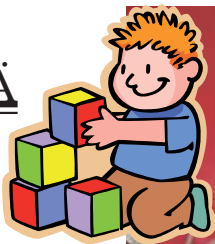


**FYSIOTERAPEUTTI  
PÄIVÄKOTIKÄYNNILLÄ**

**Aku salapoliisina:  
Vauhtia ja  
vaarallisia  
tilanteita!**



■ Kello lähestyy aamuyhdeksää Piinokankadun päiväkodissa Turun Varissuolla. Fysioterapeutti **Tuija Savolainen-Välilä** lasten fysioterapiaan erikoistuneesta Activuksesta purkaa jumppasalissa isoa iloisenväristä kassiaan, jossa hän on tuonut mukanaan **Akun** fysioterapiatunnilla tarvittavaa rekvisiittia.

- Ideoimme tämänkertaisen terapian sisällön viime viikolla yhdessä Akun kanssa. Hän on tänään vauhtiin ja vaarallisiin tilanteisiin mieltynyt salapoliisi, Tuija kertoo ja lisää, että lasten – erityisesti Akun kaltaisten esikouluikäisten – fysioterapia pyrkii toimimaan lapsen leikin puitteissa ja tekemään terapiasta mahdollisimman toiminnallista.

Terapiatunti havainnollistaa, mistä on kysymys. Erittäin hoksaavaksi ja huumorintajuiseksi osoittautuva Aku heittäytyy oitis teemaan ja huristelee autollaan (= mahalautta) etsimässä johtolankoja (= Tuijan huoneeseen kätkemää rakennuspalikoita). Välillä lasketaan, onko erivärisiä johtolankoja jo tarpeeksi. Kun kaikki on löydetty, ryhdytään kokoamaan salaisuutta (=

palikoista rakentava Vilistäjä-koira). Salaisuutta ratkotaan (= palikoita kootaan) lattialla suurin jaloin istuen, joten Akulle erityisen tärkeä jalkojen venytys sujuu ensikipristysten jälkeen kuin huomaamatta.

Muutkin fysioterapian tärkeät osatekijät toteutuvat leikin kautta: motorinen suunnittelu, vartalonhallinta, tasapaino, voima ja voiman säätely ja monet muut normaalissa elämässä tärkeät valmiudet.

- Liikuntavammaisten lasten koko elämänsä maailma on vauvasta asti erilainen

kuin lapsilla, joilla liikuntavammaa ei ole. Fysio- ja toimintaterapialla tuetaan lapsen mahdollisimman hyvää selviytymistä elämän normaaleista tilanteista, ja viime kädessä terapeutin tehtävä on tehdä itsestään mahdollisimman tarpeeton, Tuija Savolainen-Välilä sanoo.

Akulla on lievä CP-vamma, joka ilmenee alaraajojen ja osittain yläraajojen lihasjänteyden kohoamisena. Hän on myös ollut pikkukeskonen, mistä syystä vartalo on puolestaan matalatonuksinen eli lihasjänteydeltään matala, mikä vaikeuttaa vartalonhallintaa ja sen myötä tasapainon hallintaa ja liikumista sekä siirtymistä asennosta toiseen.

Akun fysioterapia on alkanut jo vauvana sairaalassa. Tuija on ohjannut Akun fysioterapiaa siitä saakka, kun Aku oli 1,5-vuotias. Ensi vuonna koulutiensä normaalisissa koulussa aloittava, jo lukemaan oppinut Aku on edistynyt hienosti.

- Tärkeää on todella toimiva yhteistyö kodin, päiväkodin ja meidän terapeuttien kesken. Henkilökohtaisten päivähoidon suunnitelmien tekeminen on kiinteyttänyt entisestään kaikkien niiden eri tahojen yhteistyötä, joiden kanssa lapsi on kosketuksissa, ja periaate on se, että me



Akun jalkoja sattuu, kun hän venyttää niitä suoriksi. Kipristely kuitenkin unohtuu, kun Tuija alkaa ihmetellä, miten Akun jalka venyy yllättäen pitemmälle kuin hänen omansa! Sen jälkeen jumppakaverukset istuvat pitkän tovin lattialla johtolankapalasia kokoamassa. Idearikkaan Akun mieli on keskittynyt leikkiin ja jalat saavat venytystä kuin huomaamatta samalla, kun kädet saavat harjoitusta voimassa ja voimankäytössä.

toiminut Tuija Savolainen-Välilä sanoo.



kaikki autamme toisiamme auttamaan Akua, Tuija Savolainen-Välilä sanoo.

