



# Lunastus

Suomen Käsiaterapiayhdistyksen jäsenlehti 1/2010



## TÄSSÄ LEHDESSÄ

Terveisiä Käden terapia-koulutuspäivästä  
Vuosikokousasiat  
Erikoistumisopinnot Arcadassa

[www.kasiterapiayhdistys.fi](http://www.kasiterapiayhdistys.fi)

Suomen Käsiterapiayhdistys ry:n  
hallitus kaudella 2009

## Tässä lehdessä:

1. Sisälllys, Hallitus, Mediakortti .....2
2. EX pj:n terveiset - Annu Voipio.....3
3. Pj:n palsta: - Saara Raatikainen .....3
4. Terveiset Kädentherapie  
koulutuspäivästä .....4
5. Terveisiä vuosikokouksesta .....6
6. Kokouspöytäkirja .....6
7. Toimintakertomus 2009 .....8
8. Tuloslaskelma 2009.....9
9. Toimintasuunnitelma 2010.....10
10. Tulo-menoarvio 2010.....11
11. Arcadan erikoistumisopinnot.....12
12. Ortonin ilmoitus .....18
13. Jäsenpalsta .....19

**Saara Raatikainen ( ft )**

Puheenjohtaja  
Mehiläinen Helsinki  
**saara.raatikainen@mehilainen.fi**

**Tiina Rantanen ( ft/tt )**

Rahastonhoitaja  
Mehiläinen Turku  
**tiina.rantanen@mehilainen.fi**

**Soile Kauppila-Pekkala ( tt )**

Jäsenrekisterin ylläpitäjä  
Terveystuotteiden  
palvelukeskus Terttu Lilja Oy  
**soile.k-p@luukku.com**

**Virpi Natt ( ft )**

Sihteeri  
HYKS, Herttoniemen sairaala,  
Fysioterapian yksikkö  
**virpi.natt@hus.fi**

**Annu Voipio ( tt )**

Kuntoutus ORTON,  
Toimintaterapia  
**annu.voipio@orton.fi**

**Sari Marjala ( tt )**

HYKS Lasten ja nuorten sairaala  
**sari.marjala@hus.fi**

**Tuija Oravainen ( tt )**

Reumasäätön sairaala, Heinola  
**tuija.oravainen@reuma.fi**

**Ritva Korvensivu ( tt )**

Pohjoismaiden delegaatti,  
HYKS Herttoniemen sairaala  
**ritva.korvensivu@hus.fi**

**Uudet jäsenet:**

**tt Vuokko Kuismin**  
**ft Mirja Tervo**

*Luvatum* Mediakortti

Suomen Käsiterapiayhdistys ry  
Helsinki, Y-tunnus 1064344-8  
Suomen Käsiterapiayhdistyksen jäsentiedote

**JULKAISIJA**

www.kasiterapiayhdistys.fi  
kasiterapia@luukku.com

**ILMESTYMINEN**

Neljä numeroa vuodessa

**Jakelu** Jäsenistö

**Sivun koko** A4

**ILMOITUSTAVAT****1. Ilmoitus jäsentiedotteen sivulla**

- suurin koko A4  
- hinta 100 euroa

**Aineistot**

pdf-tiedostona

**Aineiston toimitus**

sähköpostitse tai cd-rom:lla

**2. Erillisten ilmoitus-/ mainoslehtisten  
postitus tai toimitus****MAKSUEHTO**

Laskutus 30 pv netto.

Yhdistys on yleishyödyllinen yhteisö,

hinnat eivät sisällä arvonlisäveroa.

**SUOMEN KÄSITERAPIAYHDISTYS  
TAUSTATIEDOT**

Suomen Käsiterapiayhdistys on perustettu vuonna 1993. Yhdistyksen toiminnassa on keskeisintä koulutuksen ja tiedottamisen avulla edistää yläraajan ja käden kuntoutusta Suomessa. Yhdistys osallistuu kansainväliseen käsiterapiatoimintaan. Jäsenistö koostuu fysio- ja toimintaterapeuteista.



