance on rakentanut yksilöllisten pohjallisten valmistukseen perustuvaa toimintaansa pitkällä aikavälillä. Mukana ke-

### Mini-interventio säästää kipua ja kustannuksia

Kaija Karjalaisen fysiatrian alaan kuuluvan väitöskirjan ”Selkä kivun moniammatillinen kuntoutus. Vaikuttavuuden arviointi” tulokset osoittivat mm., että verrattuna tavanomaiseen hoitoon, lääkärin ja fysioterapeutin yhteistyönä toteutettu 2,5 tuntia kestävä mini-interventio puolittaa sairauslomien määrän sekä parantaa potilastyytyväisyyttä ja sopeutumista kipuun. Sairauslomilla selkävun vuoksi potilaat olivat mini-interventioryhmässä keskimäärin 30 päivää ja tavanomaisen hoidon ryhmässä 62 päivää kahden seuranta vuoden aikana. Mini-interventiosta tavanomaisen hoidon lisänä ei aiheudu lisäkustannuksia, vaan kahden vuoden seurannassa voidaan kustannuksia säästää keskimäärin 4800 euroa potilasta kohden. Interventio olisi helposti sovellettavissa käytäntöön sekä Suomessa että muualla.

### Duodecim-palkinto fysiatri Karl-August Lindgrenille

Lääketieteen opettajan Duodecim-palkinto on myönnetty dosentti, fysiatrian ja yleislääketieteen erikoislääkäri Karl-August Lindgrenille, joka toimii ylilääkärinä Kuntoutus Ortonissa.

Lindgren on johdonmukaisesti edustanut lääkäreiden ja muun terveydenhuoltohenkilöstön koulutusta. Hän on ollut perustamassa Kuopion yliopistosairaalan kuntoutustutkimusosastoa ja kouluttanut sekä lääkäreitä että fysioterapeutteja sen toimintaan vuosina. Kuntoutus Ortonissa hän on vastannut usean vuoden ajan lääkäreiden koulutuksesta ja apulaislääkäreiden ohjauksesta.

Lindgren on pitänyt useita poikkitieteellisiä kursseja ja edistänyt hammaslääkäreiden tietämystä tuki- ja liikuntaelinsairauksiin liittyvistä ongelmista.

Oppilaitaan Lindgren opettaa käytännönläheisesti, kädestä pitäen. Hän on pidetty opettaja, joka suhtautuu opiskelijoihin aina myönteisesti, kunnioittaen ja lämpimällä huumorilla.

**DITER**  
www.diter.com

Yli 30 vuotta kotimaista terveysteknologiaa

FYSIOTERAPIAN LAITTEET  
TARVIKKEET  
KALUSTEET  
KOULUTUS  
HUOLTO

Diter-Elektroniikka Oy  
puh. 02-253 9800  
s-posti: mail@diter.com  
Hakkiskuja 10, Turku