

SUOMEN AIKUISNEUROLOGINEN FYSIOTERAPIAYHDISTYS RY

Jäsentiedote maaliskuu 2017

Sanfyn vuosikokous pidettiin 25.3.lauantaina klo.11.00 Hotel Arthurissa Helsingissä. Puheenjohtajana jatkaa edelleen Minna Mattlar, varapuheenjohtajana Sari Manninen, sihteerinä Elina Lahdenperä , ahastonhoitajana Terttu Pihlajamäki, tiedotusvastaavina Anna-Kaisa Eronen ja Oili von Holten ja porinapiirivastaavana Minna Väre.

Tästä vuodesta tulee hyvin bobath-peruskoulutus täyteinen vuosi, lisäksi muitakin koulutuksia on suunnitteilla, seuraa tiedotteita ja nettisivuja.

Muistathan kurkata nettisivuilta tapahtumat- osiota! Löydät artikkeleita ja muita tapahtumia sieltä!

Terveiset fysioterapeutti Aki Rintalalta Belgiasta (Sanfy myönsi matka-apurahan Akille kevään 2015 WCPT kongressiin)

Terveiset Belgiasta!

Hei kaikille! Olen fysioterapeutti Aki Rintala, ja aloitin tohtoriopinnot Belgiassa KU Leuvenin yliopistolla pääaineena biolääketiede. Päätin maisterin opintojen viime metreillä katsastaa ulkomaan mahdollisuudet joko jatko-opintojen tai kliinisen työn puolesta. Sittenpäähän tilanne natsasi viime elokuussa 2016, jolloin aloitin projektityöntekijänä kontekstuaalisen psykiatrian tutkimusryhmässä Leuvenissä, Belgiassa.

Hieman tutkimusprojektista ja tohtorikoulutuksesta...

Työskentelen siis tohtorikoulutettavana isossa kansainvälisessä projektissa nimeltä RADAR-CNS (Remote Assessment of Disease and Relapse – Central Nervous System). Projektissa pyrimme selvittämään ennustaako unenlaatu, fyysinen aktiivisuus, stressi, mieliala, sosiaalinen vuorovaikutus, puhe, tai kognitio joko taudinkulkua tai pahenemisvaiheita MS-tautia, epilepsiaa, ja masennusta sairastavilla henkilöillä. Projektin yhtenä konkreettisenä tarkoituksena on luoda uusia toimintatapoja kerätä tietoa kuntoutujan päivittäisistä aktiviteeteista ja toimintakyvystä kuntoutujalle itselleen sekä hoitohenkilöstölle. Tässä projektissa etäteknologia keskittyy pääosin älypuhelimien, niissä integroiviin mittausmenetelmiin, sekä puhelinsovelluksiin.

Yhtenä itsearvointimenetelmänä projektissa käytetään ns. kokemusotantamenetelmää (*ESM-menettelmä, Experience Sampling Method*), jossa mitataan unenlaatua, fyysistä aktiivisuutta, stressiä, mielialaa, ja sosiaalista vuorovaikutusta. Menetelmä on erittäin käytetty psykiatrian tutkimuskentässä, jossa vastaajilta kysytään sen hetkellistä tunnetilaa satunnaisesti yhteensä 10 kertaa saman päivän aikana (esim. klo 8.30 ja klo 22.30 välillä) (mm. Myin-Germey ym. 2001). Samat kysymykset kysytään seuraavina tutkimuspäivinä. Etäteknologian kehityksen myötä kokemusotantamenetelmälle on kehitetty useita puhelinsovelluksia, jotka helpottavat niin tiedonkeruuta kuin vastaajien taakkaakin vastata kysymyksiin verrattuna perinteisiin paperi-kynä-kyselyihin.

Kokemusotantamenetelmän soveltuvuutta on tutkittu useissa tutkimuksissa (Solhan ym. 2009; Trull & Ebner-Priemer 2009), ja menetelmän on todettu vähentävän muistiharhan mahdollisuutta. Tämä johtuu

siitä, että vastaajilta kysytään juuri sen hetken päivittäisen arjen tuntemuksia tai toimintoja, kun taas perinteisissä itsearviointikyselyissä voidaan kysyä tunnetiloja tai toimintakykyyn liittyviä muutoksia pidemmältä aikaväliltä takautuvasti.

