



# NEWSLETTER

## 2/2023

Suomen McKenzie Instituutti ry

### SISÄLTÖNÄ

Puheenjohtajan kynästä

Toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2024

Georg Supp: Miksi käytän McKenzie menetelmää työssäni?

IMDTRF-uutisia

Tulevia koulutuksia

# Puheenjohtajan kynästä



Taas on vuosi kääntymässä loppuun ja on aika summata kulunut vuosi ja katsoa eteenpäin kohti tulevaa. Maailmalla on turbulenssia ja kotimaassakin on saatu sote-uudistuksen ensimmäinen vuosi hyvinvointialueilla kokolailla päätökseen varsin muutosmyötäisessä tulessa. Suomen McKenzie Instituutti ry on tässä ajan hengessä varsin vakaalla pohjalla, sukupolven vaihdos on kouluttajien osalta hiljalleen tapahtumassa, tästä osoituksena Marika Heiskasen opetusoikeuden saaminen A- ja B-kursseille, onnittelut Marikalle! Koulutusjatkumoa käynnistetään tasaiseen tahtiin, joskin osallistujista kamppailemme mekin. Kansainvälistä yhteistyötä, viimeaikaisimman tutkimustiedon siirtymistä käytäntöön ja alituista opetusmateriaalien päivitystä ylläpitää ja valvoo Kansainvälinen McKenzie Instituutti, tästä osoituksena ensi vuonna pari kertaa koronan vuoksi siirretty ja nyt vihdoin toteutuva Ottawan kansainvälinen konferenssi. Myös tutkimus on saanut uusia tekijöitä, josta uutinen jäljempänä.



Syyskokouksessa, mukavissa Master class MDT Management of Chronic Pain kurssin tunnelmissa valittiin yhdistyksen hallitus, joka on seuraava: puheenjohtajana valittiin jatkamaan Anne Lahti. Varsinaisina jäseninä jatkavat Annika Wörlin-Påhls ja Marko Tuokko, sekä Minna-Maarit Toivonen ja Petteri Ruuskanen. Varajäsenistä jatkavat Satu Ahopelto ja Jani Takatalo. Takaisin hallitukseen varajäseniksi siirtyvät opettajat Sinikka Kilpikoski ja Marika Heiskanen. Kaikki opettajat osallistuvat joka tapauksessa kokouksiin mahdollisuuksien mukaan.

Oikein mukavaa joulun aikaa kaikille!  
Anne



## TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2024

### YHDISTYKSEN TARKOITUS

”Yhdistyksen tarkoitus on edistää tietoutta McKenzie-menetelmästä Suomessa, järjestää alan koulutusta fysioterapeuteille ja lääkäreille kansainvälisen McKenzie Instituutin hyväksymien opettajien johdolla, pitää yhteyttä muissa maissa toimiviin McKenzie Instituutteihin, edustaa Suomea kansainvälisissä McKenzie kokouksissa sekä tukea suomalaisten fysioterapeuttien alan koulutusta ulkomailla.”

### STRATEGIA

McKenzie Institute International päivitti vision ja mission 2021, jotka löytyvät suomeksi internet sivuilta. Visionamme on ”Varmistaa, että tuki- ja liikuntaelinvaivoista kärsivillä on mahdollisuus Mekaanisen Diagnostisointi ja Terapia® -menetelmän mukaiseen hoitoon.” Koulutusjatkumoina käynnistyy ympäri maailmaa, myös etä- ja hybridikoulutusten yhdistelminä, yli 30 maassa. Suomen McKenzie Instituutti ry pyrkii lisäksi aktiivisesti tukemaan MDT:n Diploma -koulutukseen hakeutumista ja kannustaa tähän lämpimästi. Myös Kansainvälinen Instituutti pyrkii osaltaan vaikuttamaan Diploma -koulutuksen houkuttelevuuteen ja markkinointiin.

### TALOUS

Vuonna 2024 koulutusjatkumot käynnistyvät uusin voimin, kun Marika Heiskanen on saanut valmiiksi opettajastatuksen A- ja B-kursseille. Carolina Nessimian Olyntho on edelleen opettajavastuussa A- ja B-kursseilla, kun taas Sinikka Kilpikoski jatkaa edelleen MDT-koulutusjatkumosta C-kursseista eteenpäin tentistä sekä tietotaitojen päivityksestä. Jäsenmäärän pienenemiseen tulee varautua, eläkkeelle jääviä ja hyvinvointialueilla muihin tehtäviin siirtyviä fysioterapeutteja on viime aikoina ollut tasaisesti. Jäsenmäärän kasvattamiseen uusien koulutusjatkumoiden myötä pyritään edelleen. Talouteen tulee vaikuttamaan Ottawan kansainvälinen konferenssi, johon Suomesta osallistuu kaksi hallinnon edustajaa sekä kaikki opettajat.

