

Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusyritykset FYSI ry
Nuijamiestentie 5 B, 00400 Helsinki
puh 09-477 2344, fax 09-4772314
fyysi.info@fyysi.fi
www.fyysi.fi



Suomalaisten kuntoutuksen puolestapuhuja Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusyritykset FYSI ry nimeää vuosittain Vuoden Fysioterapiayrittäjän. Valinta on tehty vuodesta 1995 lähtien. Vuoden Fysioterapiayrittäjäksi valitaan ansioitunut alan yrittäjä, joka toimii koko alan parhaaksi. FYSI-järjestö on perustettu vuonna 1972 ja siihen kuuluu n. 700 eri puolilla maata toimivaa fysioterapiayritystä.

Vuoden 2011 Fysioterapiayrittäjä:

”Iäkkään lihasvoima karttuu turvallisesti fysioterapeutin ohjauksessa”

Vuoden Fysioterapiayrittäjäksi 2011 nimetty fysioterapeutti, lempäläläinen toimitusjohtaja Juhani Vesanen Pirkanmaan FysioCenteristä oli nuorena maajoukkuelentopalloilijana ensin perustamassa suomalaista urheilufysioterapiaa ja on sen jälkeen kulkenut kohti aina vain aktiivisempaa ja kokonaisvaltaisempaa ihmisen kuntoutusta.

- Koko yhteiskuntamme tulevaisuuden kannalta on ehdottoman tärkeää, että kaikki tahot – yksityinen, julkinen ja päättäjät niin paikallisella kuin valtakunnallisella tasolla Helsingin päässä – ymmärtävät ennaltaehkäisyvaltaavan merkityksen. Tarvitsemme matalan kynnyksen paikkoja, joissa myös iäkkäät rohkaistuvat fysioterapeutin ohjauksessa kartuttamaan kotona pärjäämisen kannalta tärkeitä lihasvoimiaan, vaikka taustalla olisikin jo tuki- ja liikuntaelinongelmia tai muita sairauksia, Vesanen painottaa. Kelan sairausvakuutuskorvaukset ovat erittäin tärkeä taloudellinen tuki kaikille eläkeläisille tuki- ja liikuntaelinongelmissa.

Juhani Vesaselle kävi aikanaan niin kuin monelle muullekin fysioterapeutin uralle antautuneelle. Nuori urheilija - maajoukkueen lentopalloilija - pyrki Jyväskylään liikunnalle, mutta jäi huonon näkökyvyn vuoksi piirun verran



Fysioterapeutti Juhani Vesanen (oik.) antaa viimeiset fysio-ohjeet lentopallomaajoukkueen Urpo Sivulalle ennen Suomi-Kiina peliä Tampereella 21.5.2011. Onko niska jöllissä?

sisään pääsystä, jolloin katse kiinnittyi itselle vielä outoon, mutta liikunnan suuntaan viittaavaan ammattinimikkeeseen.

– Näin lehdessä lääkintävoimistelijaj-ilmoituksen. Yhtään en tiennyt, mistä oli kysy-

mys, mutta pyrin ja pääsin sisään nuorimpana – armeijaakaan en ollut vielä käynyt, joten en saanut edes niitä lähtöpisteitä, Juhani ”Jussi” Vesanen kertoo.

Tällaisesta sattumuksesta lähti ammattiura, joka on vienyt aina uusiin asioihin valmista miestä monenlaisiin mielenkiintoisiin kuvioihin. Lääkintävoimistelijaopiston aloituttuaan hän ei enää edes harkinnut mitään muuta vaihtoehtoa. – Meillä oli hyvä kurssi, jolla oli useampia maajoukkue-tason urheilijoitakin, mm.

Alasen Raimo, Pöyryn Jarmo ja Lammen Mikko.

Pintojen jälkeen Juhani Vesanen meni armeijaan ja sen jälkeen heti töihin Pikonlinnan sairaalaan. – Olin ollut siellä harjoittamassa ja tytöt soittivat, että tule tänne hommiin, täällä olisi töitä.



– Toista kierrosta mennään. Apuna ovat perhe, hyvät kaverit ja hyvä henkilökunta. Rakas, pitkämielinen vaimo on antanut minun ”hösätä”, mies toteaa. Kuvassa Pirkanmaan FysioCenterin henkilökuntaa.

Pikonlinnaan liittyy myös pitkän ja vahvan ystävyys- ja kollegasuhteen alku. – Olin ollut edellisenä keväänä pelaamassa sairaaloiden SM-kisassa ja tavannut siellä **Kuitusen Riston**. En silloin tiennyt, että Rikekin on fysioterapeutti, mutta tapasimme uudelleen, kun hän tuli vuonna 1978 erikoistumisen yhteydessä tutustumaan Pikonlinnaan.

