

Jäsen-Tatsi

02/2019

Keski-Suomen Fysioterapeutit ry:n jäsenlehti



Jäsen- Tatsi

JULKAISIJA

Keski-Suomen fysioterapeutit ry
Sähköposti: fysioterapeutit
(at)keskisuomenfysioterapeutit.fi

Kotisivu:

www.keskisuomenfysioterapeutit.fi

AINEISTON KOKOAJA

Tiedotusvastaava Eveliina Rauhansalo
eveliina.rauhansalo(at)gmail.com

JAKELUMÄÄRÄ

n. 450 kpl

ILMESTYMINEN

2 x vuosi (1 keväällä ja 1 syksyllä)
Sähköisenä jakeluna ja kotisivuillamme.

ILMOITUKSET

Jäsen-Tatsiin myydään ilmoitus/mainospaikoja. Ota yhteyttä aineiston kokoajaan tai hallituksen jäseniin ja kysy eri vaihtoehtoja. Mainoshinnat löytyvät myös Tatsin lopusta.

Seuraavan Jäsen-Tatsin materiaali aineiston kokoajalle osoitteeseen

[eveliina.rauhansalo\(at\)gmail.com](mailto:eveliina.rauhansalo(at)gmail.com)

viimeistään **12.01.2020** mennessä.

SISÄLLYS

PUHEENJOHTAJAN PILKKEET	4
KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTTIIEN UUTISET.....	5
Tatsi 2/2019	5
Keski-Suomen fysioterapeuttien vuosikokous	6
Hallitus ja toimihenkilöt 2019-2020	7
Toimihenkilöt esittelyssä	8
Shoulder clinic - maksutonta kansainvälistä koulutusta	9
Hae koulutusavustusta!	10
Alueemme ammattilaiset	10
Toiminnallisen neurologisen häiriöpotilaan fysioterapia.....	11
Ammattilaiseksi Tatsiin?.....	15
FYSIOTERAPIAUUTISET JA AJANKOHTAISET ASIAT	16
Tunne vai oire? Koulutuskiertue 2019	16
Vuoden fysioterapeutti	17
Erikoisasiantuntijanimikkeen haku lokakuussa	17
YRITTÄJILLE	18
JAMK / FYSIOTERAPIA	19
Opiskelijavastaavien tervehdys!	19
Matka fysioterapeutiksi – aloittavan opiskelijan tarina	20
Opiskelijajäsenyys kannattaa!	22
Fysioterapian koulutusohjelman uudet opinnäytetyöt	23
Opinnäytetyöt JAMK / Kevät 2019.....	24
KOULUTUKSET	25
Koulutusinfo.....	25

Ilmoittautumisohje koulutuksiin	26
SYKSYN 2019 KOULUTUSKALENTERI.....	27
Virkistysilta: RecoveriX laitteen esittely ja ruokailu	27
1.) Fysioterapeuttinen harjoittelu biopsykososiaalisessa viitekehyksessä	27
2.) Opiskelijakoulutus: Huimaus	28
3.) Neurologisten lasten keskivartalon harjoittaminen : miten ja miksi?	28
4.) FM 1 - Faskiamanipulaatio®.....	29
KESKUSSAIRAALAN FYSIATRIAN YKSIKÖN KOULUTUKSET	30
MUUT TAPAHTUMAT	32
Tunne vai oire? – Koulutuskiertue 2019 Jyväskylässä	32
MAINOSTUS	33
KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTIT 2019-2020.....	34



PUHEENJOHTAJAN PILKKEET



Iloisen innovatiivista alkavaa syksyä teille kaikille! Fysioterapian saralla tapahtuu valtavasti ja olemme saaneet paljon valtakunnallista näkyvyyttä. Ihan mahtavaa nähdä kuinka ammattimme arvostus lisääntyy ja tietoisuus fysioterapiasta kasvaa. Fysioterapia ammattina kehittyy ja yhteiskunta on havainnut, millaisia kustannussäästöjä oikea-aikaisen fysioterapian kautta on mahdollista saada.

Fysioterapeutteja työskentelee aivan uusilla kentillä. Hyvänä esimerkkinä on lasten ja nuorten kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista käyty keskustelu ja se, kuinka sen myötä kouluille on palkattu fysioterapeutteja tukemaan omalla osaamisellaan moniammatillisia tiimejä kouluisten hyvinvoinnin vahvistamisessa. Kyseistä keskustelua ja uusia työpaikkoja täydentää uusi "[Suositus koululaisten ja opiskelijoiden fysioterapiasta kouluympäristössä](#)"-julkaisu.

Nyt jos koskaan meidän on tärkeää tuoda yhtenä rintamana esiin omaa monipuolista osaamistamme ja lähteä rohkeasti tekemään avauksia uudentilaisille toimintakentille! Mikäli emme itse toimi innovatiivisesti, rohkeasti, kollegiaalisesti sekä toisiamme ja ammattikuntaamme kunnioittaen, niin kuka sen tekee? Kuten aiemmin mainittu niin olemme tosiaan moniosaajia. On kuitenkin tärkeää huomioida, että myös meidän alamme kehittyy jatkuvasti ja jokaisen meistä on myös tärkeää kehittää omia toimintamallejaan ja huomioida mitä uusimmat tutkimukset alastamme kertovat. Omaa osaamistanne voitte kartuttaa esimerkiksi Keski-Suomen Fysioterapeuttien mainioilla koulutuksilla ja samalla tukea myös meidän paikallistoimintaa. Pyrimme edelleen lisäämään yhteistyötämme liiton ja muiden paikallisyhdistysten kanssa ja yhtenä hyvänä esimerkkinä on Suomen Fysioterapeuttien [psykofyysisen fysioterapian koulutuskiertue](#), joka saapuu tänne Keski-Suomeen to 10.10.2019. Tämä pon edullinen mahdollisuus kouluttautua ja verkostoitua alamme paikallisten osaajien kanssa.

Itse olen aivan hurmioitunut tästä laaja-alaisesta ammatistamme ja toivon, että tulevaisuudessa meitä hurmioituneita on vieläkin enemmän. Ottakaa siis pieni hetki itsellenne ja miettikää jokin onnistumisen tai hurmioitumisen hetki, jonka olette fysioterapeuttina kokeneet. Pitäkää tuo hetki mielessänne ja lähtekää sillä energialla kohti tulevaa syksyä! **PS.** Yhdistyksemme täyttää ensi vuonna 50 vuotta! Mitäs hauskaa keksitään?

Sanna Paasu-Hynynen / Keski-Suomen fysioterapeutit ry puheenjohtaja

KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTTIIEN UUTISET

Tatsi 2/2019

Eräänä aamuna kuntosalilla, en voinut olla kuulematta keskustelua, joka sai lämpimän tunteen leviämään vatsanpohjaan saakka. Kaksi kuntoilijaa keskusteli onnistuneesta kuntoutuksesta. Toinen oli välttänyt leikkauksen fysioterapeutin ohjeiden mukaan harjoittelemalla, toinen kiitteli vuolaasti fysioterapeuttia, joka oli auttanut vauhtiin leikkauksen jälkeen ja ohjannut eteenpäin jatkokuntoutukseen. Keskustelusta välittyi kiitollisuus ja innostunut. ”Kyllä nykyajan fysioterapeutit ovat sitten taitavia!” Siinä vaiheessa oli pakko laskea puntit alas ja kiittää fysioterapeuttien puolesta. Sekä kehua hyvin hoidetusta harjoittelusta!

Sen lisäksi, että keskustelussa kiiteltiin fysioterapeutteja ja aktiivisen harjoittelun merkitystä, nostettiin esiin myös hoitoonohjaus ja yhteistyö. Ortopedin ratkaisu olla leikkaamatta oli ollut ensin pettymys, mutta fysioterapiassa mieli oli muuttunut. Lisäksi kuntosaliharjoittelu oli jäänyt pysyvästi mukaan arkeen. Toinen puolestaan kiitteli sitä, että sairaalasta oli ohjattu jatkokuntoutukseen eteenpäin – muuten kuntoutuminen ja liikuntaharrastuksen uudelleen aloittaminen olisi ehkä jäänyt siihen. Toivottavasti myös tämä uusi jäsenlehtemme ilmentää näitä teemoja: aktiivista kuntoutusotetta, verkostoitumista ja yhteistyötä. Elinikäistä oppimista ja osaamisen päivittämistä unohtamatta. Niissä on voimaa!

Syksyn toisesta numerosta löydät tuttuun tapaan alamme ja alueemme ajankohtaisia asioita ja tapahtumia. Syksyn koulutuskalenterista löytyy tarjontaa erilaisiin tarpeisiin ja aikatauluihin – muutaman tunnin ajatuksia herättelevästä workshopista liki viikon mittaiseen manuaalisten taitojen kehittämiseen. Toivottavasti nämäkin koulutukset täyttyvät innokkaista oppijoista. Koulutuksissa tavataan!

