

SANFEY RY



**PUHEENJOHTAJAN
TERVEISET**

**YAMK
OPINNÄYTETYÖ**

JÄSENKIRJE

KOULUTUSTERVEISET

2/25

**TULEVAT
KOULUTUKSET**

PUHEENJOHTAJAN TERVEISET



Kesä alkaa olla takanapäin ja katse kääntyy kohti syksyä. Kesään mahtui monenlaista säätä: aina koleasta ja sateesta todelliseen lämpöaaltoon. Itse sain lomalla kokea kaikkea sitä. Eipä päässyt kyllästymään ja loma on aina loma. Toivottavasti on akut ladattu ja voimia syksyn askareisiin. Sanfynssa ensimmäinen hallituksen kokous pidetty ja tulevaisuutta suunniteltu. Tässäpä syksyn jäsenkirje - ole hyvä.

Kelan tuleva kilpailutus varmaan askarruttaa monta pienempää ja suurempaa yrittäjää. Hinta edellä mennään, joten mietityttää, miten aikaisemmin hankittu ammattitaito ja koulutus huomioidaan tulevaisuudessa. Asiakkaat, joilla on jokin neurologinen sairaus tai vamma, vaatii erityisosaamista fysioterapian toteutuksessa. Se osaaminen vaatii usein useiden vuosien työkokemuksen ja koulutautumisen. Jokainen tosin aloittaa joskus ja olisi toivottavaa, että työuran voisi aloittaa kokeneempien kollegoiden kanssa, jolloin perehdytys ja tuki on saatavilla. Moniammatillisessa tiimissä työskentely vaatii myös kokemusta: osaa hyödyntää toisten ammattilaisten osaamista ja löytää sen oman roolinsa. Työpaikkojen vähentyessä moni joutuu perustamaan oman yrityksen tai toimii itsenäisenä ammatinharjoittajana jo heti uran alkuvaiheessa, jolloin tärkeä tuki jää pois. Julkisella puolella työpaikat vähenevät eikä palveluseteleitä entiseen malliin myönnetä. Tarvetta fysioterapiaan ja tutkittua näyttöä sen vaikuttavuudesta ja kustannustehokkuudesta löytyy. Sen esille tuomiseen pitää jaksaa panostaa. Onneksi siinä ei tarvitse olla yksin, vaan useammalta taholta pyritään vaikuttamaan.

Ihmisten ikääntyessä toimintakyvyn ylläpitämisessä fysioterapian rooli on tärkeä. Aikaisemmin sairastuneet tai vammautuneet ikääntyvät ja toimintakyvyn lasku kiihtyy terveeseen väestöön verrattuna. Toisaalta ikääntyessä sairastuminen tai vammautumisen riski kasvaa. Osa ikääntyneistä saattaa olla varakkaampia ja he tai heidän omaisensa voivat ostaa palveluita omakustanteisesti. Kelan korvaus 4x 15 € on pieni vastaantulo. Ei se varmasti pelasta koko laivaa, mutta on pieni apu.

Koulutautumisen tarve ammattitaidon ylläpysymiseksi on joka tapauksessa tärkeää. Oman ammattitaidon tunnistaminen ja tunnustaminen on huomion arvoista fysioterapian merkityksen esille tuomisessa, palkkauksessa ja hinnoittelussa. Suomen Fysioterapeutit ovat kehittäneet mallin osaamisen tunnistamisesta. Fysioterapeutit, jotka työskentelevät aikuisneurologisten asiakkaiden kanssa, voivat hakea erityisasiantuntijuutta. Oletko hakenut tai olet käynyt Suomen Fysioterapeuttien sivulla hakemassa tai katsomassa, voisitko saada erityisasiantuntija- nimikkeen? kts. <https://www.suomenfysioterapeutit.fi/fysioterapia/fysioterapeutin-urapolku/osaamisen-tunnistamisen-ja-tunnustamisen-malli/>

Mielenkiintoista olisi jatkossa selvittää jäsenistönkin kantaan, mitä nimikkeen saaminen edellyttää esim. mitä eri koulutuksia.