Akun äiti **Niina Salakari** sanoo Akun ja Tuijan jumppien sujuvan todella hyvin. - Lisäksi noudattamme kotona Tuijalta saamiamme ohjeita. Venyttelemme aina, kun on vähänkin ylimääräistä aikaa - esimerkiksi telkkaria katsoessamme - ja kannustamme Akua omatoimisuuteen. Hän osaa jo laittaa jopa ortoosit itse jalkaan, vaikka se on hankalaa aikuisellekin, Niina sanoo.

- Lasten kanssa on oltava mukana satasella - muuten ei onnistu. Omat asiat on saatava ihan taka-alalle ja keskityttävä lapseen ja tilanteeseen

täysillä, Akun fysioterapeutina jo kuuden vuoden ajan



Salapoliisi Aku kurvailee huoneessa autollaan johtolankoja etsien. Vartalon ojennus ja lihasten hallinta paranee.

**Vauvasta asti erilainen kokemuspiiri**

■ Liikuntavammaisen lapsen kokemuspiiri on vauvasta asti erilainen kuin ilman liikuntavammaa syntyneiden. Kaikki kehityksen vaiheet - esimerkiksi vaikka suulla tutkiminen - eivät liikuntavammasta johtuen ehkä tapahdukaan optimaalisessa kehityksen vaiheessa. Jo vauvana alkavalla fysioterapialla ja siihen yhdistetyillä kotiharjoitteilla tuetaan lasta niin, että liikuntavamma haittaa mahdollisimman vähän lapsen normaalia kasvua ja kehitystä.

**Lapsetkin tarvitsevat lymfiterapiaa**

■ Fysioterapeutti Tuija Savolainen-Välilä on koulutunut myös lymfaterapeutiksi ja tekee lymfaterapiaa lapsille. - Lapsillakin on sellaisia sairauksia, joissa lymfatiet ovat alikehittyneet tai muuten toimintavaajat. Mutta otan käyttöön lymfaterapian keinot muulloinkin, mm.

silloin, kun tonus on niin korkealla, että lapselle on tullut paha virheasento. Käytän lymfää myös ennen neuroalitudoksen mobilisaatiota, ja se on osoittautunut hyväksi menetelmäksi myös reumalasten akuuteissa tulehdustilanteissa.

- Erityisen hyvän avun lymfasta sai eräs hemipoiika, jonka muuten matalatonuksisessa yläraajassa oli toiminnassa kohoavaa tonusta. Raajaan kehittyi paljon turvotusta, joka haittasi myös pojan fysio- ja toimintaterapiaa. Hänelle haettiin lymfaterapian kokeilujaksoa, ja seurauksena oli aika dramaattinen muutos: oli hämmästyttävää nähdä, miten paljon raajan ympärystä lähtee ihan yhdellä hoitokerralla. Terapia on helpottunut ja pojan on helpompi pukea myös lastat paikoilleen ja pitää niitä, kun raajassa ei ole vahvaa turvotusta.

■ Fysioterapeutti Tuija Savolainen-Välilä:

"Lasten kanssa oltava satasella mukana, muuten ei onnistu. On keskityttävä täydellisesti lapseen ja käsillä olevaan tilanteeseen."

"Ei-sana on suosiossa tietyissä lapsen kehitysvaiheissa ja känkkärätkä voi tulla vierailulle myös terapiaan. Silloin etsitään vaihtoehto ja edetään lapsen mielenkiintojen mukaan, jotta vältetään pattitilanteelta ja terapia voi jatkua."

**Akun fysioterapia:**

Kaksi fysioterapiaker-taa viikossa päiväkodissa (=mahdollisimman muokattavassa ympäristössä) toteutettuina. Toinen kerroista yhdessä toimintaterapeutin kanssa. Välillä allasterapiaa: uintiharjoituksia 30-asteisessa lämpimässä altaassa ja välillä pyöräharjoittelua tai talvella

vaikka lumikenkäilyä. Yhteistyötahojen informointi: perheen ja päiväkodin aktiivinen panos arjen tilanteissa (leikki-asetnot jne.). Tarvittaessa apuvälinetarpeen kartoitus kotona ja päiväkodissa (esim. wc-käyntejä helpottavat korokkeet ja kaiteet).

**Terapian tavoitteet:**

Tavoitteena antaa lapselle mahdollisimmat hyvät valmiudet selvitä elämän normaaleista tilanteista: lihastonuksta eli lihasjänteyttä normalisoimalla, tasapainoa ja motorista suunnittelua parantamimalla mahdollisimman toiminnallisen terapian keinoin. Päiväkodissa kuntoutussuunnitelmaa päivitetään ajankohitaiseksi aina syksyisin ja keväisin.