

SANFERY



**PUHEENJOHTAJAN
TERVEISET**

**OPINTOMATKA
BELGIAAN**

VUOSIKOKOUSKUTSU

KOULUTUSPALAUTE

**TULEVAT
KOULUTUKSET**

JÄSENKIRJE

1/26

PUHEENJOHTAJAN TERVEISET



Puheenjohtajan terveiset

Vuosi 2026 on lähtenyt vauhdikkaasti käyntiin ja on jäsenkirjeen aika. Nyt saamme nauttia lumesta ja napakasta talvisäästä – ilma ainakin minun mieleeni. Vuoden alku on se aika, kun katsotaan vähän taaksepäin, mutta muuten katse tiukasti tulevaan.

Oman ammattitaidon ylläpysyminen ja lisääminen on edellytys vaikuttavalle fysioterapialle. Ilahduttavasti viime vuoden Sanfyn koulutukset vetivät jo hieman aikaisempia vuosia enemmän osallistujia. Siitä kiitos teille! Toki koulutuksien tarjoajia on aika paljon ja toisaalta taloudellinen epävarmuus vähentää haluja käyttää omia rahoja. Mietinnän paikka on Kelan vaativan kuntoutuksen tuleva kilpailutus, jossa hinta ratkaisee eikä palveluntuottajan syventymisellä neurologiseen kuntoutukseen, ole niin suurta merkitystä. Julkisen puolen taloudelliset haasteet vähentävät sen puolen mahdollisuutta osallistua koulutuksiin. Uskotaan kuitenkin, että kouluttautuminen kannattaa aina ja se on satsaus tulevaan.

Viime vuoden alkupuolella oli webinaarimuodossa Monica Morellin luento spastisuudesta ja siihen liittyvä käytännön päivä Oulussa. Webinaarissa on reilusti kuulijoita, joista muutama tuli lähikoulutukseenkin. Bobath Advanced koulutus Oulussa sai riittävästi osallistujia, joten kurssi voitiin toteuttaa. MS-koulutus toteutui marraskuussa Helsingissä, jos teoria ja käytäntö yhdistyivät. Aki Rintala ja Cecilia Löfgren vastasivat kokonaisuudesta. Jäsenkirjeessä lyhyt yhteenveto. Koulutus sai hyvää palautetta ja jatkossa toivottiin vastaavaa muistakin diagnooseista etenkin parkinsonin tautiin liittyen. Toive on otettu huomioon.

Tulevia koulutuksia tai tapahtumia tälle vuodelle on tulossa muutamia, joista lisää informaatiota tässä jäsenkirjeessä. Maaliskuussa toteutuu Bobath Advanced koulutus (jonotuslistalle voi ilmoittautua). Yhdessä Pelvicuksen kanssa toteutuu yhteinen webinaari aiheesta: ”Selkäydinvamma -tyypilliset rakon ja suolen toimintahäiriöt ja niiden fysioterapeuttinen hoito. Suunnitteilla webinaari ”Uupumus MS-taudissa” luennoitsijana Aki Rintala ajankohta helmikuussa 2027.

Opintomatka Belgiaan syyskuussa 2026

Sanfy järjestää opintomatkan Jessa Hospitaliin Belgiaan, jossa tehdään kehittämistyötä kuntoutuksen saralla (avh, av). Kiinnostuksen kohteena mm. yläraajan tehostettu kuntoutus, kävelykuntoutus ja kognitiivinen ryhmäterapia. Sairaala sijaitsee lähellä Leuven, jossa on majoitus varattuna. Perjantain opintopäivä sisältää sairaan esittelyn lisäksi em kehittämisaluiden esittelyä, käytäntöä ja asiakasdemon. Ohjelma tarkentuu myöhemmin. Tervetuloa mukaan !

Vuosikokous Helsingissä 21.3.2026

Laita päivämäärä kalenteriin ja tule verkostoitumaan. Luennoitsija tarkentuu myöhemmin. Kokouksen jälkeen Sanfy tarjoaa lounaan

Tapahtumista tarkemmin jäsenkirjeessä. Seuraathan somea Facebook (Sanfy Ry) ja Instagram (sanfy.ry) , jossa lisää tietoa tapahtumista ja muusta.

Terveisin,
pj Kirsi

Sanfyn opintomatka Belgiaan!

SANFY Opintomatka Belgiaan
www.sanfyn.fi

AJANKOHTA
24.-27.9.2026.

HINTA JÄSENILLE
671 E,
SISÄLTÄEN
LENNOT,
MAJOITUKSEN JA
KOULUTUSPÄIVÄN

Jessan sairaalassa on kehittämissyhmä yläraajan kuntoutuksesta, kävelykuntoutuksesta ja kognitiivisesta ryhmäterapiasta. Koulutuspäivänä (perjantai) sairaalan tiimi esittelevät palvelut, lisäksi meillä on käytännönharjoituksia ja asiakasdemonstraatio.