Jäsenistö on toivonut erilaisia koulutuksia. Syksyllä 27.11.2025 Helsingissä tulossa koulutus MS- kuntoutuksessa, jossa kouluttajina Aki Rintala ja Cecilia Löfgren. Näillä näkymin koulutus on toteutumassa. kts mainos Maalsikuussa 2026 on Bobath advanced kurssi aiheesta " "Spastic Movement Disorder. Clinical Implications for Postural Control and Movement" kouluttajina Miguel Benito ja Cecilia Löfgren. Tälle kurssille ilmoittautuminen kirsi.saynevirta@neurotiimi.fi (vapaamuotoiset hakemukset ja liitteeksi kopio peruskurssin suorittamisesta)

Suunnitteilla webinaari yhdessä Pelvicuksen kanssa "Neurologisen asiakkaan rakon ja suolen toiminnasta, lantionpohjan tuntohäiriöistä jne" Puheeksi ottamisen malli, ohjaus ja neuvonta".

Aihe ja ajankohta tarkentuu myöhemmin. Lisäksi suunnitteilla tutustumiskäynti Belgiaan, Leuven, jossa aiheena etenkin yläraajan huomioiminen kuntoutuksessa. Alustavasti ajankohta on 24.-27.9.2026. Tästä tarkemmin myöhemmin.

Tässä muutamia ajatuksia ja suunnitelmia. Muistathan, että aina voi laittaa toiveita ja antaa palautetta, joko sähköpostilla kirsi.saynevirta(at)neurotiimi.fi tai somessa. Seuraathan kanavia.

Nykyhetkessä eläen ja tulevaisuutta suunnitellen työniloa kaikille.