### KOULUTUS

Suomen McKenzie Instituutti ry:n kurssien järjestämisessä uusien yhteistyömahdollisuuksien selvitystyö Oulun Ammattikorkeakoulun kanssa on edennyt ja saataneen loppuun tulevan toimintakauden aikana. Kurssitoiminnan laajentamista online-komponenteilla ja

suoravastaaanottokoulutuksien osaksi selvitetään yhdessä kouluttajien ja muiden yhteistyökumppaneiden kanssa. Tarvittaessa kursseja järjestetään myös tilausmuotoisina. Tietotaitojen päivytyspäiviä järjestetään tarpeen mukaan eri puolilla Suomea. Tulevina kursseina D-kurssi Oulussa 11-14.1.24, tietotaitojen päivitys Nousiaisissa 2/2024, E-kurssi 16-17.3.24 Oulussa, 4/2024 tietotaitojen päivitys Helsingissä, 4-5.5.24 Oulussa manuaalisten tekniikoiden kertaus ja näyttökoe Cred.ex. Tavoitteena on myös järjestää oppisopimusrahoitteinen koulutus Jyväskylässä. Keväälle ja syksylle 2024 suunnitelmassa on myös opintopäivät sääntömääräisten kevät- ja syyskokousten yhteydessä.

Kaikki kurssimanuaalit tulevat päivitettäväksi, uusi tentti tulee voimaan vasta vuoden päästä, v. 2025.

Englanninkielinen ” Treat Your Own Ankle & Achilles tendon” -kirja on julkaistu. Käännöslupaa vielä odotetaan.

Sinikka Kilpikosken tutkimuksista on mahdollisesti tulossa posterit sekä esitelmä ja mahdollisesti myös Marika Heiskaselta esitelmä Ottawan konferenssiin.

## **TIEDOTUS JA MARKKINOINTI**

Tiedotus tapahtuu pääasiassa internetsivujen ja jäsenistölle sekä tutkinnon suorittaneille suunnatun joukkosähköpostitusten kautta. Internetsivut ovat osin MII:n alaiset ja toimivuuteen ja selkeyteen kiinnitetäänkin huomiota. Sivuja päivitetään havaitun tarpeen mukaan. Facebookin ryhmää pyritään kasvattamaan mahdollisimman kattavan tiedottamisen tueksi. Suomenkielistä McKenzie -Newsletteriä toimitetaan 2 numeroa. Kansainvälinen MDT World Press ei ole ilmestynyt vuosiin, sen sijaan Kansainvälinen Instituutti on järjestänyt kaikille avoimia webinaareja, joista on tiedotettu myös jäsenistöä Suomessa. MDT-menetelmän markkinointiapua kaivataan hallitukseen joko hallituksen ulkopuolelta tai hallituksen jäsenistöstä, kaikki nykyaikaiset kanavat voidaan kokeilla.

## **KOKOUKSET**

Hallituksen kokouksia pyritään järjestämään 5-8 kertaa vuoden aikana Zoom -kokouksina puheenjohtajan kokoon kutsumina, sekä perinteisenä kesäkokouksena. Kevätkokous pidetään maaliskuussa ja syyskokous marraskuun aikana. Perinteinen kesäkokous pidetään heinä-elokuussa. Euroopan instituutit pitävät tarvittaessa yhteyttä etäkokouksilla vuosittain. 15. kansainvälinen konferenssi järjestetään Ottawassa 9-11.8.2024, johon osallistuvat puheenjohtaja, taloudenhoitaja, sekä kaikki kouluttajat.