Tarkemmat tiedot.
Lennot:
Lähtö to klo 16.40 - 18.20
Paluu su 11.20-14.50.

Majoitumme Leuvenissa, josta jonkin verran matkaa sairaalaan.

Imoittaudu
29.5.2026
mennessä.
Paikkoja on rajoitetusti.

Tiedustelut ja ilmoittautuminen Oili von Holten posti: oilivonholten@gmail.com

Tervetuloa mukaamme Jessan sairaalaan Belgiaan
24-27.9.2026.

Jessan sairaalassa on kehittämissyhmä yläraajan kuntoutuksesta, kävelykuntoutuksesta ja kognitiivisesta ryhmäterapiasta. Koulutuspäivänä (perjantai) sairaalan kuntoutustiimi esittelee meille palveluitansa, lisäksi meillä on yhteisesti käytännön harjoituksia ja asiakasdemo. Majoitumme Leuvenissa, josta jnkv matkaa sairaalaan. Matkan hinta jäsenille 671e sisältäen lennot, majoituksen (koulutus on ilmainen).

Lentotiedot;

Hki - Bryssel to 24.9 klo 16.40 - 18.20. Bryssel - Hki
su 27.9.26 klo 11.20-15.50.

Ilmoittaudu viimeistään 29.5.26. Paikkoja rajoitetusti.

Tarkemmat tiedot ja ilmoittautuminen Oili von Holten oilivonholten@gmail.fi

SANFY RY
VUOSIKOKOUS

21.3.2026
Home hotel Jugend,
Lönnotinkatu 29, Helsinki

Ohjelma tarkentuu vielä myöhemmin.
Vuosikokouksen aika klo 11.45-13, jonka jälkeen osallistujille tarjolla lounas.

Vuosikokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntömääräiset asiat, valitaan hallituksen jäsenet erovuoroisten tilalle sekä puheenjohtaja seuraavalle kaudelle. Myös etäyhteydellä.

Sitovat ilmoittautumiset 13.3.25 mennessä os. sariman_64@yahoo.com. Ilmoita myös erikoisruokavaliosta

Tervetuloa!

Vuosikokouskutsu 2026

Aika: 21.3.26

klo 11.45 - 13,

jonka jälkeen lounastamme yhdessä.

Paikka: Home hotel Jugend

Ilmoittaudu 13.3.26 mennessä:
sariman_64@yahoo.com. ilmoita myös erikoisruokavaliosi.

Tervetuloa!

KOULUTUSTERVEISIÄ!

MS-koulutus järjestettiin 27.11.25 Neurotiimin tiloissa Helsingissä, jonne osallistui reilut parikymmentä tiedonjanoista fysioterapeuttia. Aki Rintala, akatemiatutkija ja fysioterapeutti, PhD luennoi mm. MS-taudin mahdollisista taustatekijöistä, toiminta- ja liikuntakyvyn luokittelusta (EDSS) ja terapeuttisesta harjoittelusta MS-taudissa viimeisimmän tutkimusnäytön perusteella. Käytännön osuudesta vastasi Cecilia Löfgren, fysioterapeutti YAMK ja Bobath kouluttaja IBITA, demonstroimalla yhden asiakkaan terapiakerran.

Yleistä MS-taudista

MS-tautia sairastavia on tällä hetkellä n 17 000 ja määrä tulee kasvamaan tulevaisuudessa. Puhutaan autoimmunisairaudesta, jossa kehon oma immuunipuolustusjärjestelmä hyökkää keskushermostoa vastaan tuhoten neuronin myeliinituppea. Vaurion suuruus ja oireiden laajuus riippuu, kuinka paljon itse myeliinia ja oligodendrosyyttejä (tuottaa myeliiniä) tuhoutuu.

MS-tautia on kolmea tyyppiä:

1. Aaltomaisesti etenevä (huononemis- ja palautumisvaiheet vuorottelevat),
2. toissijaisesti eli sekundaarisesti etenevä ja
3. ensisijaisesti eli primaarisesti etenevä (ei aaltomaista etenemistä).

Toiminta- ja liikuntakykyluokittelu, EDSS on 11-portainen luokittelu, joka kuvaa toimintakyvyn astetta. Siinä painotetaan alaraajojen ja kävelyn arvioimista, joten luokittelun heikkous on, ettei siinä huomioida arjen toiminnoissa tarpeellisia yläraajojen toimintaa eikä toimintakykyyn vaikuttavaa uupumus-oiretta.

Itselle merkittävä herätys tuli uupumuksen eli fatiikin merkitys toimintakyvylle. Uupuminen (fyysinen ja henkinen) on 80 % sairastuneista, tuntopuutokset 40%, motoriset oireet 39% ja visuaaliset oireet 30 %. Siksi suositellaan uupumisen arviointia useamman kerran vuodessa eikä sitä tule sekoittaa väsymiseen.

