

## Antibioottien käyttö laskusuunnassa

■ Suomen Lääkärilehdessä julkaistun tutkimuksen mukaan tärkeimpien bakteerilääkkeiden kulutus on kuluneen 10 vuoden aikana hiljalleen laskenut. Kehityssuuntaa pidetään myönteisenä. Se osoittaa, että lääkärit ja potilaat ovat paremmin omaksumassa Käypä hoito -suositusten mukaiset hoitolinjat.

## Käyttö vaihtelee maittain

■ Bakteerilääkkeiden käyttö on Suomessa Euroopan mittapuun mukaan keskitasoa. Euroopan eri maissa kulutus vaihtelee suuresti ääripäiden välillä. Ranskalaiset käyttivät bakteerilääkkeitä vuonna 2002 asukasta kohden yli kolme kertaa enemmän kuin hollantilaiset (32,2 vs. 10,0 päiväänosta/1000 asukasta/vuorokausi). Suomi sijoittui näiden maiden puoliväliin (18,0).

Kahdeksan tärkeimmän bakteerilääkkeen yhteenlaskettu kulutus on laskenut 15 prosenttia vuosina 1995–2005. Suosituimpia mikrobilääkkeitä ovat edelleen tetrasykliinien ryhmään kuuluva doksisykliini, kefalosporiiniiniryhmän kefaloksiini ja penisilliinijohdoksiin kuuluva amoksisilliini. Uusien antibioottiryhmien, kuten makrolidien, kulutus on kääntynyt toivotusti laskuun. Samoin fluorokinolonien käytön kasvu on taittunut.

## Selkärankareuma kivun taustalla?

■ Alle 40-vuotiailla saattaa jatkuvan selkävun taustalla olla myös selkärankareuma. Se on tyypillisesti nuorten aikuisten tulehdusellinen sairaus, joka voi oireilla vuosia ennen sairauden toteamista. Terveystieteissä olisi tärkeää muistaa selkärankareuman mahdollisuus selkäkipuja diagnosoitaessa. Selkärankareuman syytä ei tunneta, mutta bakteeri-infektioilla saattaa olla merkitystä sen puhkeamisessa. Aamujäykkyys ja kantapäät ovat taudille tyypillisiä. Ylösnousu ja liikunta helpottavat kipua. Koska selkärankareuma pyrkii jäykistämään selkärankaa etukumaraan, ylläpidetään hyvää ryhtiä ja selkärangan liikkuvuutta säännöllisellä liikunnalla. Myös fysioterapia on keskeinen hoitomuoto. Tulehduskipulääkkeet lievittävät yleensä hyvin selkärankareuman oireita.

## Itsearviointi laadunhallinnan työkaluksi

■ Sosiaali- ja terveydenhuollon pienille työyksiköille on kehitetty laadunhallinnan työkaluksi soveltuva ITE-itsearviointimenetelmä. Useassa eri vaiheessa kehitetyn järjestelmän toimivuus on testattu yli 200 alan työyksikössä. Menetelmä on hioutunut yksinkertaiseksi, mutta kattaa lähes koko yrityksen toiminnan. ITE on kehitetty kaikkien työntekijöiden yhteiseksi työvälineeksi, joka auttaa pääsemään laatuun käsiksi.

FYSI järjestää 5.10.2006 fysioterapeuteille suunnatun ITE-koulutuspäivän, joka antaa osallistujille työkalun oman toiminnan arvioimiseen. ITE-menetelmä ei ole sidoksissa mihinkään laadunhallintajärjestelmään, mutta sen yhteensopivuus ko. järjestelmien kanssa on tarkistettu. Kouluttajana toimii erityisasiantuntija Tupu Holma.

## Mulligan Concept -koulutus jatkuu myös ensi vuonna

■ FYSI:n järjestämä erittäin suosittu Mulligan Concept -koulutus jatkuu myös ensi vuonna. Australiassa kehitettyihin mobilisointitekniikoihin perehdytään suomen kielellä. Kouluttajana toimii kansainväliseen

Mulligan Concept -kouluttajarekseen kuuluva fysioterapeutti Virve Havulinna. Ensi vuonna koulutus järjestetään 10.-11.9., 15.-16.10. ja jatkokurssi 28.-29.11.2007

