

Fysioterapiaprosessin toteuttaminen kouluympäristössä.

12.6.2023

Kevään aikana fysioterapeuttiopiskelijoille tarjoutui mahdollisuus harjoitella fysioterapiaprosessin viemistä läpi olkapääkivuista kärsivän nuoren pesäpalloilijan kanssa. Etelä-Pohjamaan urheiluakatemiasta tiedusteltiin sosiaali- ja terveysalojen kehittämis- ja oppimisympäristö Wellbeing Labsilta opiskelijatyönä toteutettavan kuntoutuksen mahdollisuuksia. Haasteeseen tarttui kolme fysioterapeuttiopiskelijaa, jotka opiskelivat Seamkissa toista vuotta. Opiskelijoiden tukena toteutuksessa toimi fysioterapian lehtori.

Fysioterapiaprosessin toteutus ajoittui opiskelijoiden kannalta sopivaan ajankohtaan. Toisena opiskeluvuonna fysioterapian tutkinto-ohjelmassa opiskellaan tuki- ja liikuntaelimistön fysioterapiaan liittyvät kurssit. Kurssien aikana opiskelijat harjoittelevat tuki- ja liikuntaelimistön kuntoutukseen liittyviä fysioterapeutin ydinosaamisalueita, joihin kuuluvat tutkiminen ja arviointiosaaminen, ohjaus- ja neuvontaosaaminen sekä terapiaosaaminen. (Suomen fysioterapeutit 6.6.2023.)

Kokonaisuuden hallitsemista yhdessä kuntoutujan kanssa

Fysioterapiaprosessin onnistunut toteutuminen edellyttää fysioterapeutilta vahvaa teoriaosaamista, tiedonhankintataitoja, hyviä vuorovaikutustaitoja, ongelmanratkaisukykyä sekä kykyjä huomioida jokainen kuntoutuja yksilönä. Prosessi rakentuu tutkimiseen liittyvien osa-alueiden, kuten haastattelun, havainnoinnin, manuaalisen tutkimisen ja mittaamisen kautta kerätyn tiedon yhdistämistä kliinisen päättelyn kautta kuntoutujan tavoitteisiin ja lähtökohtiin sopiviin toimiin ja harjoitteisiin. Ohjaus- ja neuvontaosaamisen kautta tuetaan kuntoutujan harjoittelumotivaatiota. Fysioterapiaprosessi tulisi onnistua rakentamaan kuntoutujalle

merkitykselliseksi ja mielekkääksi, jotta hänen motivaationsa harjoitella progressiivisesti säilyy riittävän pitkään muutoksen ja kuntoutujan tavoitteen saavuttamisen kannalta. Lisäksi kuntoutujan harjoittelua ja edistymistä on tärkeää seurata ja arvioida säännöllisesti, ja harjoitteita voidaan tarvittaessa muokata tilanteeseen sopiviksi ja näin pyrkiä varmistamaan prosessin eteneminen kohti kuntoutujan tavoitteita. Dokumentointi on oleellinen osa fysioterapiaprosessia. Kirjaamisella varmistetaan fysioterapeutin ja kuntoutujan oikeusturva ja fysioterapeutin työ tulee näkyväksi. (Suomen fysioterapeutit 6.6.2023.)

Kyse on siis kokonaisuudesta ja sen hallitsemisesta yhteistyössä kuntoutujan kanssa. Valmista reseptiä ei ole, vaan kyse on enemmänkin valinnoista, joita tehdään saatavilla olevan tiedon perusteella. Myös erilaisilla valinnoilla on mahdollista päästä hyvään lopputulokseen. Tämän vuoksi on tärkeää, että opiskelijat pääsevät harjoittelemaan fysioterapiaprosessin läpi viemistä kokonaisuutena. Työharjoitteluissa opiskelijat pääsevät ydinosaamiseen liittyviä taitoja harjoittelemaan, mutta esimerkiksi kuuden viikon harjoittelujaksolla ei useinkaan ehditä prosessissa pitkälle, kun tapaamisia ei ehdi toteutua kovinkaan monta.