Kirsi Säynevirta
Sanfyn puheenjohtaja

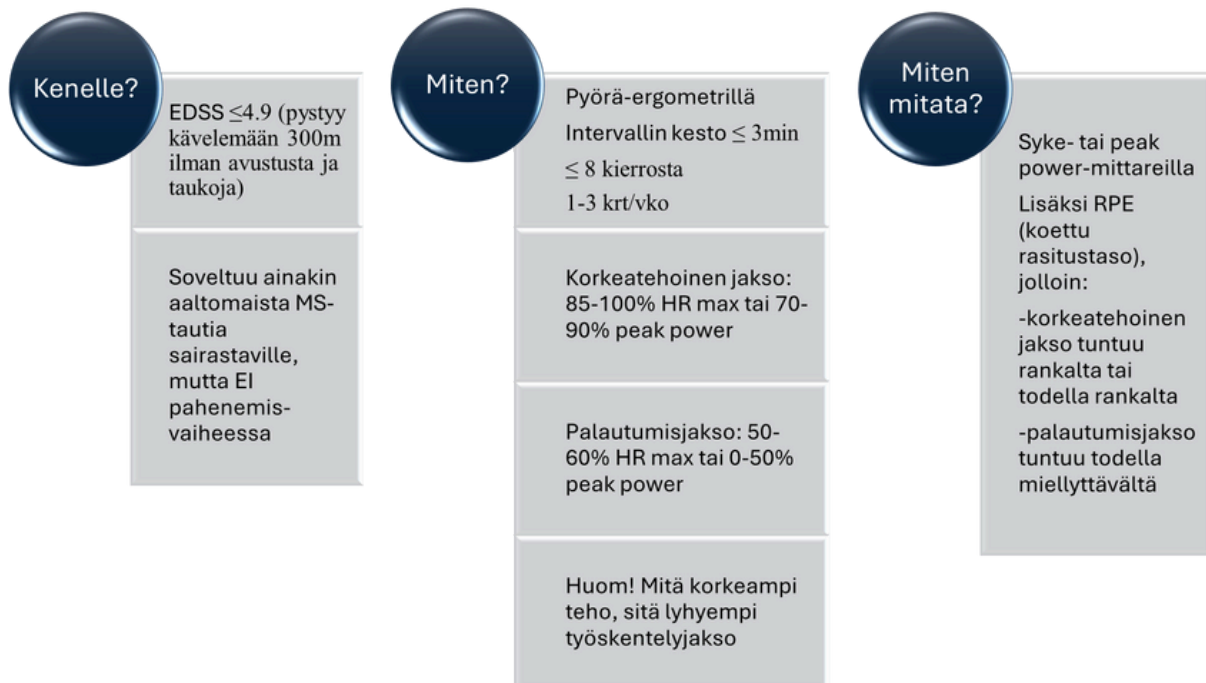
YAMK opinnäytetyö

Korkeatehoisesta intervalliharjoittelusta on hyötyä myös MS-tautia sairastaville

Liikunta on tullut tärkeäksi osaksi eri neurologisten sairauksien hoitoa ja kuntoutusta. Siitä on apua myös MS-taudin oireiden hallitsemisessa sekä toimintakyvyn ylläpitämisessä tai jopa parantamisessa. MS-tautia sairastavien harjoittelussa ja kuntoutuksessa on kuitenkin perinteisesti suosittu matalaa tai kohtalaista tehoa. Jyväskylän ammattikorkeakoulun Sport and Exercise Physiotherapy YAMK-tutkinon opiskelija Viivi Eksymä toteaa kuitenkin katsaustutkimuksessaan MS-tautia sairastavien hyötyvän myös korkeatehoisesta intervalli harjoittelusta (HIIT).

HIIT-harjoittelulla näyttää olevan sekä hyödyllisiä että haitallisia vaikutuksia MS-tautia sairastaville. Hyödyllisiin vaikutuksiin lukeutuvat hengitys- ja verenkiertoelimistön kunnon paraneminen, tulehduksesta ja hermojen rappeutumisesta kertovien merkkitekijöiden tason laskeminen ja kognitiivisen prosessointinopeuden sekä verbaalisen oppimisen paraneminen. Lisäksi HIIT-treenistä suoriutuminen tuotti MS-tautia sairastaville positiivisia saavutuksen tunteita, kohotti energiatasoja ja paransi kykyä selviytyä sairauden kanssa. MS-tautiin liittyvän fatiikin (uupumus) osalta löydökset olivat ristiriitaisia: HIIT-interventio joko paransi uupumusta tai ei vaikuttanut siihen merkittävästi ollenkaan. Eksymä toteaa, että ristiriitaa ilmeni myös HIIT-harjoittelun haitallisten vaikutusten osalta. Suurin osa katsauksen tutkimuksista raportoi, ettei haitallisia vaikutuksia ilmennyt. Toisaalta tutkimuksessa, jossa kartoitettiin MS-tautia sairastavien omia kokemuksia HIIT-harjoittelusta, kahdeksan kymmenestä osallistujasta kertoi lyhytkestoisista neurologisista oireista kuten näön sumentumisesta, raajojen kihelmöinnistä ja yksipuolisesta heikkoudesta. Lisäksi osa koki huonovointisuutta harjoituksen yhteydessä.

Eksymä käytti tutkimuksessaan scoping katsaus -menetelmää selvittäessään HIIT-harjoittelun sopivuutta MS-tautia sairastaville. Katsauksessa käsiteltiin yhdeksää tutkimusta. Mukana oli satunnaistettuja kontrolloituja tutkimuksia, yksi kohorttitutkimus sekä yksi monimenetelmällisen tutkimuksen laadullinen osuus. Tavoitteina oli selvittää HIIT-harjoittelun mahdollisia hyötyjä ja haittoja MS-tautia sairastaville sekä muodostaa katsauksen pohjalta suositus MS-tautia sairastaville sopivasta HIIT-ohjelmasta (kts. kuva 1)