*Suomen McKenzie Instituutin hallitus*

Koko yhdistys	2022	30.9.2023	Ennuste 2023	Budjetti 2024
<b>VARAINAINEN TOIMINTA</b>				
<b>Tuotot</b>				
<b>Tuotot</b>				
3000 Koulutustuotot	31 065,42	18 424,02	24 565,36	23 000,00
3099 Muut varsinaisen toiminnan tuotot	3 129,22	959,70	1 279,60	1 200,00
3100 Myynnin valuuttakurssierot	56,00	0,00	0,00	0,00
<b>Tuotot yhteensä</b>	<b>34 250,64</b>	<b>19 383,72</b>	<b>25 844,96</b>	<b>24 200,00</b>
<b>Kulut</b>				
<b>Henkilöstökulut</b>				
4011 Palkkiot	0,00	0,00	0,00	0,00
4110 Sosiaaliturvamaksut	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Henkilöstökulut yhteensä</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Poistot</b>				
<b>Koneista ja kalustosta</b>				
7100 Poistot koneista ja kalustosta	-34,75	0,00	0,00	0,00
<b>Poistot yhteensä</b>	<b>-34,75</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Muut kulut</b>				
<b>Muut henkilöstökulut</b>				
4183 Työntekijöiden matkavakuutukset	0,00	-313,74	-418,32	-450,00
<b>Muut henkilöstökulut yhteensä</b>	<b>0,00</b>	<b>-313,74</b>	<b>-418,32</b>	<b>-450,00</b>
<b>Toimitilakulut</b>				
4690 Toimitilavuokrat	-600,00	0,00	0,00	-600,00
<b>Toimitilakulut yhteensä</b>	<b>-600,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>-600,00</b>
<b>Atk-laite ja -ohjelmistokulut</b>				
4950 Ohjelmistokulut	-882,37	-596,27	-795,03	-800,00
4960 Atk-ohjelmistojen päivitykset ja ylläpito	0,00	-25,15	-33,53	-50,00
<b>Atk-laite ja -ohjelmistokulut yhteensä</b>	<b>-882,37</b>	<b>-621,42</b>	<b>-828,56</b>	<b>-850,00</b>
<b>Matkakulut</b>				
5100 Matkaliput	-18,06	-5 876,74	-7 835,65	-8 000,00
5110 Taksikulut	0,00	-99,70	-132,93	-200,00
5120 Hotelli-ym. majoitus	-2 033,65	-2 073,35	-2 764,47	-3 500,00
5135 Tarjoilut kurssilla	-260,69	0,00	0,00	0,00
5140 Matkavakuutukset	-420,67	0,00	0,00	0,00
5150 Paikointikulut	0,00	-80,13	-106,84	-100,00
5160 Kilometrikorvaukset	0,00	-281,96	-375,95	-400,00
5170 Muut matkakulut	-2 228,66	-84,89	-113,19	-2 000,00
<b>Matkakulut yhteensä</b>	<b>-4 961,73</b>	<b>-8 496,77</b>	<b>-11 329,03</b>	<b>-14 200,00</b>
<b>Edustuskulut</b>				
5250 Edustustilaisuudet	0,00	-2 817,76	-3 757,01	0,00
<b>Edustuskulut yhteensä</b>	<b>0,00</b>	<b>-2 817,76</b>	<b>-3 757,01</b>	<b>0,00</b>
<b>Markkinointikulut</b>				
5370 Ilmoitusmainonta	-2 465,00	-30,00	-40,00	-500,00
5390 Internetmainonta	0,00	-120,00	-160,00	-200,00
<b>Markkinointikulut yhteensä</b>	<b>-2 465,00</b>	<b>-150,00</b>	<b>-200,00</b>	<b>-700,00</b>
<b>Hallintopalvelut</b>				
5680 Taloushallintopalvelut	-1 832,50	-450,00	-600,00	-1 000,00
5690 Tilintarkastuspalvelut	0,00	-750,00	-1 000,00	-750,00
5740 Viranomaismaksut	-2,60	0,00	0,00	0,00
<b>Hallintopalvelut yhteensä</b>	<b>-1 835,10</b>	<b>-1 200,00</b>	<b>-1 600,00</b>	<b>-1 750,00</b>
<b>Muut hallintokulut</b>				
5840 Posti- ja lähettikulut	-154,20	-9,85	-13,13	-50,00
5860 Rahaliikenteenkulut	-1 040,64	-775,29	-1 033,72	-800,00
5870 Pyörityserot	0,00	-0,60	-0,80	0,00