- Risto kyseli, mitä teen ja kerroin pelaavani Iskussa ja etsiväni kaveria, jonka kanssa voisin perustaa Tampereelle urheiluvammoihin erikoistuneen klinikan. ”Kävisinkö minä kaveriksi”, Risto kysäisi ja minä siihen, että ”Kävisit”. Ajatusta yrittämisen suuntaan oli jo aikaisemmin vienyt samalla kurssilla kanssani olleen **Uusitalon**

Teuvon seminaarityö, jonka aiheena oli fysikaalisen hoitolaitoksen perustaminen.

Hoitolaitosluvan saaminen ei ollut tuohon maailmanaikaan mitenkään itsestään selvä juttu, mutta kun oikeat perustelut löytyivät, lupa heltisi ja parivaljakon yhteinen yritys, Fysiokaalinen Hoitolaitos Kunto-Fysio Kuitunen & Vesanen, näki päivänvalon vuonna 1978.

Molemmilla miehillä alkoi pitkä, edelleen jatkuva fysioterapeutin ja yrittäjän taival. Jossakin vaiheessa Risto Kuitunen keskittyi toimintaan Hämeenlinnassa, mutta yhteydenpito ja toinen toisensa sparraaminen on jatkunut halki vuosien ja nyt jo vuosikymmenten.

Yrittäminen oli Juhani Vesaselle uusi maailma, josta kotitausta ei tarjonnut kokemuksia. – Olen kolmivuorotyötä tehneen isän ja velanottoa pelänneen äidin poika Viialasta, hän naurahtaa.

Poika näyttää kuitenkin perineen ominaisuuksia, jotka ovat kantaneet pitkälle myös yritysmaailmassa. Yrittäjänuran oheistuotteena on syntynyt myös epävirallinen Suomen ennätys: yritysten eri toimipisteet mukaan lukien Juhani Vesanen on ollut perustamassa ja matkaan saattamassa kaikkiaan nyt jo 28 fysioterapiayrityksen toimintaa.

SUFT ja suomalaisen urheilufysioterapian synty

Rikkauksien hakeminen ei ole ollut Juhani Vesaselle ”se juttu”, vaan syvä kiinnostus lajiin, fysioterapiaan, sekä ”halu jeesata” ovat vieneet innovatiivista miestä kohti uusia kuvioita ja entistä vaikuttavampaa toimintaa. – Olen innostunut uusista asioista ja jos en ole saanut kulloisessakin yrityksessä vastakaikua ajatuksilleni siitä, mihin suuntaan toimintaa haluaisin kehittää, olen lähtenyt perustamaan jotakin uutta, idearikas mies selventää.

Uutta oli jo tuo ensimmäinen yritys, Kunto-Fysio Kuitunen & Vesanen, sillä fysioterapia oli suomalaisessa urheilussa 1970-luvun lopulla vielä jokseenkin kirjoittamaton lehti. – Lentopallomaajoukkueellakin oli kyllä hieroja, mutta ei fysioterapeuttia, Juhani Vesanen sanoo.

Nyt kolmisenkymmentä vuotta myöhemmin on asiassa kuljettu huima taival. – Tänä päivänä fysioterapeutista on tullut urheilijan tärkein tukihenkilö. Oli sitten kyse jääkiekosta, formulakuskeista tai jalkapallosta, kaikkialla fy-

sioterapeutit ovat tärkeässä roolissa. Esimerkkinä vaikkapa FC Barcelona, jonka palkkalistoilla taitaa olla 10 fysioterapeuttia. Täällä Tampereella niin Ilves ja Tappara kuin Pyrintö ja Isku-Volleykin ovat astuneet fysioterapiamaailmaan meidän hoitolaitoksemme kautta, Vesanen sanoo.

Tärkeänä suomalaisena merkkipaaluna asiassa Juhani Vesanen pitää SUFT:in, Suomen Urheilufysioterapeutit ry:n perustamista vuonna 1979. – Olimme Riken kanssa perustamassa sitä yhdessä ainakin **Hämäläisen Heikin, Hietikon Jussin ja Saarisen Hannun** kanssa. Itse koen, että se on ollut yksi merkittävimpiä hankkeita, jossa olen ollut mukana.