Kuva 1. MS-tautia sairastaville soveltuva HIIT-harjoitus

YAMK opinnäytetyö

MS-tautia sairastavien fyysinen aktiivisuus ja hengitys- ja verenkiertoelimistön kunto vaikuttavat olevan heikommalla tasolla kuin terveiden verrokkien, osittain myös heikompia kuin muiden kroonisia sairauksia sairastavien henkilöiden. Lisäksi heillä on korkeampi riski oheissairauksiin, jotka liittyvät enemmän inaktiivisuuteen kuin itse MS-tautiin. HIIT:n tiedetään olevan tehokas tapa kohottaa hengitys- ja verenkiertoelimistön kuntoa. Osa tutkimuksista puoltaa sen olevan yhtäjaksoista harjoittelua tehokkaampi tässä. MS-tauti alkaa keskimäärin 30-ikävuoden paikkeilla, jolloin elämä on monella tapaa aktiivista. Voikin olettaa, että moni tautia sairastava kaipaa liikunnalta edelleen myös korkeampaa tehoa.

Eksymä toivoo katsauksen tulosten innostavan esimerkiksi fysioterapeutteja hyödyntämään HIIT-harjoittelua enemmän MS-tautia sairastavien kuntoutuksessa. Tieto HIIT:n soveltuvuudesta sekä hyödyistä tarjoaa tilaisuuden monipuolistaa MS-tautia sairastavien liikuntaa ja kuntoutusta. Vaikka HIIT-harjoitteluun liittyy myös riski oireiden lyhytkestoisesta pahenemisesta (Uthoffin oire), katsauksen mukaan sitä voi silti hyvin harkita matala- ja keskitehoisen harjoittelun rinnalle halukkaiden kohdalla.

Viivi Eksymä, Terveys- ja hyvinvointiala, Master's degree of Sport and Exercise Physiotherapy, Jyväskylän ammattikorkeakoulu. viemek@gmail.com

Eksymä, V. 2025. Suitability of High-Intensity Interval Training for people with Multiple Sclerosis. Opinnäytetyö. Terveys- ja hyvinvointiala, Master's degree of Sport and Exercise Physiotherapy. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.



MUISTA TIIMIPAITATILAUS!

Sanfyn jäsenen on mahdollisuus ostaa itselleen paita hintaan 35e + postit. Tilaus sähköpostilla lofgren@myhome.fi. Ilmoita tilauksessasi värikoodi, koko, naisten vai unisex-malli ja omat yhteystiedot. Tiedot alla.



Värit

valkoinen (00)	Offwhite (01)	kirkas keltainen (10)	tumma oranssi (18)	Candy Pink (215)	fukslia (300)	punainen (35)	viinipunainen (38)	turkoosi (54)	keskisininen (55)	Soft Blue (570)	tumman sininen (580)
Steel Blue (595)	huomio vihreä (600)	omenan vihreä (605)	Sage Green (615)	tumman vihreä (68)	armeljan vihreä (71)	Kivi (91)	meleerattu harmaa (95)	meleerattu antrasiitti (955)	Metallinharmaamusta (956)		

Hoito-ohjeet

Sertifikaatit

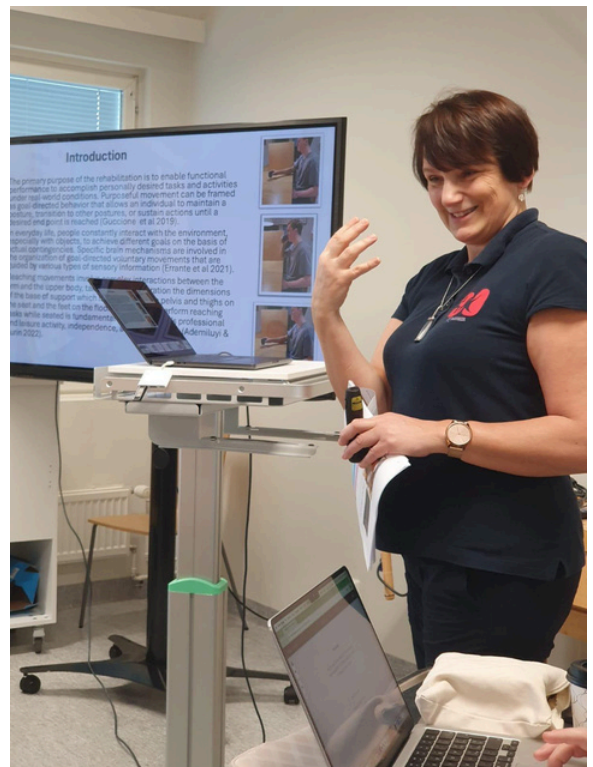
KOULUTUSTERVEISIÄ!