5880 Vastuuvakuutukset	-96,51	-76,11	-101,48	-100,00
5930 Lomakkeet ja painatuskulut	-272,00	-600,45	-800,60	-800,00
5950 Kokous- ja neuvottelukulut	-207,05	-29,15	-38,87	-200,00
<b>Muut hallintokulut yhteensä</b>	<b>-1 770,40</b>	<b>-1 491,45</b>	<b>-1 988,60</b>	<b>-1 950,00</b>
<b>Muut kulut</b>				
4312 Kouluttajien opetuslisenssit	-250,07	-47,14	-62,85	-50,00
4460 Koulutusmateriaalit	-1 581,37	0,00	0,00	0,00
4465 Levi-maksut NZ	-5 009,38	-2 268,00	-3 024,00	-2 500,00
5582 Apurahat	0,00	-405,00	-540,00	-500,00
5671 Opetus kurssilla	-18 712,00	-5 684,98	-7 579,97	-8 000,00
5674 Muut kouluttajan laskuttamat kurssien kulut	0,00	-700,61	-934,15	-700,00
5678 Lahjat ja muistamiset	0,00	-385,86	-514,48	-200,00
5685 Jäsenistön virkistys- ja tapahtumakulut	0,00	-5 325,99	-7 101,32	0,00
6000 Myynnin luottotappiot	-110,00	0,00	0,00	0,00
6035 Valuuttakurssierot	0,00	-7,44	-9,92	0,00
6075 Viivästys- ja huomautuskulut, vähennyskelvottomat	-0,41	0,00	0,00	0,00
<b>Muut kulut yhteensä</b>	<b>-25 663,23</b>	<b>-14 825,02</b>	<b>-19 766,69</b>	<b>-11 950,00</b>
<b>Muut kulut yhteensä</b>	<b>-38 177,83</b>	<b>-29 916,16</b>	<b>-39 888,21</b>	<b>-32 450,00</b>
<b>Kulut yhteensä</b>	<b>-38 212,58</b>	<b>-29 916,16</b>	<b>-39 888,21</b>	<b>-32 450,00</b>
<b>VARAINAINEN TOIMINTA YHTEENSÄ</b>	<b>-3 961,94</b>	<b>-10 532,44</b>	<b>-14 043,25</b>	<b>-8 250,00</b>
<b>Tuotto-/kulujäämä yhteensä</b>	<b>-3 961,94</b>	<b>-10 532,44</b>	<b>-14 043,25</b>	<b>-8 250,00</b>
<b>VARAINHANKINTA</b>				
<b>Tuotot</b>				
7500 Jäsenmaksut	9 330,00	10 240,00	13 653,33	11 000,00
<b>Tuotot yhteensä</b>	<b>9 330,00</b>	<b>10 240,00</b>	<b>13 653,33</b>	<b>11 000,00</b>
<b>Kulut</b>				
7860 Muut varainhankinnan kulut	-295,82	-367,69	-490,25	-500,00
<b>Kulut yhteensä</b>	<b>-295,82</b>	<b>-367,69</b>	<b>-490,25</b>	<b>-500,00</b>
<b>VARAINHANKINTA YHTEENSÄ</b>	<b>9 034,18</b>	<b>9 872,31</b>	<b>13 163,08</b>	<b>10 500,00</b>
<b>Tuotto-/kulujäämä yhteensä</b>	<b>5 072,24</b>	<b>-660,13</b>	<b>-880,17</b>	<b>2 250,00</b>
<b>SUOITUS- JA RAHOITUSTOIMINTA</b>				
<b>Tuotot</b>				
<b>Rahoitustoiminta</b>				
8300 Korkotuotot	0,37	0,00	0,00	0,00
8305 Verovapaat korkotuotot	0,01	3,62	4,83	0,00
<b>Tuotot yhteensä</b>	<b>0,38</b>	<b>3,62</b>	<b>4,83</b>	<b>0,00</b>
<b>Kulut</b>				
<b>Rahoitustoiminta</b>				
8920 Vähennyskelvottomat korkokulut	0,00	-0,13	-0,17	0,00
<b>Kulut yhteensä</b>	<b>0,00</b>	<b>-0,13</b>	<b>-0,17</b>	<b>0,00</b>
<b>SUOITUS- JA RAHOITUSTOIMINTA YHTEENSÄ</b>	<b>0,38</b>	<b>3,49</b>	<b>4,65</b>	<b>0,00</b>
<b>Tuotto-/kulujäämä yhteensä</b>	<b>5 072,62</b>	<b>-656,64</b>	<b>-875,52</b>	<b>2 250,00</b>
<b>Välittömät verot</b>				
9905 Tuloverot	-1 014,61	0,00	0,00	0,00
9910 Ennakkoverot	0,00	-1 716,85	-2 289,13	-2 000,00
<b>Välittömät verot</b>	<b>-1 014,61</b>	<b>-1 716,85</b>	<b>-2 289,13</b>	<b>-2 000,00</b>
<b>TILIKAUDEN YLIJÄÄMÄ (ALIJÄÄMÄ) YHTEENSÄ</b>	<b>4 058,01</b>	<b>-2 373,49</b>	<b>-3 164,65</b>	<b>250,00</b>