Oma väitöskirjatyöni liittyy ESM-menetelmän protokollan laatuun, esimerkiksi tutkin vastaajien myöntyvyyttä (compliance) ja sen ennustavia tekijöitä sekä tarkastelen protokollan tutkimusasetelman haasteita. Lisäksi tutkin menetelmän toteutettavuutta keskushermostosairautta sairastavilla henkilöillä.

Lisätietoja itse projektista: <http://www.radar-cns.org>

... ja sitten elämään Belgiassa

Olen asunut Brysselissä vasta 6 kuukautta, ja olen hiljalleen sopeutumassa pääkaupungin vilkkaaseen elämänrytmiin. Kulttuurierot pienessä maassa Wallonian ja Flaamin alueiden kesken on huomattava. Suomalaisena kontrasti tuntuu jopa hieman oudolta, sillä Leuvenissä (n. 25km itään Brysselistä) kieli ja kulttuuri muuttuvat silminnähden. Leuvenissä olemme Flaamin alueella, jossa puhekielenä toimii enimmäkseen hollanti (jota muuten ei saa sanoa paikalliselle hollantina vaan flaamina), ja mikä näyttäytyy hieman enemmän järjestelmälliseltä verrattuna Brysseliin. Kun taas Brysselissä kuulee enemmän ranskankieltä, kaupunki tarjoaa paljon monikulttuurisia tapahtumia, sekä kaikessa rentoudessa on jopa epäjärjestelmällinenkin. On myös jännä huomata, että etäisyydet esimerkiksi junalla ovat erittäin lyhyet, esim. Amsterdamiin (~2h30min), Kölniin (~2h20min), Pariisiin (~2h), tai jopa Lontooseen (~3h). Meillä Suomessa olemme tottuneet etäisyyksiin hieman eri skaaloilla.

Olen saanut suomalaisena oikein lämpimän vastaanoton niin naapurustossa, yliopistolla, kuin kaupungin kaduillakin. Suomesta ei juuri tiedetä mitään (muuta kuin Helsinki ja Turku), mutta silti aina suomalaisuus tuntuu kiinnostavan monia paikallisia. Arvostus ja kiinnostus Pohjoismaihin ja pohjoismaalaiseen kulttuuriin on vahvasti läsnä.

Työn ja opiskelujen puolesta on odotettavissa erittäin haastavia vuosia, ja on ollut antoisaa hypätä hieman erilaisiin työkuvioiden kuin mitä tähän mennessä Suomessa on ollut. Tutkimusryhmämme käsittää enimmäkseen psykologeja, ja on ollut kiva hieman fysioterapeuttina laajentaa niin omaa kuin myös muidenkin erikoisosaajien kuntoutukseen liittyviä näkökulmia. Toisin sanoen on ollut todella antoisaa olla kehittämässä yhteistyökuvioita eri tieteenalojen risteyksissä yliopistolla (psykiatrian tutkimuskenttä ja kuntoutus), kuin myös kansainvälisen tutkimusprojektinkin näkökulmasta. Meidän fysioterapeuttien onkin hyvä pitää itsemme avarakatseisina rikkoen rohkeasti omaksuttuja rajoja niin työ- ja tutkimusalojen näkökulmasta.

Erytisterkut ja kiitokset menevät Kymenlaakson Porinapiirin puuhanikkareille ajoittuen jonnekin (?) vuosille 2011-2013 sekä nuorelle Keski-Suomen Porinapiirin tiimille maisteriopintojen aikana! On ollut hienoa osallistua Porinoihin, ja samalla kehittää niin omaa osaamista kuin työverkostoakin.

Kiitos myös Sanfyn hallitukselle matka-apurahasta kevään 2015 WCPT kongressiin! Posteriesityksen tutkimus (Rintala, Häkkinen & Paltamaa 2016: Ten-year follow-up of health-related quality of life among ambulatory persons with multiple sclerosis at baseline) on julkaistu Quality of Life Research lehdessä joulukuussa 2016:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27363691>

Oikein hyvää alkavaa kevättä kaikille ja kovasti tsemppiä tärkeään työhönne!

Terkuin, Aki Rintala akirintala@gmail.com

Lähteet:

Myin-Germeys I, Peeters F, Havermans R, et al. Emotional reactivity to daily life stress in psychosis and affective disorder: an experience sampling study. Acta Psychiatrica Scandinavica 2003; 107: 124–131.

Solhan MB, Trull TJ, Jahng S, et al. Clinical assessment of affective instability: comparing EMA indices, questionnaire reports, and retrospective recall. Psychological Assessment 2009; 21(3): 425–436.