ANNU

VOIPIO

## Ex-pj:n terveiset



Näin sitä sitten vierähti 2½ vuotta Käsiterapia-yhdistyksen hallituksen puheenjohtajana ja voin olla tyytyväinen siihen oppiin mitä näinä vuosina sain ja mikä parasta opin itsestäni taas uusia asioita. Haluankin kiittää etenkin näiden kahden vuoden aikana hallituksessa toimineita, sillä ilman heidän joustavuutta ja yhteistyötään en olisi pärjännyt. Nyt kokeilemme hallituksessa vähän



kansainvälistä tyyliä, että tänä vuonna hallituksessa on pj sekä vara pj ja näiden lisäksi ex pj. Saas nähdä, miten tällainen toimii. Nyt luovutan luottavaisena paikkan Saarelle, joka seuraavan kahden vuoden ajan toimii yhdistyksemme puheenjohtajana. Itse siirryn hallituksessa todennäköisesti koulutusvastaavaksi. Omasta puolestani haluan toivottaa kaikille jäsenille mukavaa kevään odottelua ja kehotan hankkimaan kumisaappaat jos ei teillä vielä sellaisia ole. :)



SAARA

RAATIKAINEN

# Talvinen tervehdys kaikille!

Suomen Käsiterapiayhdistyksen sääntömääräisen vuosikokous järjestettiin Invalidisäätiö Ortonilla Helsingissä 12.2.2010. Kokous järjestettiin nyt ensimmäistä kertaa yhdistyksen koulutuspäivän yhteydessä, ja toivomme, että pystymme kehittämään tästä järjestelystä jatkuvan ja myös paremmin jäsenistöä palvelevan kokonaisuuden. Lukekaa koulutuspäivän kuulumiset **Minna Nissisen** ja **Heidi Kallion** jutusta.

Hallitus sai kaipaamaansa täydennystä, kun vuosikokous valitsi hallituksen uusiksi jäseniksi **tt Vuokko Kuisminin** ja **ft Mirja Tervon**. Lämmin tervetuloa heille hallituksen riveihin! Onnittelut myös **tt Irmeli Parjolle**, jonka vuosikokous nimitti uudeksi kunniajäsenekseen.

Koulutuspäivän päätteeksi osallistujien kesken käydystä keskustelusta nousi yksi asia selkeästi esille: Kotimaisen käsiterapiakoulutuksen tarjontaa ja sisältöä on kehitettävä! Osaajia meiltä löytyy, haasteena onkin löytää keinot puristaa

kaikki olemassa oleva tieto-taito toimiviin koulutuspaketteihin jäsenistömme saataville. Nyt järjestetty koulutuspäivä oli ensimmäinen laatuaan, ja siten myös se pohja, jolta lähdemme hallituksessa ponnistamaan ylöspäin vuosittaisen koulutuspäivän kehittämiseksi. Koulutusten suunnittelussa ja kehittämisessä teidän mielipiteenne, kehitysiedat ja toiveet ovat ensisijaisen tärkeässä asemassa!! Teiltä saatu palaute sekä ideat auttavat meitä hallituksessa suuntamaan resurssijamme ja panostustamme sellaisiin kohteisiin, josta jäsenistö eniten hyötyisi. Olkaa aktiivisia, olkaa meihin yhteyksissä!

Kotimaisten koulutusten lisäksi suosittelenn kaikkia ajoittain suuntaamaan katseensa myös ulkomaiseen tarjontaan. Kansainväliset kongressit ja koulutukset tarjoavat loistavia mahdollisuuksia kuulla ja nähdä alan uusintuutta sekä luoda omia henkilökohtaisia kontakteja käsiterapeutteihin ympäri maailman.

Skandinaavinen käsiterapeuttien ja -kirurgien yhteinen kongressi järjestetään tänä vuonna toukokuussa Gotlannissa ja kesäkuussa on vuorossa kolmivuositain järjestettävä kansainvälinen käsiterapiayhdistysten kongressi Orlanossa, Floridassa. Osallistamalla kansainvälisiin tapahtumiin voimme yhdessä viedä Suomea käsiterapian maailmankartalle.