# Miksi käytän McKenzie systeemiä päivittäisessä työssäni

*...ja olen opettanut sitä jo yli 24 vuoden ajan,*  
Georg Supp, Freiburg



## **Varoitus!**

*Tämä kirjoitus on täydellisen subjektiivinen eikä perustu laajaan kirjallisuuskatsaukseen.  
Se perustuu omiin henkilökohtaisiin pohdintoihini, miksi teen sitä mitä teen ammatillisesti.*

Jo vuosisatojen ajan tutkijat ovat pohtineet tuki- ja liikuntaelinvaivojen hoidoissa käytettyjä terapeuttisia menetelmiä, erilaisia lähestymistapoja ja systeemejä.

Pääasiallisena kiinnostuksen kohteena ovat olleet alaselän erilaiset kiputilat, mutta nyt myös kaularanka- ja raajaongelmien hoitokäytännöt ovat alkaneet kiinnostaa. Satunnaistettujen kontrolloitujen tutkimusten ja systemaattisten katsausten avulla on koetettu löytää vastaus kysymykseen onko jokin hoitomenetelmä tai lähestymistapa ylivoimainen kaikkiin muihin menetelmiin nähden.

Voisin kirjoittaa sivukaupalla pitkävetisiä yhteenvetoja, kriittisiä kommentteja liitteenä oleviin tutkimuksiin ja metodologisiin sudenkuoppiin sekä vaatimuksia tarkemmista lisätutkimuksista. En kuitenkaan tee niin. Jokainen voi vapaasti tehdä omat johtopäätöksensä aiheeseen liittyvästä relevantista kirjallisuudesta.<sup>1-14</sup>

## **Maalaisjärki ja hoitotulokset:**

Ylivoimaista hoitomenetelmää, parasta lähestymistapaa, tehokkainta systeemiä ei ole olemassa.

Erot eri menetelmien välillä ovat marginaalisia. Parhaimmillaan ne voivat olla jollain tapaa tilastollisesti relevantteja, mutta samanaikaisesti kliinisesti kyseenalaisia.

Viimeisten 25 vuoden aikana, McKenzie systeemin vaikuttavuus on ollut säännöllisesti tutkimuksen kohteena.<sup>15-23</sup>

Pitkä tarina lyhyesti: McKenzie menetelmän paremmuudesta ei ole vakuuttavaa tieteellistä näyttöä, kun pohditaan hoidon tuloksia. Kaiken kaikkiaan, Mechanical Diagnosis and Therapy (MDT) ei ole yhtään tehokkaampi hoitomuoto kuin monet muut vertailussa olevat lähestymistavat, mutta ei se myöskään ole huonompi.

Niin pitkään kun terapeutit käyttävät aktiivisia interventioita ja potilaan ohjausta, tutkijat vastaavasti mittaavat potilaan kokonaistilanteen parantumista – kuitenkin potilasta tutkivan terapeutin ja potilaan yhdessä tulee määritellä se.<sup>24,25</sup>

## **On monta tapaa kiivetä puuhun!**

Olen käyttänyt MDT systeemiä tutkiessani ja hoitaessani potilaita vuodesta 1994 lähtien. Olen kouluttanut terapeutteja Saksassa / Sveitsissä / Itävallassa vuodesta 1999 alkaen, ja kansainvälisesti vuodesta 2017.

## **Onko tässä mitään järkeä?**

*Miksi olen edelleen 'MDT tyyppi' kun muutkin aktiiviset lähestymistavat voivat olla aivan yhtä tehokkaita?*

**Seuraavalla sivulla omakohtaiset vastaukseni tähän kysymykseen.**

## MDT:n käyttö päivittäisessä työssäni



### 1. Tärkeimmät asiat ensin! MDT on käyttökelpoinen

Järjestelmällisen lähestymistavan ansiosta järkevät johtopäätökset löytyvät 20-30 minuutissa. Tämä on valtava etu kaikkiin niihin lähestymistapoihin nähden, jotka ovat laajoja ja erittäin tiukasti tieteelliseen näyttöön perustuvia, mutta joita on hankalaa käyttää jokapäiväisessä terapeutisessa työssä. Fysioterapeuttien usein käyttämä ortopedinen diagnostiikka korostaa systemin suurta arvoa käytännön työssä.<sup>26</sup>



### 2. MDT auttaa tunnistamaan ne potilaat, jotka pitää lähettää tarkempiin tutkimuksiin

MDT tutkimissysteemin avulla voi löytää vihjeitä vakavasta patologiasta.<sup>27</sup>



### 3. MDT:n avulla kykenen arvioimaan mahdollista ennustetta

Potilaat haluavat tietää milloin he alkavat parantua. Jos kykenen tunnistamaan kivun Sentralisaatio-ilmion tai Directional Preference ilmiön eli oikean hoitosuunnan, voin antaa arvion hyvästä paranemisen ennusteesta hyvällä omallatunnonla.<sup>20,28-31,31</sup>



**18**  
sessions



**5**  
sessions

### 4. MDT:n ansiosta tarvitaan vähemmän hoitokäyntejä

Pula vastaanottoajoista meilläpäin maailmaa tai hoitopäätöksiä vaikeuttava voimavarojen puute monissa muissa maissa, ovat hyviä syitä valita lähestymistapa, jonka käyttö vaatii vähemmän hoitokäyntejä kuin muut hoitotavat.<sup>32</sup>



### 5. MDT:n avulla potilas voi säästyä kuormittavilta, kalliilta tutkimuksilta tai interventioilta

Kuvantamisen seurauksena voi syntyä joukko hoitointerventioita. Niihin saattaa joskus liittyä isoja riskejä. Leikkausten välttäminen on tärkein tavoitteeni.<sup>33-37</sup>