Kuntoutusprosessi on jatkumo

Fysioterapiaprosessi käynnistyi tammikuun lopulla suunnittelupalaverista Tuki- ja liikuntaelimistön fysioterapia 2 -kurssin ollessa meneillään ja jatkui opiskelijoiden siirtyessä harjoittelujaksolle, joka kahden opiskelijan kohdalla toteutui Seamkin Wellbeing Labsilla. Prosessi kesti tammikuun lopusta huhtikuun loppuun saakka, yhteensä 12 viikkoa. Näiden viikkojen aikana opiskelijat tapasivat kuntoutujan seitsemän kertaa.

Ensimmäisellä käynnillä opiskelijat haastattelivat kuntoutujan perusteellisesti, havainnoivat kuntoutujan toimintaa ja suorittivat manuaalisen tutkimuksen kehon toiminnan osalta. Tutkimisessa opiskelijat harjoittelivat erilaisten mittareiden (goniometri, dynamometri, MPower-pintaemg) käyttöä ja hyödyntämistä tutkimisessa ja sekä etenemisen seurannassa. Näiden toimien pohjalta opiskelijat ohjasivat kuntoutujalle ensimmäiset harjoitteet, joista prosessi käynnistyi. Opiskelijoiden kanssa käytiin kontrollitapaamisten välillä keskustelua kuntoutuksen etenemisestä, harjoitteiden progression suunnittelusta sekä mahdollisista toimista, jos harjoitteet eivät tuottaisi toivottua tulosta. Lisäksi opiskelijat etsivät aktiivisesti tietoa pesäpallon lajivaatimuksista ja heittämisestä.

Kontrollikäynneillä opiskelijat toteuttivat uudelleen haastattelun, kontrolloivat kuntoutujan kanssa harjoitteet ja pohtivat etenemistä tilanteen mukaan. He joutuivat arvioimaan kuntoutujan kokonaiskuormitusta suhteessa ohjattaviin harjoitteisiin sekä kuntoutujan osallistumista lajiharjoituksiin ja siellä tehtäviin harjoituksiin suhteessa olkapään oireiluun ja kuntoutuksen etenemiseen. Kyseessä oli oivallinen tilaisuus harjoitella ongelmanratkaisutaitoja ja kykyä soveltaa koulussa opittua käytäntöön. Kahdentoista viikon aikana opiskelijat etenivät kuntoutujan kanssa lattialla tehtävistä matalan kuormituksen harjoitteista seisten tehtäviin lajinomaisiin heittoharjoitteisiin. Prosessin aikana kuntoutujan kipeän olkanivelen liikerata palautui rajoittuneesta normaaliksi, kivut rauhoittuivat ja yläraajojen voimatasojen puolierot tasaantuivat. Puolin ja toisin sattuneet sairastelut venyttivät kontrollivälejä prosessin loppuvaiheessa ja kuntoutujan harjoitustehojen kasvaessa olkapään oireet nostivat jälleen päätään. Opiskelijoiden mahdollisuudet jatkaa fysioterapiaprosessia eteenpäin olivat rajalliset, joten kuntoutuja ohjattiin fysioterapian jatkumisen kannalta eteenpäin. Tämä esimerkki osoittaa kuntoutusprosessin jatkumoksi, joka vaatii teoriaosaamista,

suunnitelmallisuutta, selkeitä tavoitteita ja jatkuvaa seurantaa riittävän pitkän ajan, jotta päästään etenemään kuntoutujalle merkityksellisiin tavoitteisiin. Kokemus oli opettavainen opiskelijoille ja kasvatti heidän itseluottamustaan toimia oikeiden asiakkaiden kanssa. Toivottavasti näitä kokemuksia pystytään tarjoamaan myös jatkossa.

Riku Uusi-Jaakkola
Fysioterapeutti (YAMK)
Fysioterapian lehtori
SeAMK

riku.uusi-jaakkola@app-staging.seamk.hion.dev

Lähde:

Suomen fysioterapeutit ry. 6.6.2023. http://www.suomenfysioterapeutit.com/ydinosaaminen/