

Aktivoiva fysioterapia aivohalvauspotilaan

Outi Pyöriän tuoreella fysioterapian alan väitöstudiumilla on pitkät juuret hänen fysioterapeutintyössään. Näin siitä huolimatta, ettei Pyöriä koskaan ajatellut ryhtyvänsä tutkijaksi. Tutkimusaihe kuitenkin kasvoi käytännöstä. - Minulla on pitkä kliinisen fysioterapeutin kokemus. Neurologisten asiakkaiden kanssa työskennellessäni huomasin, etten saanut aikaan terapian siirtovaikutusta potilaan arkeen sillä tavalla kuin olisin halunnut.



Nyt valmistunut väitös on yksi vastaus **Outi Pyöriän** fysioterapeutintyössään kokemaan tavoitteen ja toteutuksen väliseen ristiriitaan. - Kysymykseksi muodostui, miten kääntää mielessä aivan selvinä olevat tavoitteet arkityöhön niin, että tavoitteet potilaskeskeisestä fysioterapiasta toteutuvat ja auttavat potilasta hänen omassa koti- ja elinympäristössään. Näen tällaisen soveltavan tutkimuksen fysioterapiassa hyvin tärkeäksi: se antaa sellaista käytännönläheistä tietoa, jonka avulla voimme muuttaa työelämän käytäntöjä sellaisiksi, että pääsemme terapialla vielä parempiin tuloksiin, Pyöriä sanoo.

Tutkimusprojektin yhtenä käynnistävänä tekijänä oli uusi näkemys tasapainon hallinnasta ja sen mittaamisesta aivohalvauspotilailla. - Aivohalvauspotilaan fysioterapian yhtenä tärkeänä tavoitteena on asennonhallinnan paraneminen erilaisissa toiminnallisissa tilanteissa. Keskeiseksi nousi kysymys, miten paljon loppujen lopuksi pystymme parantamaan potilaan tasapainoa ”ulkoa käsin” auttamalla. Entä jos lähtisimmekin liikkeelle potilaan omasta maailmasta ja saisimme hänessä liikkeelle oppimisprosessin, jossa hän alkaa siirtää oppimaansa kehon hallintaa omaan arkeensa ja ympäristöönsä ja kehittää jopa omia ratkaisujaan.

- Tämä osoittautui mahdolliseksi, kun luovuttiin kärjistyesti ilmaistuna ”terapeutikeskeisestä” tekemisestä ja keskityttiin konkreettisiin tehtäviin, jotka rakennettiin kuntoutujan näkökulmasta sopivalle vaikeustasolle. Todettiin, että potilaalle hyvin havainnollisten ja helposti ymmärrettävien tehtävien kautta on mahdollista käynnistää kognitiivinen prosessi, jossa potilas aktivoituu käyttämään muistiaan, havaintojaan, ongelmanratkaisutaitojaan jne. omassa arjessaan eteen tulevissa tilanteissa.

Pyöriä sanoo, että kuntoutuminen on aina oppimisprosessi. Aivohalvauspotilaan on opeteltava tietoisesti uudestaan tai

dot, jotka olivat aiemmin itsestäänselvyksiä. - Ongelmanratkaisutaito on itse asiassa liikkumisen oleellinen osa.

Tehtäväkeskeisessä fysioterapiassa fysioterapeutti ruokkii potilaan kognitiivista prosessia, tietoista kuntoutumisen vaiheiden ymmärtämistä, tarjoamalla potilaalle konkreettista tietoa juuri hänen kuntoutumisestaan. Tärkeä ensimmäinen askel on saada potilas mieltämään oma lähtötasonsa. Sen jälkeen hänen on helpompi hahmottaa myös kuntoutumisen seuraavat vaiheet.

Väitöstudiumuksessa oli mukana joukko aivohalvauspotilaiden kanssa työskenteleviä fysioterapeutteja, joita Pyöriä kiittää rohkeudesta ja ennakkoluulottomuudesta. - He uskalsivat katsoa omaa työtään uudesta näkökulmasta ja avata sen arvioinnin kohteeksi. Tästä vaiheesta **Merja Reunanen**, TtL, teki tutkimusta fysioterapeuttien työkehittämisen vaiheista.

- Fysioterapeutteja pyydettiin projektin aluksi kuvaamaan kirjallisesti omaa työtään aivohalvauspotilaiden kuntouttajina: mikä on työn tavoite ja mitkä asiat ovat tärkeimpiä. Vastaukset olivat aivan loistavia. Esiin nousivat potilaan aktiivinen rooli, toimintakykykorostukset ja kaikki tärkeä kuin oppikirjasta.

- Kun seuraavassa vaiheessa videoitiin kunkin fysioterapeutin työtä, videokuva kuitenkin paljasti, että hyvät tavoitteet ja tarkoitukset eivät toteutuneetkaan käytännön tekoina. Kuvissa potilaan omat ajatukset usein sivuutettiin, keskiössä olikin potilaan sijasta fysioterapeutti ja hänen tekemisensä.

Pyöriä korostaa, ettei ”vika” ole yksittäisessä fysioterapeutissa, vaan terapeutikeskeinen tekemisen malli on hiipinyt rakenteisiin. - Kyse ei myöskään ole vain suomalaisista käytännöistä, vaan fysioterapeutin roolia aivohalvauskuntoutuksessa on alettu tutkia laajemmin eripuolilla maailmaa.

Hän kannustaa fysioterapeutteja toteuttamaan rohkeasti potilas- ja tehtäväkeskeisempää terapiaa. - Olen koulutustyössäni nähnyt, että fysioterapeuteissa on hyvin paljon valmiutta