Eveliina Rauhansalo, Keski-Suomen fysioterapeutit ry
tiedotusvastaava



Keski-Suomen fysioterapeuttien vuosikokous

Sääntömääräiset kokoukset ovat yhdistystoiminnassa erityisen tärkeitä, koska ne ovat laki-sääteisiä. Tietyt asiat on aina käsiteltävä yhdessä – emme siis voi vain keskustella ja päättää asioista saunailla tai Jyväskylän lenkin tiimellyksessä. Se ei silti tarkoita, että vuosikokoukset olisivat vain sääntömääräisten asioiden läpikäymistä ja papereiden pyörittelyä. Olemme aina pyrkineet tekemään sääntömääräisistä kokouksistamme viihtyisiä tilaisuuksia, joihin jäsentemme on mukavaa osallistua. Tänä keväänä Keski-Suomen fysioterapeuttien sääntömääräinen vuosikokous pidettiin ravintola Bella Romassa. Huhtikuuisessa vuosikokouksessa oli mukana myös koulutuksellinen osuus. Oli mahdollista keskustella ajan kanssa näyttöön perustuvasta terveydenhuollosta ja saatiin kuulla Juho Hienosen esitys kustannustehokkaista ja toimivista fysioterapian toimintamalleista. Kuten nykyaikaan hyvin sopii, otti Juho osaa tilaisuuteemme etänä Turusta käsin. Luento oli erittäin hyvä tiivistys ja herätti paljon ajatuksia siitä, miten kehittää toimintamalleja omassa työssä kuin organisaatiossakin. Ja mitäs muuta – ne sääntömääräiset asiat käytiin läpi, vatsat täyttyivät hyvästä ruoasta ja muitakin kuulumisia vaihdettiin. Ja tietenkin – valittiin uudet hallituksen jäsenet kaudelle 2019- 2020. Kiitos Juholle koulutuksesta ja kaikille paikalle päässeille osallistumisestanne!



Hallitus ja toimihenkilöt 2019-2020

Puheenjohtaja: Sanna Paasu-Hynynen

Varapuheenjohtaja: Maija Mannisenmäki

Sihteeri: Maija Mannisenmäki

Taloudenhoitaja: Esa Niemistö

Jäsensihteeri: Anu Lahtinen

Tiedotusvastaava: Eveliina Rauhansalo

Yrittäjätoimikunnan jäsenet: Liis Kukkonen ja Anu Lahtinen

Koulutusvastaava: Mari Kallioinen

Koulutustoimikunta: Erkki Huhtinen, Liis Kukkonen, Riitu Rautionaho,

Eveliina Rauhansalo, Esa Niemistö ja Enni Laitinen

Yhdistyksen opiskelijavastaava: Eveliina Rauhansalo

Opiskelijavastaavat: Leevi Hakonen, Ina Villberg, Katri Jutila (JAMK)

Opiskelijayhdyshenkilö: Pirjo Mäki-Natunen (JAMK)

Suurkiitos kaikille entisille ja nykyisille hallituksen jäsenille sekä toimihenkilöille korvaamattomasta työstänne! Ja kiitos uusille toimijoille innostuksestanne ja aktiivisuudestanne olla mukana yhdistystoiminnassa.

Me haluamme viedä alaa eteenpäin, kehittää alueemme ammattilaisten ammattitaitoa ja tuoda fysioterapeuttien ääntä kuuluville valtakunnallisellakin tasolla. Otamme aina mielellämme vastaan uusia ideoita ja innokkaita toimijoita. Esimerkiksi koulutustoimikuntaan voit liittyä vaikka heti. Pääset mukaan vaikuttamaan millaisia koulutuksia ja kouluttajia alueellemme järjestetään.

Toimihenkilöt esittelyssä

Riitu Rautionaho, koulutustoimikunnan jäsen

Hei – olen Riitu Rautionaho. Olen tuore fysioterapeutti, joka haluaa saada tästä alasta kaiken mahdollisen irti. Siksi tähänkin porukkaan hakeuduin mukaan ja olen nyt osa koulutustoimikuntaa. Rehellisesti en vielä tiedä mikä fysioterapian osa-alue minua eniten kiinnostaa ja olen näin matkani alussa avoin erilaisille kokemuksille. Minulle tärkeintä fysioterapeutin työssä on läsnäolo ja potilaan motivoiminen tarvittaviin muutoksiin.



Leevi Hakonen, opiskelijavastaava (valmistumiseen saakka)

Hei, olen Leevi Hakonen, neljännen vuoden fysioterapeuttiopiskelija. Tulin mukaan Keski-Suomen Fysioterapeuttien toimintaan ensimmäisenä opiskeluvuoteni kolme vuotta sitten. Roolini yhdistystoiminnassa on ollut informaation välitys yhdistykseltä opiskelijoille ja opiskelijoilta yhdistykselle. Keski-Suomen fysioterapeutit ovat pitäneet hyvää huolta opiskelijoista muun muassa monipuolisten koulutuksien ja infotilaisuuksien myötä, joiden sisältöihin opiskelijoilla on ollut mahdollisuus vaikuttaa!



Viime kevääni taittui opintovaihdossa Alankomaissa urheilufysioterapian merkeissä. Nyt syksyllä opintoni jatkuvat opinnäytetyön merkeissä vaihdosta tulleen extramotivaation kera. Vaihdosta saamieni kokemusten myötä pyrin kehittämään Ksft Ry:n toimintaa uusin näkökulmin. Mukavaa syksyä kaikille!

Ina Villberg, yhdistyksen opiskelijajäsen

Moikka! Olen Ina, kolmannen vuoden fysioterapiaopiskelija. Yhdistyskuvioihin päädyin opiskelijayhdyshenkilö Pirjo Mäki-Natusen kautta, joka houkutteli meistä kakkosista osallistujia yhdistykseen. Nyt toimin yhdistyksen opiskelijajäsenenä, mikä käytännössä tarkoittaa sitä että kuljetan informaatiota ja toiveita opiskelijoilta yhdistykselle ja toisin päin esim. Koulutustarjontaan liittyvissä asioissa.



Katri Jutila, opiskelijavastaava

Heippa! Olen Katri, kolmannen vuoden fyssariopiskelija. Tulin mukaan yhdistykseen opettajamme innoittamana. Toimin yhdistyksessä opiskelijajäsenenä. Tulevaisuuden haaveenani on jatkaa opintojani eläinfysioterapian pariin. Vapaa-aikani kuluu pääosin hevosteni ja koirani kanssa.

Shoulder clinic - maksutonta kansainvälistä koulutusta

Nyt on ainutlaatuinen tilaisuus kouluttautua kansainvälisesti! Jyväskylän ammattikorkeakoulu tarjoaa kaikille fysioterapeuteille maksuttoman kolmipäiväisen koulutuksen: **"The Shoulder Clinic"**, Centre for Clinical Excellence & Research in Musculoskeletal Shoulder Disorders. Intensiivikurssi järjestetään Jyväskylän ammattikorkeakoulun Dynamon kampuksella **26.-28.11.**

Kurssin kouluttajina toimivat Utrechtiin yliopiston professorit, jotka kouluttavat interaktiivisesti tutkimukseen perustuvaa tietoa olkapään sairauksista ja kliinisistä taidoista. Kurssilla käsitellään olkapään liiketeoriaa, kliinisiä esimerkkitapauksia ja kliinisesti tehokkaita harjoitusmenetelmiä. Kurssi on englanninkielinen.



Ilmoittautumiset: pekka.natunen(at)jamk.fi

Hae koulutusavustusta!

Keski-Suomen fysioterapeutit haluaa kannustaa jäseniään kouluttautumaan ja kehittämään ammattitaitoaan. Yhdistyksemme jakaakin vuosittain koulutusavustuksia jäsenistönsä ammatillisen osaamisen tukemiseen. Nyt on tullut jälleen se aika vuodesta!

Koulutusavustukset ovat haettavissa **JO SUORITETTUIEN** opintojen, laajempien opintokokonaisuuksien tai yhden selkeän suoritettun kokonaisuuden kurssimaksuun. Avustuksen saajat ja avustussummat päättää Keski-Suomen fysioterapeuttien hallitus. Päätös tehdään hakemusten perusteella. Hakemukseen tulee liittää kopio koulutusmaksusta sekä todistus koulutukseen osallistumisesta. Hakemuksesta tulee käydä ilmi myös mahdollinen muualta saatu avustus – koulutusmaksun tulee olla itse maksettu.

Hakemukset toimitetaan sähköisesti (esim. skannattuna) **30.9.2019** mennessä osoitteeseen: [sanna.paasu\(at\)gmail.com](mailto:sanna.paasu(at)gmail.com) otsikolla ”Koulutusavustushakemus Keski-Suomen fysioterapeutit” Löydät koulutustukihakemuksen sivuiltamme tai voit avata ja täyttää sen suoraan oheisesta linkistä: [koulutusavustushakemus](#).

Alueemme ammattilaiset

Alueemme ammattilaiset palstalla on kirjoitusvuorossa tällä kertaa keväällä valmistunut fysioterapeutti Leila Kulju. Leila suoritti opintonsa monimuoto-opintoina Jyväskylän ammattikorkeakoulussa ja työskentelee Optimovella fysioterapeuttina ja hierojana. Kirjoitus on koonti keväällä valmistuneesta opinnäytetyöstä, joka käsittelee teemahaastattelun ja kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla FND-potilaiden fysioterapiaa. Tämä sukellus vähän tutkittuun aiheeseen tarjoaa varmasti monelle uutta tietoa!

Toiminnallisen neurologisen häiriöpotilaan fysioterapia

Toiminnallinen neurologinen häiriö eli **functional neurological disorder** (FND) ilmenee erilaisina fyysisinä oireina, kuten raajaheikkoutena, kipulina, vapinana, halvaus- tai kouristuskohdauksina ja puheen häiriöinä. Oireet eivät selity elimellisellä sairaudella. (Espay ym. 2018, 2-3; Kozłowska ym. 2012, 399-400.) Toiminnallinen häiriö on yllättävän yleinen, jopa 20-26 prosentilla yleissairaalan potilaista on toiminnallisia oireita (Vataja & Leppävuori 2012, 634).