## Neurologisen kuntoutuksen erityiskoulutus täytti ennätysajassa

■ FYSI:n käynnistämä Neurologien kuntoutuksen erityiskoulutus täytti ennätysajassa. Kaksi uutta ryhmää käynnistyykin jo alkuvuodesta. Koulutuksen tavoitteena on neurologisen osaamisen päivittäminen ja uusimman tiedon hyödyntäminen neurologisten asiakkaiden avokuntoutuksessa. Koulutus antaa uusinta tietoa neurologisten sairauksien patofysiologiasta, hoidosta ja fysioterapiasta sairauden eri vaiheissa. Koulutus antaa fysioterapeutille lisävalmiuksia ja uusia ideoita neurologisen asiakkaan

toimintakyvyn arviointiin ja fysioterapiaan. Koulutuksessa käsitellään yleisimmät neurologiset sairaudet. Koulutus antaa fysioterapeutille lisävalmiuksia ja uusia ideoita neurologisen asiakkaan toimintakyvyn arviointiin ja fysioterapiaan. Koulutus on suunnattu FYSI ry:n jäsenyrityksille ja näiden fysioterapiayritysten henkilökunnalle, joilla asiakkaina on neurologisia aikuisasiakkaita.

## Uudistu ja panosta tulevaisuuteen! Nyt se on helppoa!



Monipuoliset virtamuodot, ultraääni- ja yhdistelmähoidot

Helppo, nopea ja yksinkertainen käyttö

Selkeä, naarmuuntumaton näyttöruutu

Tyylikääs, ergonominen muotoilu

Valmiit hoito-ohjelmat ja selkeät asettelukuvat

Kaikki hoito-ohjelmat heti käyttövalmiina

Ennennäkemätön "terapia-assistentti"

Lisävarusteena äänetön imuksikkö

Magneettinen äänipäänpidike

Ergonominen äänipää, ainutlaatuinen kontaktikontrolli

## TULEVAISUUDEN HUIPPU-UUTUUS ENRAF-NONIUKSELTA!

SONOPULS 692 – Laitteen suunnittelussa huomioitu uusin kansainvälinen tutkimustieto!

Physio Pirkko Metsola  
Otaranta 6, 02150 Espoo  
puh. 040-8200078, fax 09-241 1199  
e-mail info@physiopirkkomettsola.fi  
www.physiopirkkomettsola.fi



## Fysioterapeutti sopii lihavuuden kanssa kamppailevan tukihenkilöksi

■ Ylipainoon liittyy monenlaisia liikkumista haittaavia vaivoja. Toisaalta tuki- ja liikuntaelinongelmat vaikeuttavat liikkumista ja vähäinen liikunta puolestaan altistaa ylipainolle. Fysioterapeutilla on terveydenhoidon laillistettuna ammattihenkilönä ja tuki- ja liikuntaelinsairauksien asiantuntijana mahdollisuus tukea eri-ikäisten ylipainoisten - niin lasten kuin aikuistenkin - painonhallintaa ja liikkumista niin, että painonpudotus on turvallista ja että liikunnasta tulee painonhallintaa helpottava elämäntapa.

Suomen fysioterapia- ja kuntoutusyritykset FYSI ry järjestää yhteistyössä Suomen Sydänliiton kanssa loka-marraskuussa 2006 Painonhallintaryhmän ohjaajakoulutuksen. Koulutus koostuu kahdesta moduulista, jotka järjestetään 31.10.-2.11.2006 ja 28.-29.11.2006. Koulutus perustuu Sydänliiton ja Diabetesliiton uuteen malliin. Uutta mallissa on lähestymistapa, joka pohjautuu ravitsemuksen, liikunnan ja oppimispsykologian yhdistämiseen, ryhmän hyö-

dyntämiseen ja valmentamiseen otteeseen ohjauksessa. FYSI:n järjestämä koulutus on suunnattu erityisesti fysioterapeuteille.

## Jo 5-10 prosentin painonpudotus auttaa

Lihavuustutkijat tekivät uusimpaan tutkimustietoon perustuvia linjauksia Helsingissä 4.5.2006 järjestetyssä Obesity and Hypertension -symposiumissa. Lihavuustutkijat Ry:n puheenjohtaja Jorma Kaukua totesi symposiumissa, että kaikkien tahojen on Suomessa aktivoitettava lihavuuden hoitoon. Lyhytinterventio eli lyhytohjaus on otettava käyttöön perushoidon rinnalle kaikkialla.

Jo 5-10 prosentin lihduttaminen alkuperäisestä painosta vaikuttaa edullisesti sydän- ja verisuonitautien vaaratekijöihin. Tavoitteena ei ole usein epärealistinen kaikista liikkailoista pääseminen vaan terveyden kannalta sopivissa mitoissa pysyminen. Lievästi lihavalle painonnousun pysäyttäminenkin on hyvä tulos.