Otan hallituksen puheenjohtajuuden vastaan nöyrästi ja henkilökohtaisena haasteena. Onnekseni Annu pysyy mukana hallituksessa ja voi past-presidenttinä ohjata ja neuvoa minua saamaan kaikki narut järjestyksen kauteni alkumetreillä. Ja kun ympäriltä löytyy auttamassa kokonainen hallituksellinen tehokasta ja osaavaa porukkaa, on omakin mieli levollisempi haasteelliseen tehtävään ryhtyessäni.




KALLIO  
NISSINEN

## Terveiset Käden terapia -koulutuspäivästä

Käden terapia -koulutuspäivä järjestettiin helmikuuisena perjantaina Ortonilla. Koulutuspäivään osallistui fysio- ja toimintaterapeutteja ympäri Suomen. Päivän anti vaikutti erittäin kiinnostavalta; luvassa oli E-link järjestelmän esittelyä ja käyttökokemuksia, CRPS-oireyhtymä fysiatriin ja kuntoutuksen näkökulmasta, sekä radiusmurtumien hoitolinjoja eri puolelta Suomea.

Aluksi **Marisa Nikkonen** Villa Manuksesta esitteli E-link tutkimus- ja harjoitusjärjestelmän käyttömahdollisuuksia. Järjestelmä koostuu arviointi- ja harjoitusosista. Järjestelmän käyttökytkimet ja mittarit kytketään tietokoneeseen, mikä helpottaa arviointitulosten kirjaamista sekä niiden seurantaan terapian edetessä. Harjoitusosio sisältää 19 erilaista harjoitusta, jotka ovat motivoivasti pelimuodossa. Järjestelmä onkin varmasti käyttökelpoinen erilaisissa kuntoutuslaitoksissa, ja toivottavasti sitä on mahdollista tulevaisuudessa lainata myös potilaan kotiin. Myös toimintaterapeutti **Anna-Maria Kettunen** Nekti-projektista oli tyytyväinen E-link järjestelmän käyttökokemuksiin. Nekti on Suomen aivotutkimus- ja kuntoutuskeskuksen projekti, jossa teknologiset innovaatiot ovat perustana ryhmämuotoiselle neurologiselle kuntoutukselle.



Tarja Rantala



Jukka-Pekka Kouri

Päivän toisena aiheena oli CRPS-oireyhtymä (Complex Regional Pain Syndrome), josta luennoi fysiatri **Jukka-Pekka Kouri** Ortonista. CRPS on kiputila, joka syntyy yleensä vamman seurauksena ylä- tai alaraajaan. CRPS kipu on luonteeltaan jatkuvaa ja polttavaa. Siihen liittyy ihonvärin, verenkierron ja lämpötilan muutoksia sekä hikoilua.



Pia Berglund-Hintze

CRPS-oireyhtymää kuntoutuksen näkökulmasta esiteltiin case-tapauksen kautta. Fysioterapeutti **Tarja Rantala** ja toimintaterapeutti **Pia Berglund-Hintze** Ortonista valottivat

CRPS -potilaan kuntoutusprosessia koskehtavan potilastarinan avulla. Mieleenpainuvinta potilaskertomuksen lisäksi oli Rantalan ja Berglund-Hintzen näkemys siitä, kuinka CRPS-potilaan pitkälle terapiaprosessille tulee turvata riittävä aika esimerkiksi perusteellisten kuntoutussuunnitelmien avulla.



Eero Waris

Seuraavaksi käsikirurgi **Eero Waris** Töölön sairaalasta esitteli erilaisia radiusmurtumien leikkausmenetelmiä. Hän kertoi leikkausten tuloksiin vaikuttavista tekijöistä, hoitovaihtoehtoista ja mahdollisista komplikaatioista. Waris painotti erityisesti volaarisen lukkolevyn käytön yleistymistä viime vuosina, sillä dorsaalinen levy voi aiheuttaa ojentajajänneongelmia.