Fysioterapia on todettu tehokkaaksi FND-potilaiden kuntoutuksessa, ja se sisältää menetelmiä fysioterapian eri osa-alueista (Nielsen ym. 2013, 100-101). FND-potilaiden fysioterapiasta ei ole tehty aiemmin suomalaista tutkimusta, ja tietoa toiminnallisten neurologisten häiriöpotilaiden fysioterapiasta tarvitaan. Opinnäyetyöni tarkoituksena onkin kerätä lisää tietoa FND-potilaiden fysioterapiasta. Tavoitteena on selvittää tarkemmin käytössä olevia fysioterapiamenetelmiä sekä kohtaamisen ja vuorovaikutuksen erityispiirteitä tämän potilasryhmän kuntoutuksessa. Tutkimusmenetelminä on käytetty kuvailevaa kirjallisuuskatsoausta ja teemahaastattelua, jossa haastateltiin viisi FND-potilaiden parissa työskentelevää fysioterapeuttia. Haastateltavat toimivat Keski-Suomen, Tampereen ja Helsingin alueella, ja työskentelevät yksityisissä fysioterapiaorganisaatioissa sekä julkisella sektorilla erikoissairaanhoidossa akuutilla osastolla, kuntoutusosastolla ja poliklinikalla. Haastateltavat valittiin toimeksiantajan yhteystietojen perusteella siten, että he edustavat fysioterapeutteja, jotka työskentelevät FND-potilaiden parissa.

Toiminnallisen neurologisen häiriön taustalla on Huttusen (2017) mukaan usein lapsuuden tai aikuiselämän traumaattiset kokemukset. Vataja ja Leppävaara (2012, 634) lisäävät riskitekijöihin vielä persoonallisuushäiriöt, terveydenhuoltoalalla työskentelemisen sekä fyysisen vammautumisen. Nielsen ja kumppanit jakavat toiminnallisten oireiden potentiaaliset mekanismit ja etiologian biologisiin, psykologisiin ja sosiaalisiin seikkoihin. Nämä ilmenevät joko kaikissa vaiheissa, altistavissa tekijöissä, kiihdyttävissä mekanismeissa ja/tai oireita ylläpitävissä liittyvissä tekijöissä. (Nielsen ym. 2015, 1114.) Ali ja kumppanit lisäävät taustatekijöiksi iän ja sukupuolen. Naisilla toiminnallinen neurologinen häiriö on yleisempi kuin miehillä (Ali ym. 2015, 29).

FND-potilaalle ei ole hoito- ja kuntoutussuosituksia. Nielsen ja kumppanit ovat tehneet toiminnallisen neurologisen häiriöpotilaan fysioterapiaan suosituksen (2015, 1113-1119).

Suomessa sosiaali- ja terveysministeriö on pyytänyt asiantuntijaryhmältä suositusta toiminnallisten häiriöiden hoidon järjestämisestä. Tässä luonnoksessa asiantuntijaryhmä suosittelee terveydenhuollon ammattilaisten tietoisuuden lisäämistä toiminnallisiin häiriöihin liittyen. Ryhmän mukaan systemaattinen hoitomuotojen käyttöönotto ja uusien tutkimusmuotojen kehittäminen on vähäistä ja tarvitsee kehittämistä. (Luonnos asiantuntijaryhmän suositukseksi 2018, 7-11.)

Kirjallisuusaineistosta ja teemahaastatteluilta saatiin selville, että fysioterapian tulee olla moniammatillista ja voimavaralähtöistä. Fysioterapiamenetelmiä käytetään monipuolisesti eri fysioterapian osa-alueilta, mutta erityisesti kipufysioterapian ja psykofyysisen fysioterapian menetelmät ovat käytössä. Fysioterapiaprosessiin kuuluu potilaan diagnoosiin ja taustatietoihin tutustuminen, fysioterapeuttinen tutkiminen, tavoitteen asettaminen yhdessä potilaan kanssa, ohjaus ja neuvonta, terapeuttinen harjoittelu ja fysioterapian arviointi.

Voimavaralähtöisyys on fysioterapian perusta. Fysioterapian tulee aina olla yksilöllistä. Lähtökohtana on potilaan jo olemassa olevan toimintakyvyn huomioiminen ja potilaan miinpystyvyyden kasvattaminen.

Diagnosointi on haastavaa sekä kirjallisuuskatsauksen että teemahaastattelujen perusteella. Potilaan tulee kirjallisuuskatsauksen perusteella saada FND-diagnoosi ja potilaan tulee diagnoosi hyväksyä ennen fysioterapian aloittamista. (Nielsen ym. 2015, 1114-1115; Macerollo & Edwards 2017, 2-3; Espay ym. 2018, 7.) Haastateltavat toivat kuitenkin esiin, että käytännössä potilas tulee fysioterapiaan hyvinkin erilaisilla diagnooseilla. Toisinaan potilaalla ei ole vielä valmiutta ottaa terapiaa vastaan, joten haastateltavat toivoivatkin lähettävälle taholle lisää koulutusta FND-potilaan diagnosointiin ja kuntoutuksen arviointiin. Haastateltavat toivat esiin myös taustatietoihin tutustumisen tärkeyden, mitä ei juurikaan kirjallisuusaineistossa pohdittu.

Haastateltavat toivat esiin, että fysioterapiassa tavoite asetetaan aina jokaiselle käyntikerhalle erikseen potilaan vaihtelevan toimintakyvyn vuoksi. Kolme haastateltavaa toi esiin, että potilas asettaa kuntoutuksen tavoitteet itse, fysioterapeutin tehtävänä on määrittää, onko tavoite realistinen sekä paloitella suurempi tavoite pienempiin toteutettavissa oleviin osatavoitteisiin. Toisinaan isoa tavoitetta ei aseteta, vaan potilas kertoo oman tulevaisuuden haaveensa. Tärkeimmäksi haastateltavat kokevat potilaan oman kokemuksen itsensä ja toimintakyvystään.

Fysioterapeuttisessa tutkimisessa korostuu potilaan kuuntelu, haastattelu ja havainnointi. Haastateltavat korostivat, että luottamussuhde on pystyttävä luomaan, jotta interventioita voidaan tehdä. Luottamus puolestaan syntyy aidon vuorovaikutuksen kautta.

Haastateltavat toivat esiin, että **ohjaus ja neuvonta voi olla verbaalista, visuaalista tai manuaalista**. Sitä toteutetaan sekä potilaalle että tämän läheisille. Ohjauksen tulisi aina olla kannustavaa ja potilaan minäpystyvyyden tunnetta tukevaa. Kipuedukaatio, sekä ohjaus ja neuvonta toiminnallisesta neurologisesta häiriöstä koettiin tärkeinä. Kirjallisuudessa ohjaus ja neuvonta sisälsi muun muassa kognitiivis-behavioraalista terapiaa. Potilaita koulutettiin omasta toimintakyvystään sekä uskomuksista toiminnalliseen neurologiseen häiriöön liittyen. Potilaille koulutettiin myös normaaliin liikkeeseen liittyviä liikemalleja ja toimintatapoja. (Espay ym. 2018, 7; Kozłowska ym. 2012, 400; Dallochio ym. 2016, 381-383.)

Terapeuttinen harjoittelu on toiminnallista ja käsittää perustoimintojen harjoittelua. Se on tehtäväorientoitunutta ja potilaan olemassa olevaa toimintakykyä hyödyntävää. Huomio viedään pois toiminnan häiriöstä. Terapeuttisessa harjoittelussa huomioidaan myös potilaan temperamentti ja sen hetkinen vireystila. Lasten kohdalla tulee huomioida myös kiintymyssuhteen laatu ja perhesuhteet. (Czarnecki ym. 2012, 248-250; Nielsen ym. 2015, 1115-1117; Nielsen ym. 2017, 5;8;15; Kozłowska ym. 2012, 409-411; Kozłowska ym. 2013, 214-217.) Haastateltavat toivat esiin, että **harjoittelu integroidaan arkeen siten, että potilas saa arkeen vaihtoehtoisia toimintamalleja**. Harjoitteluun sisältyy tarvittaessa manuaalista terapiaa. Tärkeintä harjoittelussa on saada aikaan muutos nykyisessä tilanteessa. Haastateltavat muistuttivat, että potilaan oireet harvoin häviävät kokonaan. Siksi on tärkeää antaa potilaalle vaihtoehtoisia tapoja toimia arjen tilanteissa.

Arviointi ja mittaaminen on yksilöllistä ja sen apuna käytetään vaihtelevasti erilaisia lomakkeita, testejä ja esimerkiksi videoita. (Demartini ym. 2014, 2371-2377; Czarnecki ym. 2012, 250; Nielsen ym. 2015, 1118.) Haastateltavat kuitenkin korostavat, että tärkein mittari on potilaan itsensä kokema toimintakyvyn muutos. Arviointi on myös jatkuvaa toimintakyvyn arviointia. Sinällään testit tai kyselylomakkeet eivät anna luotettavia tuloksia fysioterapiasta, vaan fysioterapeutin täytyy aina arvioida terapian onnistumista yhdessä potilaan kanssa toimintakyvyn ja elämänlaadun muutoksen kautta. Fysioterapeutin tulee arvioida myös omaa toimintaansa yhdessä potilaan kanssa sekä mahdollisesti työnohjauksessa.