Bobath Advanced Course Oulussa 3.–7.3.2024

Sanfy toteutti Bobath Advanced koulutuksen nimeltään Advanced Clinical Reasoning Process in Neurorehabilitation. Kouluttajina toimivat Monica Morelli (Italia, Advanced Instructor) ja Cecilia Löfgren (Suomi, Basic Instructor). Koulutuksen kesto oli viisi päivää ja se sisälsi kouluttajien toteuttamia potilasdemonstraatioita, teoriaa ja käytännön harjoituksia.

Teoria-luennoilla opiskeltiin Bobathin kliinisen päättelyn mallin (MBCP) mukaan työskentelyä sekä kehon asennon hallintaa ja toimintakyvyn edistämistä. Käytännön harjoitukset lisäsivät kurssilaisten kliinisen päättelyn ja manuaalisia käsittelyn taitoja sekä fysioterapia menetelmiä haastavien oireiden kuntoutukseen. Tämä näkyi potilaiden toimintakyvyssä selkeänä kehityksenä jo viiden päivän aikana.

Kurssin ilmapiiri oli lämmin ja turvallinen. Arvioinneissa osallistujat olivat erittäin tyytyväisiä.



Webinaari ja Workshop 20.1.2025 ja 8.3.2025

Sanfy järjesti webinaarin ja workshopin aiheella: Does optimizing integration of somatosensory information into central feedforward motor programs matter for managing spasticity? Kouluttajana toimi Monica Morelli Italiasta. Webinaari pidettiin 20.1 ja workshop Oulussa 8.3.2025. (yhteensä 10 t)

Webinaarissa käsiteltiin mm: mitä tarkoitetaan spastisuudella, millaisia määritelmiä on olemassa, ja mikä merkitys sensorimotorisen integraation optimoinnilla on spastisuuden hallinnassa. Monica esitteli myös potilastapauksen MBCP-mallin avulla.

Spastisuus koulutuksen keskeiset asiat:

”Todellinen” motorinen toipuminen tapahtuu spontaanin hermoston korjaantumisen kautta. Spastisuus johtuu varhaisvaiheessa epänormaalista neuroplastisuudesta ja voi johtaa noidankehään: heikkous, häiriintynyt motorinen kontrolli ja virheasennot. Toiminnallinen kuntoutuminen on mahdollista, jos spastisuus hoidetaan oikein.

Kuntoutusstrategiat:

1. Varhaisen vaiheen tuki hermoston korjaantumiseen.
2. Heikkojen lihasten vahvistaminen koko toipumisprosessin ajan.
3. Riittävä spastisuuden hallinta, jotta noidankehä katkeaa.

Terapian tavoitteet spastisuuden hallinnan jälkeen:

Lääkityksen tehon tukeminen
Biomekaniikan palauttaminen
Motorisen kontrollin parantaminen
Lihasten vahvistaminen
Toiminnallisiin tehtäviin integrointi
Kestävyyden lisääminen

Tärkein viesti:

Aktiivisia terapioida tulisi suosia passiivisten sijaan. Tavoitteena on kehittää sensorimotorinen integraatio, joka mahdollistaa optimaalisen liikkeiden hallinnan vaihtelevassa ympäristössä.