### 6. MDT antaa potilaalle keinot hoitaa itse itseään vaivojen uusiutuessa

Selkävivun ennaltaehkäisy on hurskas toive. Todellisuudessa, tämä ei toteudu kovinkaan tehokkaasti. MDT ohjausta saaneilla potilailla on myös uusiutumisasihteja. Näyttää siltä, että he usein kykenevät hoitamaan itse itseään eivätkä hakeudu heti hoitoon.<sup>38</sup>

## 7. MDT:n periaatteita voi soveltaa koko kehon alueelle

Pääkirjoituksessaan 2016 arvostettu Gwendolen Jull kysyi: 'Ristiriita ranka- ja raajaongelmien lähestymistavoissa: Onko tämä loogista?'.<sup>39</sup> Vastaus on EI, ei tietenkään. MDT systeemissä, samoja hoito- ja tutkimisperiaatteita voidaan soveltaa sekä ranka- että raajaongelmiin.<sup>40</sup>



### 8. MDT kannustaa kollegoiden väliseen mielipiteiden vaihtoon

Kun kaikki saman tiimin terapeutit käyttävät MDT systeemiä, opitaan toiselta ja ryhmässä toinen toisiltaan.<sup>48</sup> Jos ryhmässä kaikilla on minimi koulutustaso, on luotettavuus hyvä ja on mahdollista, että kaikki puhuvat samalla lailla asioista.<sup>49-56</sup>

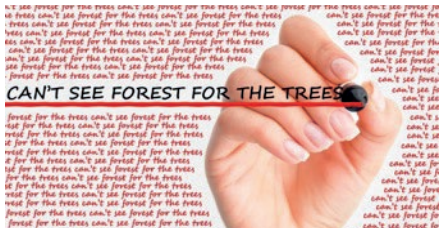
Tiimityö on olennaista, että voidaan tehdä pitkäjänteistä näyttöön perustuvaa työtä normaalin päivittäisen työn aikana sekä välttämään kyseenalaisten terapioiden käytöstä.<sup>57</sup>



### 9. MDT systeemissä myös potilas on osa päätöksentekoprosessia

Tämä on mielestäni avainasia MDT:ssä. MDT systeemissä jaettu päätöksenteko alkaa jo diagnostisointi prosessissa. Tämä kannustaa terapeutiseen yhteistoimintaan ja auttaa potilasta ymmärtämään omaa terveydentilaansa paremmin sekä sisäistämään asianmukaiset hoitostrategiat.<sup>58</sup>

# MDT:n opettaminen / oppiminen



## 1. MDT:ssä on selkeä rakenne

Nuoret terapeutit aloittavat tavallisesti työuransa valtavalla määrällä teoreettista tietoa. Kaikki toimii hienosti paperilla, koulutuksen aikaisissa esityksissä tai roolipeleissä. Tilanne muuttuu hankalaksi heti, kun todelliset potilaat eivät reagoi-kaan testeihin kuten oppikirjoissa on kerrottu. Novisiit arvostavat punaista lankaa, joka MDT systeemin kautta löytyy. Vaikka jotkut seikat näyttävät yksinkertaisilta, hoitomenetelmät ovat turvallisia, ja se on erittäin tärkeää sekä terapeutille että potilaalle.

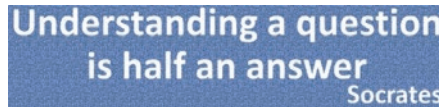
Sen avulla 'tieteen kuormittama' terapeutti kykenee soveltamaan tieteellisen näytön käytäntöön. Kokeneet kollegat kertovat minulle usein, että MDT on helpottanut monia asioita päivittäisessä työssä.

## 2. MDT edistää aktiivisen terapian käyttöä

MDT systeemin keskeiset tekijät ovat itsehoito ja kuormituksen lisäämisen periaate. Vaikka mikään muu ei tuntuisi vakuuttavan kurssilla, muistetaan varmasti, että fokus on aktiivisessa terapiassa.

## 3. MDT auttaa menetelmän käyttäjiä paremmin ymmärtämään biopsykososiaalisia tekijöitä

Engelman aiheuttajamallin (Driver Model) <sup>59</sup> soveltaminen painottaa selkeästi MDT:n biopsykososiaalista piirrettä <sup>60-62</sup> ja auttaa potilaan tutkimisessa.



## 4. MDT tukee terapeuttia parantamaan kommunikointia potilaan kanssa

MDT:ssä, taustatietojen kirjaaminen ja kliininen tutkiminen tapahtuu jatkuvassa vuoro- vaikutuksessa potilaan kanssa. Potilasdemonstraatiot kurseilla antavat mallin kuinka kommunikaatio voi toimia.