Teemahaastattelujen perusteella FND-potilaiden kohtaamisessa ja vuorovaikutuksessa on erityispiirteitä. Toisaalta haastateltavat korostivat, että samat kohtaamisen ja vuorovaikutuksen piirteet tulisi olla osa kaikkien potilaiden fysioterapiaa. He kuitenkin kokivat, että kohtaaminen ja vuorovaikutus ovat tämän potilasryhmän fysioterapiassa ensisijaisen tärkeitä. Ensiksi fysioterapeutin täytyy kuunnella potilasta ja antaa hänelle kokemus kuulluksi tulemisesta. Vuorovaikutuksen tulee olla aitoa ja avointa, ja potilaan tulee luottaa fysioterapeuttiin. Fysioterapeutin tulee olla läsnä ja ymmärtää, että potilaan kokemat oireet ovat tosia. Hän ei saa väheksyä tai epäillä potilasta. Fysioterapeutti toimii potilaan tasolla, ja lähtee yhdessä potilaan kanssa ihmettelemään ja kokemaan erilaisia toimintoja ja tunteita. Fysioterapeutin tulee myös osata sanoittaa potilaalle erilaisiin tilanteisiin liittyviä tunteita sekä mitä tunteet potilaassa herättävät.

Teemahaastattelujen perusteella voidaan sanoa, että FND-potilaan pääsy kuntoutukseen ja fysioterapiaan vaihtelee. Erikoissairaanhoidon ja perusterveydenhuollon välisessä yhteistyössä vaikuttaisi olevan haasteita. Haastateltavat pohtivat myös potilaan kykyä ottaa terapiaa vastaan. Toisinaan lääkäri lähettää potilaan fysioterapiaan, vaikka tämän voimavarat eivät riitä kuntoutukseen. Tällöin fysioterapiasta ei ole hyötyä.

Kirjallisuuskatsauksesta nousi voimakkaasti esiin se, että **FND-potilaan fysioterapian tulisi olla osa moniammatillista kuntoutusta**. (Kaur ym. 2012, 395-397; Nielsen ym. 2013, 100-101; Demartini ym. 2014, 2371; 2376; Jordbru ym. 2014, 182-183.) Teemahaastatelusta kuitenkin selvisi, että käytännössä moniammatillinen yhteistyö on vaihtelevaa. Osastotyössä moniammatillinen tiimi kokoontuu viikoittain, poliklinikalla fysioterapeutit työskentelevät pääsääntöisesti yksin. Kaikki haastateltavat kokevat moniammatillisen yhteistyön tärkeäksi, ja jokaisella haastateltavalla on erilaisia kokemuksia yhteistyöstä riippuen organisaatiosta ja sen toimintatavoista sekä alueen erikoissairaanhoidon toimintatavoista. Lisäksi kaksi haastateltavaa toivat voimakkaasti esiin työnohjauksen tarpeen. Tällä hetkellä fysioterapeutit saavat työnohjausta hyvin vaihtelevasti organisaatiosta ja työtehtävistä riippuen.

Sosiaali- ja terveysministeriön asiantuntijaryhmän suosituksen mukaan keskivaikeiden ja vaikeiden toiminnallisten neurologisten häiriöpotilaiden kuntoutus tulisi hoitaa moniammatillisissa yksiköissä, jotka toimivat sairaanhoitopiirien alueilla. (Luonnos asiantuntijaryhmän suosituksiksi 2018, 7-11.) Tällaisia yksiköitä ei vielä käytännössä ole toiminnassa, mutta sellainen on suunnitteilla pääkaupunkiseudulle. Moniammatilliset yksiköt olisivat mielestäni

tärkeitä kaikkien sairaanhoitopiirien alueilla. Ne turvaisivat FND-potilaiden moniammatillisen kuntoutuksen sekä tämän potilasryhmän parissa työskentelevien ammattilaisten työnohjauksen. Moniammatilliset yksiköt mahdollistaisivat myös uusimpien tutkimusten huomioidun käytännön työssä.

Koska tämä on ammattikorkeakoulun opinnäytetyötutkimus, on kohderyhmä hyvin rajallinen (viisi fysioterapeuttia). Aihetta olisi syytä tutkia laajemmin. Lisäksi tarvitaan tutkimusta fysioterapiasta ja kuntoutuksesta Suomessa: millaisia interventioita tehdään ja mitä tuloksia niistä saadaan aikaan.

Koko opinnäytetyö lähteineen on luettavissa täällä: <https://www.theseus.fi/handle/10024/161216>

Kela on tehnyt vuonna 2019 julkaisun toiminnallisten häiriöiden kuntoutuksesta. Sen löydät täältä: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/300367/Kuntoutustakehittamassa7.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ammattilaiseksi Tattiin?

Alueen ammattilaiset on ollut aina suosittu ja kiiteltu palsta jäsenlehdessämme. Toivomme, että se pysyy jatkossakin yhtä mielenkiintoisena ja ajankohtaisena! Tarvitsemmekin siis uusia innokkaita, jotka olisivat valmiita laittamaan näppäimistön sauhuamaan. Onko sinulla sananen sanottavana, mielipiteitä kerrottavana? Haluatko jakaa palasen työstäsi tai kertoa tutkimuksestasi? Alueen ammattilaiset palsta tarjoaa mahdollisuuden mielipiteen ilmaisuun, asiantuntijakirjoituksen julkaisuun ja työsi esittelyyn. Julkaisemme mielellämme uusien yrittäjien kertomuksia, kuvauksia erilaisista toimintaympäristöistä, tuoreita tutkimus- ja opinnäytetyötuloksia, koulutuskokemuksia sekä muita oivalluksia. Vaihdetaan ajatuksia ja ideoidaan vaikka yhdessä ajankohtaista sisältöä jäsentemme iloksi ja ammattitaidon tuuksi! Olisi mahtavaa saada Sinut mukaan edistämään alueemme ammattilaisten näkyvyyttä ja jakamaan ammattitaitoasi. Ota rohkeasti yhteyttä tiedotusvastaavaan ja tule mukaan jo heti tammiukuiseen numeroon! Myös vinkkejä toiveaiheista otetaan kernaasti vastaan.



FYSIOTERAPIAUUTISET JA AJANKOHTAISET ASIAT



Tunne vai oire? Koulutuskierue 2019

Suomen Fysioterapeutit järjestää syksyllä 2019 yhdessä jäsenyhdistystensä kanssa 11 paikkakunnan koulutuskierueen. Tilaisuuksissa nostetaan esiin fysioterapian psykofyysistä näkökulmaa ja terapeutin omaa jaksamista. Koulutuksesta saat tukea ja tietoa fysioterapian keinoista ahdistuneisuuteen, kehotuntemuksen ja -tietoisuuden hyödyntämisestä terapiassa sekä yli- ja alivireystilojen itsesäätelyn keinoista. Lisätiedot ja aikataulu: [Tunne vai oire?](#)

Kouluttajat:

Mikko Patovirta: Yli- ja alivireystilojen itsesäätely

Ahdistuneisuuteen, jännittyneisyyteen ja väsymiseen liittyy keskeisesti autonominen hermosto. Kuormittuneisuuden myötä hermoston toiminta häiriintyy, tunnetilat virittyvät eikä rasituksista palaudu optimaalisesti. Näitä yli- ja alikuormitustiloja pystyy säätelemään omatoimisesti, kun oppii tunnistamaan ja tiedostamaan paremmin oman kehonsa toimintaa. Koulutuksessa opetetaan säätelemään oman hermoston toimintaa, nopeuttamaan kuormituksesta palautumista ja toimimaan arjessa optimaalisemmin.

Tanja Balk: Fysioterapian keinoja ahdistuneisuuteen

Koulutuksessa tutustutaan ahdistuksen fyysisiin tuntemuksiin ja itsesäätelyn keinoihin. Miksi ahdistus tuntuu siltä kuin se tuntuu? Miksi keho reagoi ja mikä tarkoitus ja merkitys kehon reaktioilla on? Koulutus sisältää runsaasti harjoitteita, joiden avulla fysioterapeutti voi tukea asiakkaan itseäätelyä. Teemaa käsitellään myös case-esimerkein. Samat keinot toimivat myös ammattilaisen omina itsesäätelykeinoina.

Kirsti Niskala: BBAT ja sovellettu rentoutus

Miten voimme vaikuttaa omaan hyvinvointiimme kehon ja mielen yhteistyön edellytysten parantamisella? Koulutuksessa esitellään keinoina sovellettu rentoutus ja BBAT (Basic Body Awareness -terapia). Alustuksena kuullaan lyhyt teoriaosuus molemmista tekniikoista ja niiden vaikutuksista. Sen jälkeen tehdään harjoituksia kokemuksen löytämiseksi ja viemiseksi omaan arkeen tukemaan hyvinvointia.

Vuoden fysioterapeutti

Vuoden fysioterapeutti valitaan jälleen syyskuussa! Tämä tunnustus annetaan vuosittain jollekin alamme vaikuttajalle. Suomen fysioterapeuttien sivuilla vuoden fysioterapeuttia kuvataan näin ”..on fysioterapia-alan esikuva, innovatiivinen toimija ja tunnustettu vaikuttaja”.

Vuoden Fysioterapeutiksi on valittu vuodesta 2008 alkaen Suomen Fysioterapeuttien jäsen, joka toimii esimerkillisesti fysioterapian hyväksi alueellisesti tai valtakunnallisesti. Suomen Fysioterapeuttien hallitus tekee valinnan yhteistyössä Tempur Sealy Suomi Oy:n kanssa. Valituksi tullut saa mm. 2000 euron arvoisen Tempur-stipendin.

