

# Lantionpohjan toimintahäiriöt

- kasvava ongelma, joka voidaan hoitaa

**Koulutus** perustuu teoriaan ja biofeedback –opetukseen, jossa laitteiden avulla voidaan todentaa lihasten heikkous tai vahvuus, lepotilan mittaus/ toiminnalliset mittaukset. Fysioterapeuttien täydennyskoulutukseen sisältyy käytännön harjoituksia pienryhmissä.

Lantionpohjan toimintahäiriöt -koulutus toimii hyvin fysioterapeuttien tietojen päivityksenä: koulutuksessa tuodaan esille uusin kansainvälinen tieto lantionpohjan toimintahäiriöiden hoitomahdollisuuksista naisilla, miehillä ja lapsilla.

## 27.-28.11.2008 (to-pe) Helsinki

### Ohjelma:

#### Torstai 27.11.2008

klo 9.00	Ilmoittautuminen ja kahvi
klo 9.15	Naisten lantiopohjan anatomia ja lantionpohjan toimintahäiriöt; lantiopohjan lihasten heikkous, laskeumat, ylijännitys- ja kiputilat yms. Gynekologi Teija Alanko, Mehiläinen Keskustelu/ kysymyksiä 10 min
klo 10.30	Tauko
klo 10.40	Miesten lantiopohjan rakenne ja toimintahäiriöiden syyt ja seuraukset; lantiopohjan ylijännitys- ja kiputilat, eturauhasongelmat, seksuaaliset toimintahäiriöt yms.
klo 11.50	Kansainvälisiä suosituksia terminologiasta: ft Pirkko Raivio
klo 12.00	Lounas
klo 12.45	Kansainvälinen katsaus lantionpohjan toimintahäiriöiden fysioterapiasta; lapset, urheilijat, miehet, naiset, ikääntyneet SHJ, fysioterapeutti, uroterapeutti Pirkko Metsola Keskustelu, kysymyksiä 10 min
klo 13.45	Lantionpohjan EMG –tutkimus, mittaustulosten analysointi, hoidon suunnittelu ja toteutus Pirkko Metsola
klo 14.30	Kahvitauko
klo 14.45	Käytännön harjoitukset pienryhmissä; lepotilan mittaus, toiminnalliset mittaukset eri alkuasunnoissa, sähkön tunnistamistason mittaaminen; fysioterapeutit Pirkko Metsola, Pirkko Raivio ja Pirkko Åkerman (Keski-Suomen Keskussairaala)
klo 16.00	Ongelmatapausten käsittelyä ja hoito-ohjeet
klo 16.30	Päivän päätös

#### Perjantai 28.11.2008

klo 8.30	Tutkimisen dokumentointi ja sen merkitys, edistymisen seuranta ja raportointi Tutkimisen kautta terapiaan, tavoitteena lantionpohjan hyvinvointi Fysioterapeutti Pirkko Raivio
klo 9.15	Kahvitauko
klo 9.30	Lantionpohjan kiputilat; syntymekanismit ja eri hoitomahdollisuudet Professori, LKT, ylilääkäri Jorma Paavonen, HYKS Naistenklinikka Keskustelu/ kysymyksiä 10 min
klo 10.30	Lantionpohjan ylijännitys- ja kiputilojen fysioterapia Fysioterapeutti Pirkko Åkerman
klo 11.45	Lounastauko
klo 12.30	Käytännön harjoitukset: (Pirkko Metsola, Pirkko Raivio, Pirkko Åkerman) Ylijännitys- ja kiputilojen hoito, yliaktiivisen rakon rauhoittaminen, lihasten aktivointi sähkön avulla (lihasten vahvistaminen ja tunnottomuuden hoito), uusimmat suositukset "Mitä tehdä, kun paikat on niin kipeänä, ettei voi farkkuja käyttää?"
klo 13.30	Kahvia ja hedelmiä
klo 13.45	Ryhmän vaihto
klo 14.45	Eristystapausten käsittelyä ja ongelmien ratkaisumalleja
klo 15.45	Koulutuksen päätös ja todistusten jako

**Paikka:** FYSI:n koulustila, Nuijamiestentie 5 B 2.krs, 00400 Helsinki, **Järjestäjä:** Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusyritykset FYSI ry, **Kohderyhmä:** Fysioterapeutit, max 24, **Ilmoittautuminen ja lisätiedot:** Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusyritykset FYSI ry [www.fysi.fi/koulutus](http://www.fysi.fi/koulutus), puh 09-477 2344, **Hinta:** 392 € (196 €/pvä), sisältää lounaat, kahvit materiaalikansion ja todistuksen.