Vesanen toteaa, että urheilufysioterapian suuntaviivat luotiin asiaan erikoistuneissa fysioterapialaitoksissa pitkälti itse ja kokemuksia vaihdettiin ahkerasti kollegoiden kesken. – Kantapään kautta opittiin, kun aluksi ei ollut juuri mitään materiaaliakaan netistä puhumattakaan. Tekeminen oli paljolti omaa soveltamista ja siitä oppimista. SUFT:in kursseilla vaihdettiin kokemuksia kollegoiden kesken. Parhaat ideat syntyivät saunan lauteilla. Mukana olivat mm. **Ahosen Jarmo**, Hietikon Jussi, Hämäläisen Heikki, Saarisen Hannu ja **Vuorisen Antti**. Into tehdä aina jotakin uutta oli valtava ja vain kasvoi, kun onnistuimme yli odotusten. Nyt myöhemmin on tueksi tullut sitten tutkimustietoakin. Tärkeä asia oli sekin, kun saimme kirurgian ja fysiatrian erikoislääkäri **Kyösti Latvalan** Tampereelle, Juhani Vesanen sanoo.

Hoitoja annettiin urheiluvammoissa tehostetusti, jopa 2-3 kertaa päivässä. Sähköhoidot, kylmähoidot, teippaukset olivat käytössä. Pohdittiin venyttelytekniikoita ja sitä, milloin oli



Mottonani on ollut, että
“Sometimes I win,
sometimes I loose,
but in the end I win!”

oikea hetki palata kentälle. - Suuntaviivat ovat vieläkin jokseenkin samat, vaikka hoito- ja kuntolaitteita on tullut matkan varrella paljon lisää, Juhani Vesanen sanoo.

Hän korostaa, että samat asiat sopivat kenen tahansa vammasta tai leikkauksesta toipuvan kuntoutukseen. Urheilumaailmassa kaikki vain tapahtuu tehostetusti. – Urheilijan kuntoutuminen on melkein päkkoa kovempaa työtä kuin itse treeni. Urheilija viettää tiettyssä kuntoutumisen vaiheessa, kun kipu on saatu hallintaan, kokonaisia päiviä kuntoutuskeskuksessa.

Kohti aktiivista kuntoutusta!

Aktiivinen kuntoutus onkin se asia, josta on tullut Juhani Vesasen fysioterapeutin työn johtotähti. – Viime aikoina olen lähtenyt perustamaan yksiköitä, joissa on kuntosalin yhteydessä fysioterapeuttinen ohjaus ja ryhmäliikuntaa. Vielä kun saataisiin vesielementti mukaan, hän sanoo. – Olisi tärkeää saada yhteiskunta ymmärtämään kaikille liikkujille – myös erityisryhmille – soveltuvien uimahallien merkitys. Liian usein edelleen rakennetaan vain terveille. Meidän fysioterapeuttien ammattiosaamista tulisi aina käyttää hyväksi silloin, kun liikuntapaikkoja rakennetaan, jotta ne suunniteltaisiin kaikille, myös erilaisille vammaisryhmille, sopiviksi, Vesanen sanoo.

Hän uskoo, että aktiivisella, ihmistä omaan tekemiseen ohjaavalla kuntoutuksella on jatkossa vielä nykyistäkin suurempi yhteiskunnallinen merkitys. – Kaikenlainen fysioterapia tuo tulosta ja monenlaista hoitoa tarvitaan. Jatkoa ajatellen meidän on kuitenkin ymmärrettävä, ettemme kehity yhdessä nikamanvälissä. Muhiassa on nimittäin sellaisia aikapommeja, joista yhteiskuntamme ei selviä, ellemmme saa koko ketjua kuntoon. On tärkeää poistaa kipu, mutta jos liikeratoja ja lihasvoimaa ei huolehdita kuntoon, kustannuksista tulee valtavat.

Yhtälö ei ole Juhani Vesasen mukaan helppo, mutta sen ratkaiseminen on välttämätöntä. - Meillä on pelkästään Tampereella 15 000 yli 75-vuotiasta ja 45 000 yli 65-vuotiasta. Itse olen 56-vuotias ja minun ikäisistäni 99,8 % ei ole koskaan käynyt kuntosalilla. Tämä kynnyks on pakko saada matalammaksi ja sitä varten on oltava paikkoja, joissa oman kunnan eteen on mahdollista tehdä työtä ja joissa saa ohjausta, vaikka

olisi sairauksia ja tuki- ja liikuntaelinongelmia. Tämä on meidän alamme tärkeää erikoisosaamista, Juhani Vesanen painottaa.

Sanojensa vakuudeksi hän on juuri edellisviikolla käynyt allekirjoittamassa paperit järjestyksessä jo 28. toimipaikan avaamisesta. Tietysti sellaisen, jossa aktivoivan fysioterapian elementit ovat paikoillaan. – Saliin perustaminen ei ole halpaa, mutta ne ovat välttämättömiä. Ensimmäisen salin toteuttamista varten hain 40-50 osakkeenomistajaa. Erilaiset yhteistyökuviot myös rahoituksen puolella ovat tärkeitä ja niitä on mahdollista synnyttää. Täytyy löytää yhteistyötahot, jotka jakavat saman näkemyksen siitä, mikä jatkossa on tärkeää, hän sanoo.