Vuonna 2018 vuoden fysioterapeutiksi valittiin psykofyysisen fysioterapian uranuurtaja Kirsti Niskanen ja sitä edeltävänä vuonna kansainvälistä uraa tehnyt Kati Pasanen. Vuoden 2019 fysioterapeuttia on voinut ehdottaa Suomen fysioterapeuttien sivuilla kesän ajan. **Verkkolomake sulkeutuu 19.8.**

Vuoden Fysioterapeutti valitaan jälleen syyskuussa!

2000 € TEMPUR-STIPENDI

Tunnetko seuraavaa häipettyä? Jonkun, joka on fysioterapia-alan esikuvana, innovatiivinen toimija ja tunnustettu vaikuttaja?

Vuoden Fysioterapeutin titteliin voi saada Suomen Fysioterapeuttien jäsen, joka toimii esimerkillisesti fysioterapian hyväksi alueellisesti tai valtakunnallisesti.

Kuka tahansa voi ehdottaa sopivaa henkilöä. Valinnan tekevät Suomen Fysioterapeutit ja Tempur Sealy Suomi Oy yhdessä.

Jos tunnet itsenäisesti häipettyä, joka soveltuu alan koulutukseen vuodelle 2019, ilmoitetaan meille verkkolomakkeella 19.8. mennessä!

Vinkkaa hyvää ehdokasta nettistämme!

www.suomenfysioterapeutit.fi/vuodenfi

Erikoisasiantuntijanimikkeen haku lokakuussa

Suomen fysioterapeutit myöntää ansioituneille jäsenilleen erikoisasiantuntijanimikkeitä. Hakuaika on kaksi kertaa vuodessa, **huhti- ja lokakuussa**. Nimikkeen saaminen edellyttää hakijalta vahvaa kliinistä kokemusta sekä fysioterapia-alan teoreettista hallintaa, jotka pisteytetään omissa sektoreissaan. Nimikettä ei voida myöntää pelkästään opintojen tai pitkän työkokemuksen perusteella, vaan kriteeristössä on huomioitu fysioterapeuttien maailmanjärjestön WCPT:n ja Euroopan aluejärjestön fysioterapian erikoistumista koskevat kannanotot. Nimike on voimassa viisi vuotta sen myöntämisestä. Toisen päivityksen jälkeen voimassaoloaika on 10 vuotta. Nimikkeitä myönnetään eri kategorioista, joita ovat mm. neurologisten aikuisten fysioterapia, lasten fysioterapia, työfysioterapia ja TULE fysioterapia. Tutustu hakulomakkeeseen ja kriteeristöön: [Hakulomake ja kriteeristö](#).

YRITTÄJILLE

Tiesithän yrittäjä, että Suomen fysioterapeuttien yrittäjäjäsenenä saat apua ja ohjeistusta työelämän kiemuroissa? Suomen fysioterapeuttien juristit ja kehittämisasiantuntijat ovat apunasi yritystoimintaan liittyvissä kysymyksissä ja sopimusasioissa. Yrittäjille on myös oma Facebook-ryhmä, jossa on mahdollista esittää kysymyksiä ja keskustella yrittäjyyteen liittyvistä asioista. Keskustelussa ovat mukana liiton omat asiantuntijat, jotka tarvittaessa vastaavat mieltä askarruttaviin asioihin. Tutustu yrittäjien edunvalvontaan:

<https://www.suomenfysioterapeutit.fi/edunvalvonta/yrittajaneuvonta/>

Suomen fysioterapeutit järjestää syksyllä myös neliosaisen yrittäjille suunnatun webinaarin, joka käsittelee jokaiselle yrittäjälle tuttuja teemoja, kuten palvelumuotoilua, tiliasioita, sopimuskiemuroita ja liiketoimintasuunnitelman tekoa.

Keski-Suomen fysioterapeuttien yritystoimikunnan jäseninä jatkavat tälläkin toimintakaudella Anu Lahtinen ja Liis Kukkonen. Yritystoimikunta pyrkii ideoimaan ja toteuttamaan yrittäjille suunnattuja tapahtumia, kuten yrittäjien aamukahveja, virkistäytymismahdollisuuksia ja koulutuksia. He toimivat myös tarvittaessa yrittäjien henkisenä tukena ja auttavat eteenpäin, jos yrittäjyys tuottaa harmaita hiuksia. Yritystoimikuntakin ottaa ilomielin vastaan vinkkejä, toivomuksia ja kehitysideoita. Kuinka voisimme tiivistää ja piristää yrittäjien välistä yhteistyötä?



JAMK / FYSIOTERAPIA

Opiskelijavastaavien tervehdys!

Hei sinä uusi opiskelija, joka luet tätä tekstiä juuri nyt! Ensinnäkin onneksi olkoon ensimmäisen urakan suorittamisesta kunnialla, eli valintakokeiden läpäisystä! Olet tehnyt hyvän valinnan hakiessasi opiskelemaan fysioterapiaa. Kakkosille onnittelut hyvin sujuneesta ykkösvuodesta! Lopuille tsemppit harjoitteluihin, viimeisiin kursseihin ja opinnäytetöiden työstämiseen.

Kolmanteen vuoteen mennessä tästä koulutuksesta on saanut jo jonkinlaisen kuvan ja näin taaksepäin katsoessa voisi todeta aloittelevalle opiskelijalle, että pidä mielesi avoimena. Tulet kokemaan hämmennystä, uuden oppimisen intoa, ärsytystä, väsymystä, tiimiytymistä, hulluttomia hetkiä ja tekemään paljon, paljon töitä. Kuka minkäkin asian kanssa. Opiskelu tulee olemaan antoisaa, haastavaa ja toiminnan täyteistä. Ja yhtä tärkeää tulee olemaan kaikki luokkahuoneen ulkopuolella vietetty aika, ja sieltä saadut opit.

Kakkosta aloittelevat - nyt te pääsette oikeisiin hommiin, Tuleksen ja Kansiksen merkeissä. Nauttikaa. Me kolmoset pyörimme harjoitteluissa ja näkee meitä välillä koulullakin neuron tuntien merkeissä. Neloset työstävät opinnäytetöitään ja saavat kohta huokaista helpotuksesta, sillä vuosien uurastus on pian päätöksessään. Tsemppiä jokaiselle tulevaan lukuvuoteen ja intoa opiskeluihin!

Terveisin opiskelijavastaavat,
Ina ja Katri



Matka fysioterapeutiksi – aloittavan opiskelijan tarina

Kirsi Pihlaja on yksi niistä onnellisista, jotka saivat opiskelupaikan suositusta fysioterapian tutkinto-ohjelmasta. Monimuoto-opintonsa Jyväskylän ammattikorkeakoulussa aloittava Kirsi innostui fysioterapiasta oman harrastamisen ja vammojen kautta.



”Pienenä tyttönä nilkkani nyrjähtelivät jatkuvasti. Ne muljuivat, turposivat, kipuilivat tämän tästä. En kuitenkaan ollut aktiivinen urheilun harrastaja, eikä pienellä paikkakunnalla ollut tapana kiinnittää 90-luvun alussa tällaisiin asioihin, joten asia jäi yleensä tavallisinta kylmä, koho, kompressiohoitoa lukuun ottamatta, siihen. Asia ei juurikaan häirinnyt minua.

Myöhemmällä iällä polvet saattoivat mennä sijoiltaan verrattain kevyen paineen vuoksi ja hartiat kipeytyivät tietokoneella istumisesta niin kipeiksi, että tuntui, kuin kättä pitkin olisi mennyt sähköiskuja. Vieläkään en urheillut. Kipuilu ärsytti, koska se häiritsi pelaamista.

Löysin oman urheilullisen ensirakkauteni vasta pitkälle yli 20-vuotiaana, kun tutustuin kotikaupunkini Jyväskylän roller derby-skeneen ja peli oli menetetty. Entinen urheilua vieroksuva sohvaperuna löysikin itsensä 3-4 kertaa viikossa luistimilta 1-2 tuntia kerrallaan. Tässä vaiheessa ensimmäistä kertaa elämässäni huomasin, että yliliikkuvat niveleni voisivat mahdollisesti olla ongelma. Alkuun tuli loukkaantumista toisensa jälkeen, kokemattomana mutta innokkaana aloittelevana urheilijana tapanani oli mennä enemmän innon, kuin älyn kautta.

Harjoitustuntien, oheisharjoittelun ja vaatimustason kasvaessa alkoi päähäni hiipimään jatkuvasti enemmän ajatuksia siitä, miten voisin pitkässä juoksussa säilyttää terveyteni ja toimintakykyni mahdollisimman hyvänä ja mahdollisimman pitkään lajin parissa, jossa loukkaantumisriski on varsin korkea. Matkan varrella harrastelistalle alkoi kertymään muitakin lajeja, jotka veivät mennessään, mutta kaikki sisältäen omat sudenkuoppansa, mitä mahdollisiin loukkaantumisiin tulee.

Miten olla vahva, liikkuva, kivuton urheilija joka järkevän ja suunnitelmallisen toteutuksen kautta pitää kunnossa koneistoa, joka mahdollistaa kaikkien upeiden lajien harrastamisen?

Tähän kysymykseen aloin etsimään enemmän ja enemmän vastauksia, nälän kasvaessa syödessä. Liikunnasta oli tullut itselle henkireikä, tapa olla ihmisten kanssa, tapa haastaa oman kehon ja mielen rajoja sekä mahtava tapa hoitaa niitä.

