

# FYSI KOULUTTA

Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusrytittäjät FYSI ry

Nuijamiestentie 5 B, 00400 Helsinki, puh. 09 - 477 2344, faksi 09 - 477 2314

[www.fysi.fi](http://www.fysi.fi) Ilmoittautumiset e-mail: [mari.visakko@fysi.fi](mailto:mari.visakko@fysi.fi)



## POTILASSIIRTOJEN ERGONOMIAKORTTI® -KOULUTUS 2010

(Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusrytittäjät FYSI ry yhteistyössä Työterveyslaitoksen kanssa)

**Osallistujat:** 12 henkeä/1 kouluttaja

**Koulutuspaikka:** Metropolia ammattikorkeakoulu (luokka TB4-20), Tukholmankatu 10, 00290 Helsinki

**Hinta: 275 euroa/päivä** (koulutuksen kokonaiskesto 5 päivää), yhteensä **1375 euroa**

**Kouluttaja: Leena Tamminen-Peter**, Työterveyslaitos

### Ohjelma, I moduuli: 15.-16.4.2010 (to-pe)

Ennakkotehtävä: Tutustu väitöskirjaan Tamminen-Peter L. 2005. Hoitajan fyysinen kuormittuminen potilaan siirtymisen avustamisessa - kolmen siirtomenetelmän vertailu. Turun yliopisto. Painosalama Oy: Turku. Sivut 14-48. <http://www.tsr.fi/tutkimus/tutkittu/hanke.html?id=103047>

1. päivä

**Torstai 15.4.2010**

Teema: Potilassiirtojen kuormittavuus; avustaminen sängystä ja sieltä tuoliin

- klo 8.30 Ilmoittautuminen ja aamukahvi  
klo 9.00 Koulutuksen avaus  
Potilassiirtojen ergonomiakorttikoulutuksen tavoitteet, osallistujien esittäytyminen ja odotukset  
klo 10.15 Hoito- ja kuntoutustyön sekä potilaan siirtomenetelmien kuormittavuus  
(ennakkotehtävä materiaalin hyödyntäminen yhteistoiminnallisen luennon aikana)  
klo 11.15 Potilassiirtojen ja liikkumisen avustamisen periaatteita  
klo 12.00 Lounas  
klo 12.45 Luonnolliset liikemallit (harjoitteita matolla)  
Kaksi- ja kolmiulotteinen liikkuminen  
klo 13.30 Potilaan avustaminen vuoteessa (käytännön harjoitteita)  
kääntäminen ja avustaminen ylöspäin vuoteessa  
klo 14.30 Kahvitauko  
klo 14.45 Potilaan avustaminen sängystä tuoliin  
klo 16.00 Päivän asioiden kertaus ja orientoituminen seuraavaan päivään

2. päivä

**Perjantai 16.4.2010**

Teema: Potilaan avustaminen luonnollisia liikemalleja tukien

- klo 8.30 Kehon virittely käytännön harjoitteluun  
klo 8.45 Luonnollisten liikemallien tärkeys avustamisessa  
klo 10.00 Kahvitauko  
klo 10.15 Potilaan avustaminen sängystä tuoliin  
2 henkilön avustus, 1 henkilön avustus  
klo 12.00 Lounas  
klo 12.45 Potilaan avustaminen makuulta istumaan ja istumasta makuulle  
klo 13.45 Potilaan kävelyttäminen ja tukeminen kaatumistilanteissa ja avustaminen lattialta ylös  
(manuaalisesti)  
klo 14.45 Kahvitauko  
klo 15.00 Biomekaniikan, kehon hallintaharjoitus- ja lakitehtäviin orientoituminen (etätehtävien ohjeistus itsenäiseen työskentelyyn)  
klo 16.30 Päivän päätös

# FYSI KOULUTTA

Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusyrittäjät FYSI ry

Nuijamiestentie 5 B, 00400 Helsinki, puh. 09 - 477 2344, faksi 09 - 477 2314

[www.fysi.fi](http://www.fysi.fi) Ilmoittautumiset e-mail: [mari.visakko@fysi.fi](mailto:mari.visakko@fysi.fi)



## POTILASSIIRTOJEN ERGONOMIAKORTTI® -KOULUTUS 2010

(Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusyrittäjät FYSI ry yhteistyössä Työterveyslaitoksen kanssa)

**Osallistujat:** 12 henkeä/1 kouluttaja

**Koulutuspaikka:** Metropolia ammattikorkeakoulu, Helsinki

**Kouluttaja:** Leena Tamminen-Peter, Työterveyslaitos

### Ohjelma, II moduuli 10.-11.5.2010 (ma-ti):

3. päivä

**Maanantai 10.5.2010** Teema: Potilasnostimet

- klo 8.30 Ilmoittautuminen ja aamukahvi
- klo 8.45 Biomekaniikan etätehtävän palauttaminen ja tehtävän läpikäyminen
- klo 10.00 Potilasnostimien käytettävyys
- klo 11.00 Nostinliinojen pukeminen
- klo 12.00 Lounas
- klo 12.45 Nostolaitteiden käyttö
- klo 13.30 Kaatuneen potilaan avustaminen nostimella
- klo 14.30 Kahvitauko
- klo 14.45 Jalattoman potilaan avustaminen (liukulautasiirto)
- klo 15.45 Sovellutusharjoitus: potilasnostimen käyttö eri tyyppisillä potilailla
- klo 16.30 Päivän päätös

4. päivä

**Tiistai 11.5.2010** Teema: Potilassiirrot eri tyyppisillä potilailla

- klo 8.00 Kehon virittely käytännön harjoitteluun
- Klo 8.15 Miten lait säätelevät potilassiirtojen toteutusta? Case-tapauksen läpikäynti
- Klo 9.00 Potilaan avustaminen WC:ssä ja pesuissa  
mm. siirto suihkutuslaverille / hoitopöydälle
- klo 10.00 Kahvitauko
- klo 10.15 Aivohalvauspotilaan avustaminen
- Klo 11.15 Sovellutusharjoitus
- klo 12.15 Lounas
- klo 13.00 Muistisairaahan potilaan avustaminen; pelokas, tarraava ja jäykkä vanhus
- klo 14.30 Kahvitauko
- klo 14.45 Työkäytäntöjen muutoksen tukeminen
- klo 16.00 II moduulin päätös ja näyttöpäivään valmistautuminen

### Ohjelma, III moduuli 27.5.2010 (to)

5. päivä

**Torstai 27.5.2010** Teema: Kertaus- ja näyttötutkintopäivä

- klo 8.30 Ilmoittautuminen ja aamukahvi
- klo 9.00 Harjoituspäiväkirjan palauttaminen ja kokemukset kehonhallintaharjoitteista ja työkäytäntöjen muutoksesta
- klo 10.00 Kertausta opituista asioista
- klo 12.00 Näytön suorittaminen alkaa arvotussa järjestyksessä  
(Lounas oman aikataulun mukaisesti)
- klo 14.30 Kahvitauko
- klo 16.30 Näyttöpäivän päätös