

Suomalaiskeskintö helpottaa helikobakteerin aiheuttamien sairauksien tutkimista

■ Lääketieteen Nobelpalkinto myönnettiin tänä vuonna tutkijoille, jotka yli 20 vuotta sitten osoittivat, että vaikeat mahan sairaudet, kuten gastriitti ja peptinen haavatauti, ovat helikobakteerin aiheuttamia. Suomessa kehitetty GastroPanel on verikoe, jonka avulla helikobakteeri-infektio löytyy luotettavasti. Samalla tutkimus antaa mahalaukun tilasta sellaista tietoa, jota aikaisemmin oli mahdollista saada vain gastroskopiaa ja koepalututkimuksilla.

Lähde: Biohit Oyj:n tiedote

Pääsy terveyskeskuslääkäriin parantunut

■ Väestön mukaan pääsy terveyskeskukseen ja terveyskeskuslääkäriin vastaanotolle on parantunut hoitotakuun voimaan tulon jälkeen. Puolet terveyskeskuslääkäreistä on sitä mieltä, että potilaat saavat yhteyden terveyskeskukseen aiempaa nopeammin. Joka neljäs terveyskeskuslääkäri koki, että potilaat pääsevät nykyisin nopeammin heidän vastaanotolleen. Väestövastuulääkärit kokevat ongelmaksi hoidettavien potilaiden suuren määrän. Käsitetyksi hoitotakuusta selvitti Suomen Lääkäriliitto.

Läpimurto psoriaasin hoidossa

■ Tuoreen kansainvälisen tutkimuksen mukaan infliksimabia sisältävä Remicade-lääke on muita hoitomuotoja tehokkaampi ja hyvin siedetty tapa hoitaa psoriaasia sairastavia potilaita. Lääke on syyskuussa 2005 saanut Euroopan laajuisen käyttöluvan vaikean ja keskivaikean läiskäpsoriaasin hoitoon. Lääketieteellinen Lancet-lehti julkaisi numerossaan 366 (15.10.2005) tutkimustulokset, jotka vahvistavat infliksimabin tehon. Remicade annostellaan potilaalle suonensisäisenä tiputuksena sairaalassa tai terveyskeskuksessa. Lääkettä on käytetty jo vuodesta 1999 muun muassa nivelreuman hoidossa.

Tutkimuksen mukaan infliksimabi tehoaa hyvin läiskäpsoriaasin oireisiin. Lääkettä saaneista tutkimusryhmän potilaista yli puolella iho-oireet parantuvat jopa 90 prosenttia verrattuna lähtötasoon.

LHT tänään:

Täsmäharjoitteita tarkasti annosteltuina



■ Lääkinnällinen harjoitusterapia (LHT) on oleellinen osa aktiivista fysioterapiata. Viime vuosien tutkimustieto ja laitekehitys ovat tehneet LHT:stä parhaimmillaan asiakkaan kulloiseenkin vaivaan ja tarpeeseen annosteltua täsmähoitoa.

LHT-konseptin kehitti

1960-luvulla norjalainen fysioterapeutti ja manuaalisen fysioterapian erikoistuntija **Oddvar Holten**. Ruotsissa toimivaa Holten Instituuttia luotsaa nykyään LHT-terapiaan sekä kliinisen työn että pitkäjänteisen tutkimustyön kautta perehtynyt fysioterapeutti **Tom Arild Torstensen**. Hän on

Askelkyyky suoritetaan painotanko hartioiden takana siten, että selkä on optimaalisessa asennossa ja lihaskalvoa kohdallaan.

kehittänyt konseptia voimakkaasti eteenpäin tämän päivän tarpeisiin.

Loogisesti jaotellusta ja pitkälle tuoteistetusta LHT-kokonaisuudesta löytyy täsmäharjoitteita erilaisiin ongelmiin. Erityistä huomiota kiinnitetään ongelman eri vaiheissa kuormituksen (vrt. lääkkeen annostelu) ja asiakkaan motiivointiin.

Fysioterapeutin ohjaama harjoittelu voidaan kohdentaa asiakkaan kulloiseenkin tarpeeseen mukaan esim. kivunlievitykseen, liikerautojen ja kudoskestävyyden parantamiseen, stabilointiin tai päivittäisten toiminta-

valmiuksien ylläpitämiseen ja kehittämiseen.