Ajatus tämän mielenkiinnon ja intohimon muuttamisesta työksi kypsyi pikkuhiljaa, sitä mukaa kun oma into ja myös muille sen ilon jakamisen tuottama tyydytys kasvoi. Joukkuelajissa kukaan ei ole vain yksilö, vaan yhdessä toimiva koneisto, jota täytyy huoltaa. Sitä täytyy vahvistaa ja huoltaa, jotta se pysyisi toimivana. Ja jos jotain hajoaa, täytyy olla keinoja sen korjaamiseen ja kuntouttamiseen. Fyysisten vammojen hoitaminen on oma osansa, mutta sen päällä on vielä toinen kerros psykologisia tekijöitä, jotka vammautumisiin liittyy ja jotka pitää osata ottaa huomioon kokonaisuuden suunnittelussa.

Kaikki kokemukseni, jotka ovat johtaneet tähän hetkeen ovat muokanneet minua kohti sitä, mihin uskon olevani luotu. Tänä syksynä aloitan matkani kohti unelma-ammattiani. Fysioterapia ja erityisesti urheilufysioterapia kiinnostaa sen kokonaisvaltaisuuden vuoksi: kun opitaan hallitsemaan kokonaisuuksia, voidaan parhaillaan ennaltaehkäistä vammojen syntymisen. Fysioterapian hienous alana tulee myös sen monipuolisuudesta, sillä fysioterapeuteilla on paikkansa osana hoitoketjua myös niin monessa muussakin, kuin urheilun saralla.

Oloni tulevaa opiskelua kohtaan on äärimmäisen motivoitunut ja innokas. En malta odottaa, mitä tällä uudella suunnalla elämässä on tuoda tullessaan! ”



Opiskelijajäsenyys kannattaa!

Hei sinä opintosi aloittava tai jo opiskeleva tuleva fysioterapeutti – oletko jo jäsen? Opiskelijajäsenyys tarjoaa mahtavan tavan verkostoitua alueemme fysioterapeuttien kanssa ja mahdollistaa edullisen lisäkoulutautumisen jo opiskeluaikana. Yhdistyksen jäsenenä olet perillä alamme tapahtumista ja uutisista sekä alueemme koulutuksista ja avoimista työpaikoista. Mikä parasta - opiskelijana et maksa jäsenyydestäsi mitään! Siitä huolimatta olet oikeutettu kaikkiin samoihin etuihin, kuin muutkin jäsenemme.

Haluamme tukea ja innostaa opiskelijoita syventämään ammattiosaamistaan järjestämällä vain opiskelijoille avoimia koulutuksia, opiskelijaystävälliseen hintaan. Koulutusten aiheet ja kouluttajat on valittu teidän opiskelijoiden toivomusten perusteella ja ne ovat viimeisimmäksi käsitelleet mm. toiminnallista anatomiaa ja fasciakäsittelyä. Muistamme opiskelijajäseniämme valmistumisen hetkellä, jolloin jokainen valmistuva saa liiton jäsenmerkin. Lisäksi palkitsemme vuosittain yhden opiskelijan hieman suuremmalla muistamisella. Opiskelijat ovat myös päässeet valitsemaan joukostaan jäsenopiskelijan, joka on saanut lahjakortin johonkin alueemme koulutukseen. Olemme tarjonneet valmistuville lukuisat kakku-kahvit ja tukeneet myös valmistujaisjärjestelyissä. Toiveemme on olla mukana tukemassa jäsentemme ammattilaisuutta opiskelemaan pääsystä valmistumiseen ja työelämään saakka.

Jäseneksi liittyminen

Keski-Suomen fysioterapeuttien jäseneksi liittyessäsi, sinun tulee olla Suomen fysioterapeuttien jäsen. Opiskelijana jäsenmaksusi on edullisempi, kuin työssäkäyvillä ja kuten sanottua – paikallisyhdistyksemme jäsenmaksua (14e/vuosi) on opintojesi ajan ilmainen. Jäsenyyttä haetaan kirjallisella lomakkeella, jonka voi täyttää sivulla www.suomenfysioterapeutit.fi

Vaihtoehto 1 voit kuulua jäseneksi jonkun 15 eri yhteisöjäsenen kautta, jolloin on myös meidän jäsenemme (yksi yhteisöjäsen on Keski-Suomen fysioterapeutit ry).

Vaihtoehto 2 voit liittyä suoraksi henkilöjäseneksi Suomen fysioterapeutteihin (eli ei ole meidän jäsen, vaan ainoastaan Suomen fysioterapeuttien).

Vaihtoehto 3 on liittyä rinnakkaisjäseneksi, jos kuuluu esimerkiksi johonkin toiseen yhteisöjäsenyhdistykseen tai on suora henkilöjäsen (voit liittyä lisäksi yhdistyksen jäseneksi)

Jos sinulle herää kysyttävää yhdistyksen toiminnasta tai jäsenyysasioista, voit olla yhteydessä opiskelijatoimikuntamme jäseniin. He tarjoavat mielellään neuvontaa ja opastusta!

Opiskelijatoimikunta tukenasi:

Yhdistyksen opiskelijayhdyshenkilö Pirjo Mäki-Natunen (fysioterapian lehtori)

pirjo.maki-natunen(at)jamk.fi

Opiskelijavastaava Eveliina Rauhansalo (työelämän fysioterapeutti)

eveliina.rauhansalo(at)gmail.com

JAMK opiskelijavastaavat

Leevi Hakonen, **leevi.hakonen(at)gmail.com.**

Ina Villberg **L5055(at)student.jamk.fi**

Katri Jutila: **L4304(at)student.jamk.fi**

Fysioterapian koulutusohjelman uudet opinnäytetyöt

Opinnäytetyöt tarjoavat oivallisen mahdollisuuden sukeltaa syvemmälle itseä kiinnostavan aiheen pariin. On myös lukuisia innostavia esimerkkejä siitä, että ajankohtainen aihe on poikinut kutkuttavia työmahdollisuuksia. Huomio myös työelämän fysioterapeutit! Teilläkin on erinomainen tilaisuus vaikuttaa uusien opinnäytetöiden aiheisiin ja mahdollisuus tarjota opiskelijoille ajankohtaisia tutkimuskohteita organisaatiostanne. Älkää siis epäröi ehdottaa opiskelijoille aihetta, jos teillä on toimipisteessänne tarvetta tutkimukselle tai harjoitusohjeille. Kenties jokin materiaali kaipaisi päivitystä? Ammattitaitoinen ohjaus ja ajankohtainen aihe mahdollistavat laadukkaiden opinnäytetöiden synnyn, mistä on hyötyä koko alallemme. Vilkaisehan siis tätä lisää keväällä 2019 julkaistuista opinnäytteistä ja mieti, olisiko teillä tarjota aihetta uusille opinnäytetyötä tekeville.

Opinnäytetyöt JAMK / Kevät 2019

- Arpiainen, Nelli. [Liikkumisen pelon vaikutukset kipuun ja fyysiseen toimintakykyyn patellofemoraalisessa kivussa ja pelon huomiointi fysioterapiassa.](#)
- Kulju, Leila. [Toiminnallisen neurologisen häiriöpotilaan fysioterapia: teemahaastattelu fysioterapeuteille.](#)
- Luukkainen, Jon., Sillanpää, Tuomas. [Glenohumeraalinivelen toiminnan arviointi pesäpallon heitossa](#)
- Mälkki, Johanna., Ylönen, Marianne. [13-15-vuotiaien tyttöjen liikuntakäyttäytymistä edistävät tekijät: kuvaileva kirjallisuuskatsaus.](#)
- Soilu, Kaisa., Nurminen, Kaisa. [Vulvodynian fysioterapia: kirjallisuuskatsaus](#)
- Rautionaho, Riitu. [Hyväksymis- ja omistautumisterapian menetelmät ylipainoisten terveyden edistämisessä: Integroiva kirjallisuuskatsaus](#)
- Nivala, Senni. [Naistelinevoimistelijoiden vammat: kartoitus nuorten naistelinevoimistelijoiden vammoista ja mahdollisista riskitekijöistä.](#)
- Lindroos, Päivi. [Lannerangan diskusprolapsipotilaan pre- ja postoperatiiviset lanti-onpohjan toimintahäiriöt: Potilaan kokemus fysioterapeutin ohjauksesta ja neuvonnasta.](#)
- Vihko-Mäkinen, Maarit. [Etäkuntoutuksen kustannustehokkuus polven tekonivelen postoperatiivisessa fysioterapiassa: Integroitu kirjallisuuskatsaus](#)
- Heimonen, Mari., Oksanen, Noora. [Kirjallisuuskatsaus sektiohaavan paranemiseen vaikuttavista tekijöistä](#)
- Tepponen, Ilkka., Aijasaho, Juho. [Salibandyjunioreiden kehon liikehallinta: kysely ja FMS-testi junioreilla](#)
- Mönkkönen, Jenna. [Kansallisen tason pituushyppääjien yleisimmät alaraajojen urheiluvammat](#)
- Lampinen, Tommi., Salmela, Kalle. [Tarjoilijoiden hartiarenkaan hallinta.](#)
- Fred, Niina., Ruotsalainen, Minna. [Suorien vatsalihasten erkauman terapeuttinen harjoittelu raskauden aikana sekä raskauden jälkeen : Kuvaileva kirjallisuuskatsaus](#)
- Risikko, Leena., Virtanen, Emmi. [Allasterapian käyttömahdollisuudet CP-vammaisten lasten ja nuorten fysioterapiassa : Integroiva kirjallisuuskatsaus](#)

KOULUTUKSET

Koulutusinfo



1. Koulutukset ovat avoimia vain Keski-Suomen fysioterapeuttien jäsenille! Jäsenmaksun tulee olla maksettuna koulutukseen ilmoittautuessa.
2. Koulutuksiin ilmoitaudutaan yhdistyksen kotisivuilla ilmoittautumisaikana. Valitettavasti emme voi ottaa vastaan ilmoittautumisia etukäteen tai ilmoittautumisajan jälkeen. Ilmoittautumisia ei voi myöskään tehdä sähköpostilla tai puhelimitse.
3. Ilmoittautuminen on aina sitova! Koulutus tulee perua 2 viikkoa ennen koulutusta. Peruuttamaton koulutus laskutetaan täysihintaisena. Sairaustapauksissa koulutusmaksusta palautetaan puolet lääkärintodistusta vastaan.
4. Koulutusmaksu maksetaan suoraan yhdistyksen tilille. Verkkolaskumahdollisuutta ei ole. Mahdolliset laskut lähetetään kirjeellä tai sähköpostilla, jolloin laskutuslisä on **5e**.
5. Koulutukseen liittyvät kysymykset esitetään koulutuksen vastuuhenkilölle. Löydät vastuuhenkilön nimen ja yhteystiedot koulutusmainoksesta.