## 5. Lieneekö taikaratkaisu olla tekaistu jättiläinen?

Äskettäin kävi ilmi, että tutkijat ovat löytäneet tien ”selkäkivun onneen”. Ensimmäisen kerran eräästä satunnaistetusta kliinisestä tutkimuksesta tehdyt selkeät johtopäätökset puolsivat erästä hoitointerventiota. ”Kognitiivinen funktionaalinen terapia (CFT) saattaa tuottaa suuria ja pitkäkestoisia hoitotuloksia kroonisille alaselkikipupotilaille, ja huomattavasti pienemmällä yhteiskunnallisilla kustannuksilla kuin tavallinen hoito”. <sup>64</sup>

Hieman lähemmin tarkasteltuna näyttää siltä, että 73 % CFT-ryhmän potilaista luotti joko jonkin verran, varmasti tai erittäin varmasti kyseiseen hoitoon. Vain 2 % oli epävarma. Tavallisessa hoitoryhmässä vain 25 % luotti joksikin varmasti, varmasti tai erittäin varmasti kyseiseen hoitoon, ja 29 % oli erittäin epävarma tai epävarma. Koska tiedämme, miten odotukset vaikuttavat mahdollisiin hoitotuloksiin<sup>64</sup>, tästä tutkimuksesta tehdyt johtopäätökset tulee tulkita varoen.

## 6. Luokittelusysteemeistä yleisesti, MDT systeemi spesifissä ja laadullisessa kontrolloinnissa

Kun Tagliaferrin et al.<sup>15</sup>, systemaattinen katsaus julkaistiin, näytti siltä, että se oli lopullinen osoitus luokitteluperusteisen lähestymistavan tehottomuudesta. Katsauksessa osoitettiin, että mikään tutkittujen lähestymistapojen hoitotuloksista ei ollut parempi verrattuna muihin luokitteluperusteisiin lähestymistapoihin tai verrattuna muihin yleisesti käytettyihin lähestymistapoihin. Kirjoittajien johtopäätös oli, että tällä hetkellä ei ole riittävää tieteellistä näyttöä, joka tukisi luokittelusysteemin käyttöä alaselkikipujen hoidossa.

Saksan Fysioterapialehden haastattelussa em. tutkimuksen vanhempi tutkija sanoi: “ Ennenkuin lisää ja laadullisesti parempaa tieteellistä näyttöä on saatavilla, näiden luokittelujärjestelmien systemaattista käyttöä ei suositella...tässä asiayhteydessä pitäisi myös ajatella resursseja. Tällaisten menetelmien käyttö vaatii perusteellista koulutusta ja niiden oppimiseen kuluu aikaa ja rahaa... on kyseenalaista onko siinä mitään järkeä.” <sup>63</sup>

Sekä kirjoittajilta että monissa julkaisun jälkeisissä keskusteluissa jäi huomiomatta muutamia tärkeitä näkökantoja. Luokittelujärjestelmä antaa terapeuteille selkeän viitekehyksen. Monet terapeutit arvostavat jonkinlaista ohjeistusta päivittäiseen työhönsä. Täydellisessä maailmassa, terapeutit oppisivat näyttöön perustuvan (evidence-based) käytännön jo fysioterapian perusopinnoissa, lisäksiivät osaamistaan lukemalla työhönsä liittyviä relevantteja artikkeleita ja siirtäisivät niistä saamansa tiedon päivittäiseen työ-



hönsä. Todellisuudessa, terapeutit käyvät erilaisia kursseja ja hyödyntävät niissä käytyjä keskusteluja muuttaakseen hoitokäytäntöjään, kuin että lukevat tieteellisiä artikkeleja. <sup>64</sup>

Luokittelujärjestelmiä opetetaan tavallisesti valmistumisen jälkeen käytävillä kursseilla. Joissakin näistä systeemeistä – kuten MDT:ssä - on mahdollisuus hyödyntää jatkuvaa koulutusohjelmaa osallistumalla tarjolla oleviin jatkokursseihin ja / tai syventäviin kursseihin. Näillä kursseilla terapeutilla on erinomainen tilaisuus päivittää osaamistaan ja viimeisintä tutkimustietoa aiheesta. Kuten edellä mainitussa tutkimuksessa todettiin, tosiasia on, että luokittelujärjestelmiä on olemassa. Siksi niiden avulla voidaan tutkia saatuja hoitotuloksia ja lopulta myös kyseenalaistaa niiden opetussellinen rakenne. Tässä asiayhteydessä, laatukontrolli on erittäin tärkeä tekijä, ja jo nyt käydään keskusteluja, onko jo aika lehtien tehdä pari-arviointeja kursseista, jotta arviointi olisi relevanttia. Palatakseni MDT lähestymistapaan, artikkelissa mainitussa systemaattisessa katsauksessa se ei ollut sen parempi tai huonompi kuin mikään muukaan lähestymistapa. Jos ajatellaan kaikkia muita tässä artikkelissa kuvaamiani MDT:n liittyviä tekijöitä, menetelmä on yhä erittäin käyttökelpoinen valinta minulle. <sup>65</sup>



