

rapeutti **Sere Koskinen** ohjaa Tampereen Erikoiskuntoutuksen päiväkuntoustiloissa kahta käden tehostetun kuntoutuksen kurssille osallistuvaa kuntoutujaa. **Eero Ahola**, 70, ja **Unto Kivi**, 72, ovat molemmat käyneet läpi aivohalvauksen, jonka jäljiltä toiseen käteen on jäänyt merkittävää käyttövajausta. Menossa on jo perusjakson 11. päivä, mutta kuntoutujat ovat niin motivoituneita harjoitteluun, että fysioterapeutin kehoitus pitää pieni tauko kaikkua kuuroille korville: – Nämä ovat kovia harjoittelijoita.

Miehet itse kertovat, että normaalielämään hyvin linkittyvät, monipuoliset harjoitteet ja kurssin mittaan



koko ajan parantunut tilanne vain lisäävät intoa harjoitella, vaikka päivät ovat seitsentuntisia.

Oleellista on, että töitä tekee nimenomaan vajaa-toimintainen käsi. Tämän varmistamiseksi on terve käsi puettu kintaaseen, joka estää käyttämästä sitä apuna edes epähuomiossa. – Halvaantuneella kädellä tehdään mahdollisimman paljon erityyppisiä toistoja, Sere Koskinen sanoo. – Toisissa harjoitteissa toiminto on pilkottu osiin, toiset taas ovat toiminnallisempia. Tavoitteena kaikessa on päivittäisten toimintojen paraneminen.

Pienten nappuloiden käsittely tai rakeiden lusi-koiminen ei ole helppoa, mutta harjoittelijat ovat sitkeitä

Uudet tutkimusmenetelmät, mm. PET-kuvaukset ja MRI-tutkimus, ovat antaneet lisää tietoa siitä, miksi intensiivinen harjoittelu tuo tuloksia iäkkäilläkin aivohalvauspotilaille. Kuntoutuminen on oppimistapahtuma ja aikuisenkin aivoissa uudet alueet voivat ottaa hoitaakseen infarktin vaurioittamien osien aiempia toimintoja.

eivätkä väsy tekemään uudelleen ja uudelleen. Fysioterapeuttina Sere Koskinen kiinnittää koko ajan huomiota paitsi suoritustekniikkaan myös liikeratoihin ja kehon asentoon.

Osa harjoituksista tehdään sähköstimulaatioita hyväksi käyttäen. MicroZ-kutaanistimulaatioissa elektrodina toimii käteen puettava hanska tai jalkaan puettava sukka. Sen avulla voidaan stimuloida tuntoa ja hoitaa kipua. Neuromuskulaarisen elektrostimulaation (NMES) avulla voidaan stimuloida esimerkiksi esineestä irrottamista, jos se on kuntoutujalle vaikeaa. Kävelyn harjoittelussa sen avulla voidaan aktivoida esimerkiksi nilkan koukistajalihaksia niin, ettei nilkka jää aivohalvauspotilaalla kävelyssä roikkumaan, vaan tulee mukaan askeleeseen. ●

Silloin kun kuntoutuksella halutaan vaikuttaa nimenomaan aivojen toimintaan ja parantaa toimintakykyä, harjoittelun tulee tutkimusten mukaan olla tehostettua ja intensiivistä ja sisältää valtava määrä yhä uudelleen toistettavia tehtäväsuorituksia.



Kelan aivohalvauspotilaiden kuntoutuksen kehittämishanke vuosina 2008–2012

Kela toteuttaa geriatriseen kuntoutuksen kehittämiseen liittyvänä hankkeena harkinnanvaraisena kuntoutuksena aivohalvauspotilaiden tehostetun kädenkäytön kuntoutuksen ja painokevennetyn kävelykuntoutuksen laitos- ja avomuotoisia kuntoutuskursseja vuosina 2008–2012. Hanke on tarkoitettu 65–85-vuotiaille aivohalvauspotilaille, joiden toimintakyky on heikentynyt aivohalvauksen vuoksi niin, että kotona selviäminen on uhattuna. Kriteerinä on mm., että sairastumisesta on kulunut 3 kuukaudesta 3 vuoteen. Kurssille osallistuu yhteensä 320 kuntoutujaa. Kehittämishankkeeseen liittyy tutkimus, josta saadaan tuloksia vuoden 2012 loppuun mennessä. Tutkimuksen toteuttaa Tutkimus- ja kehittämiskeskus Gero-Center. Hanketta koordinoi Kelan terveysosaston kuntoutusryhmä.

Physio Pirkko Metsola Juhlavuoden tuotteet!

Sonopuls StatUS

Nyt samassa laitteessa sekä perinteinen ultraääni (dynaaminen menetelmä) että uusi STAATINEN ultraääni StatUS, jossa äänipään kiinnitys imukupilla. Äänipäätä ei tarvitse liikuttaa lainkaan!



Periform +

Entistä parempi Periform+ : pidemmät kiinteät johdot, helpompi puhdistaa, uudistettu itseharjoitustikka, kestävät yksityiskohdat.



Anuform

Anuform: markkinoiden paras anaalianturi! Miellyttävä käyttää, pysyy erinomaisesti paikoillaan myös toiminnallisissa harjoitteissa.



NeuroTrac ETS

Huippuosittu EMG / stimulaatiolaitte lihastoiminnan analysointiin ja monipuoliseen toiminnalliseen harjoitteluun. Samassa laitteessa sekä kipuhoidot että stimulaatio!

NeuroTrac Contenance

Helppokäyttöinen, turvallinen ja kestävä kotihoitolaite päivittäiseen stimulaatioon ja kipuhoidoihin. Yksilölliset ohjelmat lukittavissa. Käyttömäärän ja virranvoimakkuuden seuranta.

Physio Pirkko Metsola

Golfkuja 7, 02580 Siuntio, puh. 040-8200078, fax 09-241 1199
e-mail info@physiopirkkometsola.fi, www.physiopirkkometsola.fi