Operatiivisesti hoidettujen radiusmurtumien jälkeisestä fysioterapiasta luennoivat fysioterapeutit **Pirjo Peurala** Töölön sairaalasta, **Marja Tervo** Oulun yliopistollisesta sairaalasta ja **Saara Raatikainen** Mehiläisestä. Hoitolinjat eri sairaaloiden välillä ovat melko yhtenäiset,

kuitenkin fysioterapian aloitus ja kontrollien määrä hieman vaihtelevat. Radiumurtumien hoidossa tärkeää ovat selkeät kirjalliset potilasohjeet ja kuntoutumisen seuranta.

Kokonaisuudessaan Käden terapia -koulutuspäivä oli tiivis kokonaisuus, jonka aiheista olisi riittänyt kuultavaa ja keskusteltavaa kahdellekin päivälle. Koulutus vastasi odotuksiamme ja saimme tuoreina toimintaterapeuteina paljon uutta pohdittavaa. Suomen käsiterapiayhdistys ry pyrkii järjestämään jäsenilleen käsiterapiaan liittyvän koulutuspäivän kerran vuodessa.



Panelissa: **Mirja Tervo, Eero Waris, Pirjo Peurala, Saara Raatikainen**

Toimintaterapeutti **Heidi Kallio**, HUS Töölön sairaala

Toimintaterapeutti **Minna Nissinen**, HUS Peijaksen sairaala

## Käden terapia -koulutuspalaute



Päivän puheenjohtajana toimi **Annu Voipio**

Käden terapia -koulutus oli ensimmäinen yhdistyksen kevätkoulutuksista, jollaisia on tarkoitus järjestää tulevaisuudessa, mahdollisuuksien mukaan, joka vuosi. Kun nytviime vuonna yhdistyksen jäsentiedote siirtyi nettiversioksi, siitä säästyvillä tuloilla on tarkoitus jatkossa tarjota yhdistyksen jäsenille edullinen koulutuspäivä kerran vuodessa. Koulutuspäivän yhteyteen on tarkoitus aina järjestää myös Suomen Käsiterapiayhdistys ry:n vuosikokous.

Koulutuspäivään ovat oikeutettuja osallistumaan kaikki ne jäsenet, jotka ovat liittyneet yhdistykseen edellisen kalenterivuoden aikana.

Käden terapia -koulutus ja sen luennoitsijat saivat positiivista palautetta. Koulutuksen

aiheet koettiin hyödyllisiksi ja kuten aina enemmän vielä syvyyttä toivottiin yksittäisiin aiheisiin. Lisäksi se, että saa tavata yläraajaongelmien kanssa toimivia muita terapeuteja koettiin mukavana ja hyödyllisenä.

Tulevien koulutuspäivien aiheiksi toivottiin muun muassa arkitöimintojen ergonomiaa ja käden/yläraajan kuormitusta keventävistä toimintatavoista, CRPS-aiheesta sekä TOS-ongelmasta. Ja koulutuksen järjestämispaikaksi ehdotettiin Tampereetta, Jyväskylää, Turkuja sekä Helsinkiä. Jos kelle tahansa tulee mieleen joku aihe, josta toivoisi koulutusta järjestettävän, niin laittakaa sähköpostia Annu Voipiolle (@orton.fi) tai yhdistyksen postiin käsiterapiayhdistys@luukku.com.

- **Annu**

## SUOMEN KÄSITERAPIAYHDISTYS ry SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN VUOSIKOKOUS

Aika: 12.2.2010 klo 16.00

**Paikka:** Invalidisäätiö Orton, Tenholantie 10, 00280 Helsinki

**Osallistujat:** Annu Voipio, Tiina Rantanen, Sari Marjala, Ritva Korvensivu, Soile Kauppila-Pekkala, Saara Raatikainen, Heidi Miettinen, Sanna Rautakorpi, Tarja Rantala, Hanna Viitasalo, Oili Ask, Irmeli Parjo, Leena Vähämäki, Mirja Tervo, Vuokko Kuismin, Sari Nikolajew, Anna-Maija Haikara, Pia Nahi