HUOM! Siirrymme syksyn 2019 aikana käyttämään verkkokauppaa koulutusilmoittautumisten yhteydessä. Tämän jälkeen koulutukset tullaan maksamaan suoraan ilmoittautumisen yhteydessä tai valitsemalla laskutuksen, jolloin laskuun lisätään erillinen laskutuslisä.

Ilmoittautumisohje koulutuksiin

Koulutuksiin ilmoittautuminen tapahtuu sähköisesti kotisivumme kautta. Koulutuksiin voi ilmoittautua vain ilmoittautumisaikana. Tarkistathan huolellisesti, milloin haluamaasi koulutukseen tulee ilmoittautua. **Emme ota vastaan etukäteis- tai jälki-ilmoittautumisia.** Jokaisen koulutuksen tarkan ilmoittautumisajankohdan löydät koulutuskalenterista. Koulutuksiin ilmoittautuminen alkaa pääsääntöisesti aamulla klo 07:00 ja päättyy viimeisenä ilmoittautumispäivänä klo 23.59

1. Klikkaa itsesi kotisivuillemme osioon [Koulutukset ja muut tapahtumat](#) ja valitse koulutus, johon haluat ilmoittautua.
2. Täytä yhteystietosi sivun alareunasta löytyvään lomakkeeseen **"Varaukset"**
3. Ilmoita kommenttikentässä koulutuksen maksaja (taho joka näkyy verkkopankissa maksajana) ja kerro, mikäli haluat koulutusmaksun laskulla. Ilmoita myös laskutusosoite. Laskutuslisä on 5e.
4. Maksa koulutusmaksu suoraan yhdistyksen tilille: **FI59 2017 1800 028735** koulutuskalenterissa mainittuun eräpäivään mennessä. Muistathan käyttää maksaessasi **viitenumeroa**, joka löytyy koulutusmainoksessa/laskussa. Mikäli koulutusmaksua ei ole maksettu eräpäivään mennessä, laskuun lisätään viivästymismaksu 10 €!

LISÄTIETOJA: Koulutusvastaava Mari Kallioinen, kallioinen.mari(at)gmail.com

TERVETULOA KOULUTUKSIIN!

SYKSYN 2019 KOULUTUSKALENTERI

Virkistysilta: RecoveriX laitteen esittely ja ruokailu

Aika: ke 18.9.2019. klo 17:00-20:00.

Maksimi: 20

Ilmoittautuminen: 19.8-27.8

Hinta: 10€ omavastuu

Paikka: Fysios Kortepohja (Taitoniekantie 9h, Jyväskylä)

RecoveriX esittelyn jälkeen noin klo 18:30 ruokailu Rentukassa (Fysioksen vieressä)

Vastaava: Liis Kukkonen, liiskukkonen(at)gmail.com

Tule tutustumaan recoveriX aivokuntoutukseen virkistyspäivän merkeissä. Menetelmä perustuu aivojen plastisuuteen. Laitteistolla harjoiteltaessa yhdistyy mielikuvaharjoittelu, näön kautta saatava palaute virtuaalikäsien liikkeestä sekä kuntoutujan oman käden liikkeen aiheuttama sähköärsytys. Yhtäaikaisten ärsykkeiden seurauksena aivosolujen uudelleenjärjestäytyminen tukee motoristen toimintojen palautumista ja vähentää ei-toivottuja oireita. Menetelmä on kehitetty ennen kaikkea aivoverenkiertohäiriöiden terapiaan, mutta sitä voiva käyttää kaikki kuntoutujat, joilla on aivojen vaurioitumisesta johtuva toimintakyvyn häiriö.

1.) Fysioterapeuttinen harjoittelu biopsykososiaalisessa viitekehyksessä

Aika: ma 23.9.2019, klo 17:00-20:00

Kouluttaja: Marko Rossi

Minimi/maksimi: 12/20

Ilmoittautumisaika: 26.8-1.9

Hinta: 50€

Paikka: Ksks luentosali 2, keskussairaalantie 19, Jkl

Vastaava: Mari Kallioinen, [kallioinen.mari\(at\)gmail.com](mailto:kallioinen.mari(at)gmail.com)

Explain train - fysioterapeuttinen harjoittelu

Koulutuksen sisältö:

*Fyysisen harjoittelun ja kuormituksen peruseriaatteet

*Biopsykososiaalinen näkemys liittyen harjoitteluun

- Kuinka kuormittaa asiakasta?
- Toistot, sarjat, palautus, progressio
- Psykososiaalisten tekijöiden huomioiminen (vuorovaikutus, asiakaslähtöisyys jne.)

*Käytännön harjoittelu erilaisten asiakasesimerkkien kautta

Lisää aiheesta ja koulutuksen ennakkolukemisena Jäsentatsin 1/2019 artikkeli: Explain Train- näkemys fysioterapeuttiseen harjoitteluun.

2.) Opiskelijakoulutus: Huimaus

Aika: to 3.10., klo 17:15-20:15

Kouluttaja: Esa Niemistö

Minimi/maksimi: 13/20 osallistujaa

Ilmoittautumisaika: 2.9.-8.9.2019

Hinta: 20€

Paikka: Ilmoitetaan myöhemmin

Vastaava: Enni Laitinen, enni.laitinen(at)[gmail.com](mailto:enni.laitinen@gmail.com)

Huimaukoulutuksessa käydään läpi asentohuimaukseen liittyvää teoriaa sekä käytännön harjoitteita huimauksen hoitoon. Lisäksi tutustutaan muihin huimausta aiheuttaviin tekijöihin ja niiden fysioterapeuttiseen tutkimiseen, kuten esimerkiksi niskan alueen tutkimiseen.

HUOM. Koulutus on vain fysioterapeuttiopiskelijoille!

3.) Neurologisten lasten keskivartalon harjoittaminen : miten ja miksi?

Aika: 12.10.2019, la klo 9:00-17:00

Kouluttaja: Heli-Maija Rajaniemi - NDT/Bobath -terapeutti ja kouluttaja

Minimi/maksimi: 12/18

Ilmoittautuminen: 1.-10.9.

Hinta: 100€

Paikka: Coronaria Medica Ahjokeskus - Ahjokatu 14-16, Jyväskylä

Vastaava: Esa Niemistö, esa.niemisto(at)[gmail.com](mailto:esa.niemisto@gmail.com)

Miten ja miksi ohjaan lasta vahvistamaan keskivartalon ja lantion aluetta, kun hänellä esiintyy poikkeava lihasjänteys/-tonus? Koulutuksen tavoitteena on tuoda osallistujille päivitettyä tietoa ja käytännönläheistä oppia terapeuttiseen harjoitteluun esimerkiksi CP-lapsen toimintakyvyn kehittämiseksi huomioiden ICF:n kaikki osa-alueet.

4.) FM 1 - Faskiamanipulaatio®

Aika: Osa I: 31.10.-2.11. & Osa II: 21.-23.11. (tarkat kellonajan ilmoitetaan myöhemmin)

Kouluttaja: Tiina Lahtinen-Suopanki

Minimi/maksimi:12/18

Ilmoittautumisaika: 23.-29.9.

Hinta: 989e

Paikka: Fysios Muurame, Virastotie 7, 40950 Muurame

Vastaava: Eveliina Rauhansalo, eveliina.rauhansalo(at)[gmail.com](mailto:eveliina.rauhansalo@gmail.com)

Faskiamanipulaatio (FM) on italialaisen fysioterapeutin, Luigi Steccon kehittämä menetelmä. Menetelmässä huomio kohdistuu lihasten, syvän faskian ja sen osatekijöiden väliseen toiminnalliseen suhteeseen. Faskiamanipulaatio-menetelmä esittelee kokonaisen biomekaanisen mallin, joka auttaa tulkitsemaan faskian osuutta tuki- ja liikuntaelimestön toimintahäiriöissä. Menetelmän perusajatuksena on tunnistaa tarkka, paikallinen faskian alue, joka liittyy tiettyyn rajoittuneeseen liikkeeseen. Kun rajoittunut tai kivulias liike on löydetty, tunnistetaan paikallinen faskiassa oleva alue ja tätä tarkasti määritettyä faskian aluetta manipuloimalla voidaan palauttaa liikkeen laajuus ja kivuttomuus.

Steccon Faskiamanipulaatiotaso on jaettu kolmeen tasoon. Ensimmäisellä tasolla tutustutaan faskian anatomiaan, biomekaniikkaan ja fysiologiaan sekä opetellaan koordinaatiokeskusten (CC) sijainnit, testiliikkeet ja niistä rakentuvat myofaskiaaliset ketjut.