Trull TJ & Ebner-Priemer UW. Using experience sampling methods/ecological momentary assessment (ESM/EMA) in clinical assessment and clinical research: introduction to the special section. Psychological Assessment 2009; 21: 457–462.

Tulevia koulutuksia:

Välkommen på Utbildning i Ekenäs 29-31.5.2017

Tema: Att återbygga Handfunktion –Reach, Grasp och Manipulation



Syfte: Aspekter att beakta för att kunna återuppbygga handfunktion efter Stroke/annan förvärvad hjärnskada - behandlingsaspekter.

Kursinnehåll:Neurofysiologi och biomekanik för "reach", "grasp"

Övre extremitetens muskulatur, specifikt underarm och hand. Handens olika grepp vid aktivitetsutförande. Aspekter för rörelsekontroll och behandling sittande/stående Bålens- och skulder stabilitetens betydelse för handfunktion

Praktiska övningar. Patientfall/video/workshop.

Kurs pris: 350,00€, Kaffe, Te med tilltugg ingår (ej lunch)

Instruktörer: Cecilia Löfgren Internationell Bobath Basic Instruktör (IBITA) och Kirsi Säynevirta, Instruktörskandidat

Plats: Raseborgs Fysioterapi Ab, Bryggerigatan 13, 10600 Ekenäs

Sista anmälningsstid: 20.4.2016 till: cecilia.lofgren@raseborgsfysioterapi.fi

Bindande Anmälan, efter anmälan kommer bekräftelse och inbetalningsuppgifter. Sista inbetalningsdag:

15.5.2017

Porinapiirit:

Huom! Etelä-Karjalassa, Lappeenrannassa aloittaa uusi porinapiiri!

Hyvät etelä-karjalaiset Sanfy-kollegat!

Sanfyn porinapiiri ei ole kokoontunut enää muutamiin vuosiin. Jospa lämmiteltäisiin yhteys paikallisiin kollegoihimme uudelleen. Meitä on varmaankin paljon fysioterapeutteja, jotka työskentelevät neurologisten kuntoutujien kanssa ja olisivat kiinnostuneita vaihtamaan ajatuksia ja ideoita työn tueksi.

Kutsun teitä ensimmäiseen tapaamiseen, jossa voisimme miettiä tapaa uudelleen toimia porinapiirinä. Pidän kokoontumisessamme pienen alustuksen kehittämästäni RMA[®] menetelmästä, jolla voidaan tehostaa neurologisen potilaan kuntoutusta aktivoimalla aisteja musiikin rytmisin elementein. Tervetuloa 25.4.2017 klo 18 Perillistenkatu 3 kokoustilaan. Tarjoan siellä kahvit/teet, ettei kuivin suin tarvitse pitkämatkalaistenkaan istua. Ovi kokoustilaan on Mutkakadun puolelta, mutta Perillistenkadun puolelta autolla tulevat voivat jättä vieraspaikoille autonsa (6 vieraspaikkaa).

Ilmoittakaa sähköpostitse tulostanne 18.4. mennessä, jotta näen, saammeko joukkoa kasaan. Tapaamisiin, Jaana Ruotsalainen ft, ELV, FM (mus.ter) sinuavarten@jaanaruotsalainen.fi

Porinapiirit:

- ***Porvoon porinapiiri*** Yhteyshenkilö: Netta Turunen, [netta.turunen\(at\)pp.inet.fi](mailto:netta.turunen(at)pp.inet.fi), puh. 040-7606556.
- ***Keski-Suomen porinapiiri***, yhteyshenkilö: Sanna Hosio, [sanna.hosio\(at\)fysiomuurame.fi](mailto:sanna.hosio(at)fysiomuurame.fi)
- ***Tampereen porinapiiri*** kokoontuu pääsääntöisesti Pirkanmaan Erikoiskuntoutuksessa (Itsenäisyydenkatu 2). Yhteyshenkilö: Lotta Korventausta [korventaustalotta\(at\)hotmail.com](mailto:korventaustalotta(at)hotmail.com)
- ***Seinäjoen porinapiiristä*** lisätietoja antaa Merja Mäkelä puh. työ 06-4154312, koti 040-8227364
- ***Kymenlaakson porinapiiri***. Yhteyshenkilö: Tiina Majander: p. 040-7104746, [tiina.majander\(at\)pyhtaa.fi](mailto:tiina.majander(at)pyhtaa.fi)

terveisin, Anna-Kaisa