

oitä, joihin muilla keinoin ei oikein ole päästy käsiksi?

- Lihaseenergiatekniikoiden tavoitteena on hoitaa toiminnan häiriöitä ja saada nivelet toimimaan taas kunnolla. Siinä ei kuitenkaan kiinnitetä huomiota vain niveliin, vaan yhtä lailla niihin niveltä ympäröiviin lihaksiin, joiden toiminta on myös häiriintynyt. Tärkeää on myös huomioida, että tietyn alueen kivun ja toiminnan häiriön syy saattaa löytyä kauempaa, jonnekin toisen kehon osan toiminnan häiriöstä.

HOITOESIMERKKI

Asiakas on lenkillä astunut kuoppaan sillä seurauksella, että ristiluun on työntynyt L5:een eikä enää kierry ja toimi kunnolla. Selkää on alkanut parin, kolmen kuukauden kuluttua särkeä ja tilanne on mennyt vain pahempaan päin. Fysioterapeutti hoitaa tilannetta lihaseenergiatekniikoilla viemällä toimintahäiriöisen nivelen kierroilla ääriasentoon. Potilas makaa hoitopöydällä kiertoasennossa, toinen jalka roikkuu hoitopöydän laidan yli. Fysioterapeutti tukee potilaan toista jalkaa ja pyytää hoidettavaa jännittämään vatsalihakset sekä kannattelemaan itse jalan painoa. 6-8 sekunnin lihasjännityksen jälkeen potilasta pyydetään rentouttamaan lihakset. Lihaseenergiatekniikan jälkeen nivel sallii suuremman liikeradan ja toimintahäiriö lähtee korjautumaan, mikä voidaan todeta heti hoidon jälkeen toteutettavalla uusintatestillä. Koska kudoksilla on taipumus palata toimintahäiriöiseen tilaan, hoito uusitaan tarkoituksenmukaisin välein, kunnes tilanne on korjaantunut ja kuoppaan astumisen aiheuttama toimintahäiriö ja siitä aiheutunut selkäsärky ovat poissa.

Esimerkin on laatinut fysioterapeutti Suvi Viander. Hän on käyttänyt lihaseenergiatekniikoita työssään siitä asti, kun tutustui menetelmään ja koulutautui sen käyttöön työskennellessään fysioterapeutina Englannissa. Suvi Viander on toiminut myös Darren Higginsin assistenttina osassa Suomessa toteutetuista FYSI-koulutuksista.



Lihaseenergiatekniikoissa käytetään kiertoja ja nivelten ääriasentoon viemistä hoidettavan omaa lihasaktiiviteettia hyödyntämällä. Hoitotekniikat ovat pehmeitä, potilaan omaankin aktiivisuuteen perustuvia. Kivulliaita, äkkinaisiä toimenpiteitä ei tehdä.

HUR | labs

| Testing excellence |

Suorituskyvyn testaamisen tuotteet ja osaaminen



Hur Labs
tasapainotestaus ja
-harjoittelu

Tanita kehon
koostumuksen
analysointi



Monark
Testiergometrit

Tervetuloa
Apuväline 2007 -messuille
Pirkkahalliin Tampereelle
8. - 10.11.2007

www.hurlabs.fi