Terapeuttinen harjoittelu ja MS-tauti

Terapeuttinen harjoittelu on kaikki asiantuntijan antamaan ohjausta ja voi sisältää motoristen taitojen ohjausta, liittyen harrastuksiin, elämän tapaohjausta jne. Terapeuttisen harjoittelun vaikuttavuudesta on vahvaa näyttöä, mutta ei siitä, mikä olisi tehokkainta. Yksilöllinen soveltaminen, asiakkaan toiveet ja terapeutin omat vahvuudet taustalla harjoittelumuodon valinnassa. Pohdittavaksi tulevaisuudessa fysioterapeutin rooli: onko toteuttajana aina fysioterapeutti vai hoitaja tai liikunnanohjaaja??

Tutkimusnäyttö terapeuttisen harjoittelun positiivisesta vaikutuksesta toimintakykyyn MS-taudissa on vahva. Aikaisempi käsitys siitä, että fyysisen harjoittelu lisää oireita ja heikentää toimintakykyä, joutaa romukoppaan – päinvastoin. Harjoittelulla voidaan helpottaa uupumista ja lisätä toimintakykyä. Intensiteetin tulisi olla 2-3 x/viikossa, joka ohjatusti ja motivoida lisäämään liikuntaa tai muuta aktiviteettia arkeen. Hyötyä on lihasvoima- ja aerobisesta harjoittelusta, joiden avulla voidaan vaikuttaa tasapainoon, posturaaliseen kontrolliin, kävelyyn. Kokonaisvaltaiseen kuntoutukseen kuuluu myös elintapojen ohjausta: ravinto, uni, rentoutusharjoitukset. Riittääkö oma koulutus kaikkeen vai olisiko syytä ohjata toiselle asiantuntijalle?

Käytännön osuus

Asiakkaan demonstraatioissa teoria ja käytäntö linkittyivät. Liikkumisen analyysi ja kliininen päättely ohjasivat terapian kulkua. Miten tässä yhdessä terapiakerrassa käytiin läpi toiminnallisia harjoituksia, huomioitiin riittävä toistomäärä lihasvoiman lisäämiseksi. Eri asennoissa toimiminen lisää kehon hahmottamista ja luontevaa kehon käyttöä. Asiakas oli kävelevä, joten asennon vaihtelut terapian aikana oli helpohko toteuttaa. Akin kommentit terapian aikana selkeyttivät teoriataustaa.

Tässä joitakin kommentteja koulutuspäivästä, teoriaosuuden lähteenä Rintalan luento.

terveisin
Kirsi Säynevirta



Aki Rintala ja Cecilia Löfgren

Tulevat koulutukset



**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 Neurotími,
Kumpulantie 1a, 2.krs.
00520 Helsinki.
Kurssin hinta 850 €.

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

SANFY
RY
www.sanfy.net



Suomen Lantionpohjan Fysioterapeutit ry järjestää yhteistyössä
Suomen Aikuisneurologinen Fysioterapiayhdistys ry:n kanssa

WEBINAARIN
SELKÄYDINVAMMA
Rakon ja suolen toimintahäiriöt
sekä
seksuaaliterveyden haasteet
21.4.2026 Klo 18.00 - 20.30

Tervetuloa kuulemaan ja lopuksi keskustelemaan fysioterapian ja
seksuaaliterapian mahdollisuuksista rakon ja suolen toimintahäiriöiden
hoidossa sekä seksuaaliterveyden edistämiseksi.

Asiantuntijoina Miia Sallinen ft, seksuaaliterapeutti sekä
Maiju Salminen lp ft

Kohderyhmä: Fysioterapeutit ja fysioterapian tutkinto-opiskelijat

Hinta:
Suomen Lantionpohjan Fysioterapeutit ry:n / Suomen Aikuisneurologinen
Fysioterapiayhdistys ry:n jäsen 30 e
Ei jäsen 35 e
Fysioterapian tutkinto-opiskelija 10 e

ILMOITTAUTUMINEN
<https://suomenlantionpohjanfysioterapeutit.tapahtumiin.fi/fi/>

Mukaan otetaan maksimissaan 70 osallistujaa.

OLET LÄMPIMÄSTI Tervetullut



Helmikuussa 2027 tulossa Aki Rintalan webinaari aiheesta MS-tauti ja uupumus. Tästä lisätietoa myöhemmin.

MUISTA TIIMIPAITATILAUS!

Sanfyn jäsenenä on mahdollisuus ostaa itselleen paita hintaan 35e + postit. Tilaus sähköpostilla pc.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)	 fukusia (300)	 punainen (35)	 viininpunainen (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)	 armeijan vihreä (71)	 Kivi (91)	 meleerattu harmaa (95)	 meleerattu antrasitti (955)	 Metallinharmaamusta (956)	 (99)	

Hoito-ohjeet



Sertifiikaatit



OEKO-TEX