KESKUSSAIRAALAN FYSIATRIAN YKSIKÖN KOULUTUKSET



Fysiatrian yksikön järjestämät torstaikoulutukset jatkuvat **29.8.!** Syksyn viikkokoulutukset aloittaa kuntoutuksen ylilääkäri Mauri Kallinen. Koulutukset tarjoavat Keski-Suomen fysioterapeuteille erinomaisen mahdollisuuden huolehtia lakiin perustuvasta velvollisuudesta ylläpitää ammattitaitoaan. Syksyn koulutustarjonta on monipuolinen kattaus, joka tarjoaa jälleen ajantasaista tietoa näyttöön perustuvaan hoitoon, kuntoutukseen ja alueemme hoitokäytäntöihin liittyen. Luennoitsijoina päästään kuulemaan useita kuntoutus- ja hoitoalan ammattilaisia. Mikä on tukipohjallisten tarvehankinta näyttöön perustuvan tiedon pohjalta? Miten tukea masentuneen elämänhallintaa fysioterapian näkökulmasta? Vastauksia näihin kysymyksiin ja paljon muuta luvassa.

Luentoja voit seurata halutessasi paikan päällä keskussairaalan auditoriossa (ei vaadi ilmoittautumista) tai etänä internetyhteyden kautta. Luentojen seuraaminen etänä vaatii yksityisiltä fysioterapiayrityksiltä sopimuksen fysiatrian yksikön kanssa.

Fysiatrian torstaikoulutuskalenteri syksy 2019

Aika: torstaisin klo 8:05 – 9:00

(luento n. 40 min + keskusteluun 10 – 15 min)

Paikka Keskussairaala -1 kerros koulutustilat/auditorio, ellei toisin mainita.

HUOM! Mikäli luennoitsija on antanut luvan, luennot löytyvät Tules-kartan kautta.

Syksyn koulutukset 2019

Aika	Aihe ja luennoitsija
<i>elokuu</i>	
29.8	Työ ja toimintakyvyn arviointi – hoitoketju, Mauri Kallinen, kuntoutuksen ylilääkäri, KSSHP
<i>syyskuu</i>	
5.9	Rannekanavaoireyhtymäpotilaan hoito ja kuntoutus, Jari Ylinen, KSSHP
12.9	Tupakanvieroituksen tärkeys fysioterapeutin työssä, Antti Kyrö, KSSHP
19.9	Masentuneen henkilön tunnistaminen ja elämänhallinnan tukeminen perusterveydenhuollossa fysioterapian näkökulmasta? Anneli Kuusinen-Laukkala, KSSHP
26.9	Mikä on tukipohjallisten tarveharkinta näyttöön perustuvan tiedon pohjalta, Matti Hakola, jalkaterapian lehtori, Metropolia
<i>lokakuu</i>	
3.10	Selkäpotilaan harjoittelussa lihasten aktivaatio osoitettavissa pinta EMG:llä, Erikoistuva lääkäri, Timo Syvelä; KSSHP
10.10	Traumakynnärpään hoito ja kuntoutus Toni Luokkala KSSHP
17.10	Syysloma ei esitystä
24.10	Best exercises for knee arthrosis. TtT Ben Waller, Jyväskylän yliopisto
31.10	Sairaalasta kotiutuneiden iäkkäiden ihmisten kuntoutuminen ja tehostetun kotikuntoutuksen vaikutukset. Katri Turunen, tutkijatohtori, Jyväskylän yliopisto
<i>marraskuu</i>	
7.11	Ft:n ohjaus kipulääkehoidossa. Erikoistuva lääkäri, Miika Lumela, KSSHP
14.11	Tutkimustiedon kriittinen arviointi, Arja Häkkinen, professori, KSSHP, Jyväskylän yliopisto.
21.11	Opiskelijan ohjaus erikoissairaanhoidossa ja ph:ssa, Merja Kurunsaari, lehtori, JAMK.
28.11	Näyttöön perustuva syöpäpotilaiden kuntoutus, Tuulikki Alanko, KSSHP.
<i>joulukuu</i>	
5.12	Lihassoiman harjoittamisen merkitys sydämen vajaatoiminta- ja koronaaripotilaan kuntoutuksessa, Arto Hautala, Oulu
12.12	Terapioiden saatavuusperusteet, Ulla Kolomainen, kuntoutuspäällikkö., KSSHP
19.12	Ei esitystä

Keväällä jatkuu! Ehdotuksia aiheista otetaan vastaan

Yhteyshenkilö:

Kliinisen fysioterapian asiantuntija, Tuulikki Alanko, puh. 014 269 5263 tuulikki.alanko@ksshp.fi
poissa ollessa oh Sirpa Mustalampi puh. 014 269 1546 sirpa.mustalampi@ksshp.fi

MUUT TAPAHTUMAT

Tunne vai oire? – Koulutuskiertue 2019 Jyväskylässä

Suomen fysioterapeuttien järjestämä psykofyysisen fysioterapian koulutuskiertue saapuu Jyväskylään lokakuussa.

Aika: 10.10.2019 klo 13 – 16.30

Paikka: JAMK, Dynamo auditorio, Piippukatu 2

Kouluttaja: Mikko Patovirta

Vastuuyhdistys: Keski-Suomen Fysioterapeutit ry

Osallistumismaksut:

Suomen Fysioterapeuttien jäsenet 20 €

Suomen Fysioterapeuttien opiskelijajäsenet 0 €

Muut 40 €

Ilmoittautuminen:

<https://suomenfysioterapeutit.tapahtumiin.fi>

MAINOSTUS

Haluatko mainospaikan Tatsiin, näkyvyyttä Facebookiin tai ilmoituksellesi sähköpostijakelua? Ota yhteyttä: [fysioterapeutit\(at\)keskisuomenfysioterapeutit.fi](mailto:fysioterapeutit(at)keskisuomenfysioterapeutit.fi)

MAINOS-/ILMOITUSHINNAT 2019

Koko sivu 120€

½ sivua 60€

¼ sivua 30€

(sis. alv24%)

Kaikki mainoshinnat pitävät sisällään myös erillisen sähköpostimainoksen.

KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTIT 2019-2020

<p>Puheenjohtaja Sanna Paasu-Hynynen 044-5750555 sanna.paasu(at)gmail.com</p>			
<p>VARSAINAISET JÄSENET</p> <p>Anu Lahtinen (jäsen sihteeri) anu.lahtinen(at)rokki.net</p> <p>Eveliina Rauhansalo (tiedotusvastaava) eveliina.rauhansalo(at)gmail.com</p> <p>Kati Laakso kati.laakso(at)outlook.com</p> <p>Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com</p>	<p>VARAJÄSENET</p> <p>Maija Mannisenmäki (varapj. sihteeri) maija.mannisenmaki(at)gmail.com</p> <p>Esa Niemistö (rahastonhoitaja) esa.niemisto(at)gmail.com</p> <p>Mari Kallioinen kallioinen.mari(at)gmail.com</p> <p>Erkka Huhtinen erkka.huhtinen(at)outlook.com</p>		
<p>KOULUTUSTOIMIKUNTA</p>			
<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; border: none;"> <p>Koulutusvastaava Mari Kallioinen kallioinen.mari(at)gmail.com</p> <p>Erkka Huhtinen erkka.huhtinen(at)outlook.com</p> <p>Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com</p> <p>Enni Laitinen enni.laitinen(at)gmail.com</p> </td> <td style="width: 50%; border: none;"> <p>Eveliina Rauhansalo eveliina.rauhansalo(at)gmail.com</p> <p>Esa Niemistö esa.niemisto(at)gmail.com</p> <p>Riitu Rautionaho riitu.rautionaho(at)gmail.com</p> </td> </tr> </table>		<p>Koulutusvastaava Mari Kallioinen kallioinen.mari(at)gmail.com</p> <p>Erkka Huhtinen erkka.huhtinen(at)outlook.com</p> <p>Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com</p> <p>Enni Laitinen enni.laitinen(at)gmail.com</p>	<p>Eveliina Rauhansalo eveliina.rauhansalo(at)gmail.com</p> <p>Esa Niemistö esa.niemisto(at)gmail.com</p> <p>Riitu Rautionaho riitu.rautionaho(at)gmail.com</p>
<p>Koulutusvastaava Mari Kallioinen kallioinen.mari(at)gmail.com</p> <p>Erkka Huhtinen erkka.huhtinen(at)outlook.com</p> <p>Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com</p> <p>Enni Laitinen enni.laitinen(at)gmail.com</p>	<p>Eveliina Rauhansalo eveliina.rauhansalo(at)gmail.com</p> <p>Esa Niemistö esa.niemisto(at)gmail.com</p> <p>Riitu Rautionaho riitu.rautionaho(at)gmail.com</p>		
<p>YRITTÄJÄTOIMIKUNTA</p> <p>Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com</p> <p>Anu Lahtinen anu.lahtinen(at)rokki.net</p>	<p>JAMK OPISKELIJAVASTAAVA</p> <p>Leevi Hakonen leevi.hakonen(at)hotmail.com</p> <p>Ina Villberg L5055(at)student.jamk.fi</p> <p>Katri Jutila L4304(at)student.jamk.fi</p>		
<p>YHDISTYKSEN OPISKELIJAVASTAAVA</p> <p>Eveliina Rauhansalo eveliina.rauhansalo(at)gmail.com</p>	<p>OPISKELIJAYHDYSHENKIÖ</p> <p>Pirjo Mäki-Natunen pirjo.maki-natunen(at)jamk.fi</p>		
	<p>POTILASASIAMIES</p> <p>Susanna Antikainen susanna.antikainen(at)fysios.fi p.050-3470737</p>		