FYSI toteuttaa yhteistyössä fysioterapeutti Tom Arild Torstensenin kanssa kuusi osiota käsittävän LHT-koulutuskokonaisuuden. Osiot ovat itsenäisiä koulutuksia eivätkä edellytä muiden osioiden käymistä. Syyskuussa FysioSporttis Espoon tiloissa toteutettu osio 1: alaselän ja rintarangan alueen harjoitteet sai erinomaisen vastaanoton.

tää todella mistä puhuu.

- Meillä käy paljon selkä- ja niska-hartiasuutopotilaita. Hoidamme heitä ensin McKenzie-terapialla, jotta saamme vaivat ja kivut kuriin. Sen jälkeen on harjoitteluterapian vuoro: Jos henkilöllä on ollut jo kauan tuki- ja liikuntaelinongelmia, lihaskuntokin on rapistunut. Lähemme vahvistamaan heikkoja segmenttejä lääkinällisellä harjoitteluterapialla, jotta vaivan uusiutuminen saadaan ehkäistyksi, Mika



Fysioterapeutti Mika Mustonen tekemässä lannerankaa stabiloivia harjoitteita. Tom Arild ohjaa. Takakenoasennossa vatsalihakset tekevät koko ajan töitä. Jalat toimivat vastapainona.

Tarkkaan kohdistettu, oikein annosteltu

Fysioterapeutti **Mika Mustonen** Nurmeksessa toimivasta Fysio MM:stä luonnehtii koulutusta yksinkertaisesti ”parhaaksi, jossa olen koskaan ollut”. - Kouluttaja on painanut asioitten kanssa niin kauan, että tie-

Mustonen kertoo.

- Meillä on peruskuntosalia, jonka laitteet aiomme uusia. Tarkoituksemme on hankkia yhdistelmälaitteet, jotka käyvät erinomaisesti myös LHT-harjoitteiden tekemiseen; painopakkaa voi hyvin jakaa ja toteuttaa harjoittelua pienemmillä ja-otuksilla.



Fysioterapeutit voivat LHT-koulutuksen 1. osiosta kotiviemiseksi paitsi selviä ohjeita, käytännön harjoitteita ja uusia ideoita, myös uuden, kokonaisvaltaisemman näkökulman, jossa 20 vuoden takaiset opit saivat vauhdikkaan tuuletuksen.

Miten lääkinällinen harjoitusterapia LHT eroaa kuntosaliharjoittelusta? LHT koostuu fysioterapeutin ohjaamista, aina tietyn spesifin ongelman hoitoon suunnitelluista, kuormitukseltaan tarkasti kulloiseenkin toipumisen vaiheeseen sopivista täsmäharjoitteista.

DITER

- elektroterapialaitteet
- ultraäänihoidolaitteet
- yhdistelmähoitolaitteet
- laserhoitolaitteet
- TNS ja EMS -laitteet kotikäyttöön
- niska- ja selkävetoalaitteet

www.diter.com



- VALMISTUS
- MYYNTI
- KOULUTUS
- HUOLTO

Diter-Elektronikka Oy
puh. 02-253 9800
Reima Karsikas 040-571 0615
sähköposti: mail@diter.com
Hakkiskuja 10, 20300 Turku

Pilates on pop!



CHIPILATES
ON POP!

Kaipaatko uusia ideoita ja tehoa yksilö- ja ryhmätunteihisi?

Parhaita paloja mm. Pilates- ja Feldenkreis harjoitteista.

Löydä ja harjoittele syvät vartalon lihaskunttoon!

Kurssiaika: 14.11.2005
klo 8:30-15:30

Hinta: 95 €

Ilmoittautuminen: puh. 03-2225035 /
0440 749900 / Liikuntasali@35.plus.fi

Kouluttajat: FT Tiina Suikki ja
FT Minna Rydman

Liikuntasali **35 Plus**
Hämeenkatu 23 B - 33200 Tampere
0Hällän talo, 3 krs) - Puh. (03) 222 5035
Lisää tietoa toiminnasta: www.35plus.fi