Kurssin kouluttaja Monica Morelli (kesk) suomalaisten kollegojen kanssa. Kristiina Kankare (vas), Cecilia Löfgren, Kirsi Särevirta ja Sanna Hosio.

Tulevat koulutukset



Haluatko kehittää omaa osaamistasi ja saada uusia ideoita työhön?

Seuraa tulevia kurssejamme – marraskuussa 2025 MS-koulutus ja maaliskuussa 2026 seuraava Bobath Advanced -kurssi, jossa kouluttajina Miguel Garcia Benito (Espanja) ja Cecilia Löfgren (Suomi). Luvassa on uutta tietoa ja innostavaa yhdessä oppimista!

MS-koulutus
to 27.11.2025 klo 9-15.30,
Paikka: Neurotiimi, Helsinki.
Kouluttajina Aki Rintala ja Cecilia Löfgren

-Akin teoriaosuudessa: Terapeuttinen harjoittelu ja fysiikki MS-kuntoutujalla nykytutkimusten valossa, miten soveltaa tutkimustietoa terapiassa etenkin kävelevillä MS-kuntoutujilla

-Cecilian demonstraatiossa tietoa sovelletaan käytäntöön

-Hinta 145e/hlö sisältäen välitarjoilun

Ilmoittautuminen auki nyt
Sanfyn sivuilla Eventiossa!

SANFY
www.sanfy.net



Kouluttajina Aki Rintala, PhD, vanhempi tutkija LAB-ammattikorkeakoulu ja Cecilia Löfgren, fysioterapeutti YAMK, Aikuisten neurologisen fysioterapian erikoisasiantuntija, Kansainvälinen Bobath-kouluttaja IBITA



**BOBATH
ADVANCED**
23.-27.3.2026

AIHEENA
"SPASTIC MOVEMENT DISORDER.
CLINICAL IMPLICATIONS FOR
POSTURAL CONTROL AND
MOVEMENT"

KOULUTTAJINA:
MIGUEL BENITO GARCIA JA CECILIA
LÖFGREN

Paikkana Neurotiimi,
Kumpulantie 1a, 2.krs.
00520 Helsinki.
Kurssin hinta 850 €.

Hakeminen ja lisäinformaatio:
Kirsi Säynevirta, sähköposti:
kirsi.saynevirta@neurotiimi.fi.
Lähetä vapaamuotoinen hakemus, jossa liitteenä Bobath-peruskurssitodistus sekä tiedot työpaikastasi ja aikaisemmin käydyistä Bobath Advanced kurseista.

SANFY
www.sanfy.net

Bobath peruskoulutus tammikuussa 2026

Bobath basic course in Finland

When
In 2026
first part
24th Jan - 31st Jan
second part
11th Apr - 18th Apr

Language
Course is held in
English

Where
In Finland
Raseborgs
Fysioterapi
Panimonkatu 13,
Raasepori

**Course
fee**
2995 euros
Taxes and coffees
included

**More
informat
ion**
ibita.org
Registration
pc.lofgren@myhome.fi

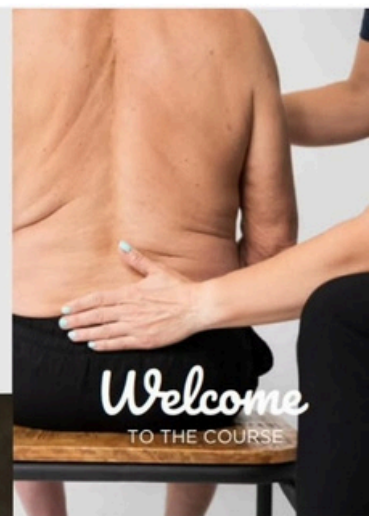
Registration and information

**Registration is open -
Book your place now!**

pc.lofgren@myhome.fi



Instructor Miguel Benito, Spain
Instructor candidate Sanna Hosio,
Finland



Discover

Your passion in
neurological
rehabilitation