Juhani Vesasen yhteistyötaitoista kertoo sekin, että ollessaan vuosina 1994-2000 Lempäälän Jäähalli Oy:n puheenjohtajana hän hankki hallihankkeelle sekä valtion rahoitusta että sai kuntapäätäjät sen taakse. - Halli valmistui 1995 ja on edelleenkin ainoita yksityisiä halleja, jotka eivät ole kaatuneet kuntien syliin, Vesanen sanoo.

Ylpeänä hän kertoo myös siitä, että sai olla mukana hankkeessa, joka johti alalle tärkeään tietotekniikkainnovaatioon. – Mietimme Riken kanssa, että onko meidän tosiaan tarpeen kirjoittaa käsin paperille kaikki potilas- ja muut tiedot. Rike oli sitten merkittävässä roolissa, kun **Esa Kärkäs** lähti kehittämään alalle omia tietotekniikkaohjelmistoja. Tästä alkoivat Physio Tools ja Acute FDS.

Ennaltaehkäisystä tulee yhteiskunnan ykkösasia

Koko yhteiskuntamme tulevaisuuden kannalta ehdottoman tärkeää Juhani Vesasen mielestä on, että kaikki tahot – yksityinen, julkinen ja päättäjät niin paikallisella kuin valtakunnallisella tasolla Helsingin päässä – ymmärtävät ennaltaehkäisyn valtavan merkityksen. – 99 % iäkkäistä haluaa asua kotona, jos vain voimat riittävät. Lihasvoiman merkitys on keskeinen, jotta kotona pärjäämisen kannalta tärkeät istumasta seisomaan nousut ja rappukävely onnistuvat vielä iän karttuesakin. Ennaltaehkäisy vie ensin varoja, mutta tuo ne jo muutaman vuoden sisällä takaisin suurina kustannussäästöinä, Vesanen sanoo.

Juhani Vesanen on tarvinnut omia oppejaan myös oman itsensä kuntouttamisessa. Mies on tehnyt useamman uuden tulemisen

suurten terveysvaikeuksien jälkeen. Takana ovat mm. kuntoutuminen välihevyn pullistuman aiheuttamasta halvauksesta, kolmesta selkäleikkauksesta ja auto-onnettomuudesta. Sydämen rytmihäiriö hidastaa vauhtia. – Toista kierrosta mennään. Apuna ovat perhe, hyvät kaverit ja hyvä henkilökunta, mies toteaa.

Juhani Vesanen on mies, joka voi aidosti pohtia kysymystä siitä, onko elämän varrella jäänyt toteuttamatta mitään sellaista, mihin mieli on palanut. Vastaus on, että ei ole jäänyt. Paitsi aina se seuraava idea, jota kohti mennään. Kavereiden lisäksi sinä tärkeimpänä taustajoukko on ollut perhe. – Rakas, pitkämielinen vaimo on antanut minun hösätä. Meillä on neljä poikaa ja viides lapsenlapsi tulossa. Fysioterapian ohella olen ollut kiinnostunut myös rakentamisesta ja matkan varrella on tullut rakennettua mm. 7 omakotitaloa ja pari kesämökkiä. Arkkitehtikin hämmästyi, kun kuntokeskusta suunnitellessamme latelin päästäni selvät suunnitelmat siitä, miten homma olisi hyvä toteuttaa, Juhani Vesanen summaa ennen seuraavaan haasteeseen tarttumistaan.

Tärkeimpänä onnistumisen kriteerinä Juhani Vesanen pitää sitä, että on sinut itsensä kanssa ja tyytyväinen omaan hommaansa. Matkan varrelle sattuneet vaikeudet, mm. devalvaatio ja terveyshuolet, on ylitetty vuorollaan ja aina tarvittaessa käyttöön on otettu suunnitelma B. - Mottonani on ollut, että "Joskus voitan, joskus häviän – mutta lopulta aina voitan!" Kilpaurheilijaluonne on ilman muuta auttanut eteenpäin ja paljolti urheilun kautta ovat syntyneet tärkeät verkostotkin, mies summaa.

Lisätietoja:

- **Aino Sainio**, toiminnanjohtaja, Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusyritykset FYSI ry, 0400 784 515, aino.sainio@fyysi.fi , www.fyysi.fi
- **Juhani Vesanen**, ft, toimitusjohtaja, Pirkanmaan FysioCenter, 0400 623 969, juhani.vesanen@fysiocenter.net , www.fysiocenter.net



www.fyysi.fi