### **Georg Supp**

PT, Dip MDT,  
International Instructor  
McKenzie Institut D / CH / A P  
ULZ im Rieselfeld  
Rieselfeldallee 12  
79111 Freiburg  
[www.pulz-freiburg.de](http://www.pulz-freiburg.de)  
[georg@mckenzie.de](mailto:georg@mckenzie.de)

Käännöksen ovat laatineet Suomessa yli 25-vuotta McKenzieen systeemiä kouluttaneet menetelmään erikoistuneet, kansainvälisen McKenzie Instituutin kouluttajat Tuija Siitonen ja Sinikka Kilpikoski.

**Tuija Siitonen**  
Tft, MDT Faculty

**TOP-FYSIO OY**  
Kiiskitie 1 D 61, 02170 Espoo  
[tuija.siitonen@top-fysio.inet.fi](mailto:tuija.siitonen@top-fysio.inet.fi)

**Sinikka Kilpikoski**  
TtT, ft, Cert & Dip. MDT,  
Senior Faculty  
[sinikka.kilpikoski@kolumbus.fi](mailto:sinikka.kilpikoski@kolumbus.fi)

**Vaajakosken Kuntohoito Oy**  
Savonmäentie 15,  
40800 VAAJAKOSKI

Lähdeluettelo on  
saatavana osoitteesta  
[sinikka.kilpikoski@kolumbus.fi](mailto:sinikka.kilpikoski@kolumbus.fi)

## Goodbye and Welcome!

### Newsflash December 2023

The year 2023 was an exciting one for the Research Foundation.

After more than 20 years serving IMDTRF, 14 years as chair, **Betty Sindelar** will leave the foundation at the end of this year.

Betty's contribution to IMDTRF has been extensive and hugely impactful on the growth and development of the foundation. She was involved in the work of the foundation and its predecessor 'the research committee' since 2002. In 2009, Betty was elected as chair and held this position until 2023. She was the driving force and the heart of this foundation! Of course, we want you to enjoy your well-earned retirement, but we will sincerely miss your wisdom, determination, pragmatism and humor. Together with Betty, our dear **Jon Weinberg** is leaving IMDTRF. Jon was a member of IMDTRF since 2014 and held the position of the treasurer and member at large. Thanks a lot for your valuable contribution to the team, Jon!

**Mark Werneke** was one of the founding members of IMDTRF together with Betty Sindelar. Mark acted as treasurer and vice – chair in the periods 2004 – 2013 and 2018 – 2022. In 2023, Mark agreed to support us still as a consultant - highly appreciated. Thanks for all your dedication and great work, Mark!



**Betty Sindelar**

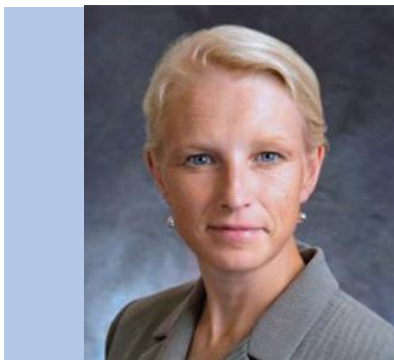


**Jon Weinberg**



**Mark Werneke**

A very warm welcome to our three new members in 2023. **Emily Slaven** from Indianapolis / Indiana, our new chair. **Janet Simon** from Athens / Ohio – member at large and **Slavko Rogan** from Bern / Switzerland - member at large.



**Emily Slaven**



**Janet Simon**



**Slavko Rogan**

Tulevia koulutuksia

D-kurssi Oulussa 11-14.1.24

Tietotaitojen päivitys Nousiaisissa 2/2024

E-kurssi 16-17.3.24 Oulussa

Tietotaitojen päivitys Helsingissä 4/2024,

Manuaalisten tekniikoiden kertaus ja tentti Cred.ex. Oulussa 4-5.5.24

Kevään 2024 opintopäivät järjestetään work shop -tyyppisenä, jossa olemme järjestäneet tapauksia, tekniikkakertauksia yms työpajoihin, jotka toteutetaan lähikoulutuksena. Käynnissä on kysely, jossa voi vaikuttaa koulutuksen sijaintiin sekä siihen, järjestetäänkö koulutus yksi- vai kaksipäiväisenä. <https://forms.office.com/e/13EzQXz30Z> Vastausaikaa joulun asti!