1. Kokous avattiin klo 16.05.
2. Vuosikokouksen puheenjohtajaksi valittiin Annu Voipio, sihteeriksi Saara Raatikainen ja pöytäkirjan tarkastajiksi Sari Marjala ja Ritva Korvensivu.
3. Kokous todettiin lailliseksi ja päätäntävaltaiseksi. Kokoukseen osallistui kuusi (6) hallituksen jäsentä ja yksitoista (11) yhdistyksen jäsentä.
4. Esityslistan kohtaan 14. Muut asiat lisättiin kohdat 14.1. 2014 EFSHT kongressin järjestäminen ja 14.2. Kunniajäsenasiat. Tämän jälkeen esityslista vahvistettiin.
5. Sari Marjala esitti vuoden 2009 toimintakertomuksen. Toimintakertomus hyväksyttiin ilman korjauksia, lisäyksiä tai kommentteja.
6. Rahastonhoitoja Tiina Rantanen esitti tilitiedot kaudelta 1.1.2009-31.12.2009. Toisena tilintarkastajana toiminut Heidi Miettinen luki tilintarkastajien lausunnon. Tilit hyväksyttiin ja myönnettiin vastuuvapaudet tilivelvollisille.
7. Annu Voipio esitti toimintasuunnitelman kaudelle 1.1.2010-31.12.2010.. Toimintasuunnitelman kohtaan Koulutustoiminta / stipendit tehtiin korjaus: stipendejä suunnitellaan jaettavaksi kaksi (2) kertaa vuonna 2010, keväällä 1000€ ja syksyllä 1000€. Toimintasuunnitelmasta poistettiin ja peruttiin vuodelle 2010 suunniteltu ACMC-koulutus vähäisen osanottajamäärän vuoksi. Lisäksi vuosikokous keskusteli ideoista ja keinoista, joilla kehittää vuosikokouksen ja yhdistyksen koulutuspäivän yhdistämistä jatkossa. Tämän jälkeen toimintasuunnitelma hyväksyttiin.
8. Hallitus ehdotti jäsen- ja kannatusjäsenmaksujen säilyttämistä ennallaan. Ehdotusta kannatettiin ja se päätettiin.
9. Vuosikokous myönsi hallitukselle vapauden erottaa jäsenmaksunsa maksamatta jättäneet jäsenet yhdistyksestä.
10. Tiina Rantanen esitti tulo- ja menoarvion toimintakaudelle 1.1.2010-31.12.2010. Tulo- ja menoarvio hyväksyttiin.
11. Hallituksessa ei ollut erovuoroisia jäseniä.
- 11.1. Hallitus ehdotti kahden (2) uuden jäsenen valitsemista hallitukseen. Jäseniksi ehdotettiin Mirja Tervoa, Vuokko Kuisminia ja Pia Nahia. Pia Nahi jättäytyi ehdokkuudesta vapaaehtoisesti. Valittiin hallitukseen uusiksi jäseniksi Mirja Tervo ja Vuokko Kuismin.
- 11.2. Hallituksen puheenjohtajaksi valittiin Saara Raatikainen. Sihteerinä jatkaa Virpi Natt ja rahastonhoitajana jatkaa Tiina Rantanen.
12. Tilintarkastajiksi valittiin Heidi Miettinen ja Jutta Stenbäck ja varatilintarkastajaksi Tarja Rantala.
13. Ilmoitusasioita ei ollut.

14. Muut asiat
- 14.1. Keskusteltiin Suomen Käsiterapiayhdistyksen mahdollisuuksista ja halukkuudesta hakea vuoden 2014 EFSHT kongressia Ouluun. Päätettiin, että hallituksen jäsenet Soile Kauppila-Pekkala ja Mirja Tervo selvittävät Oulun paikallisjäsenistön innokkuutta järjestelyihin osallitumisesta ennen lopullista päätöstä kongressihakemuksen lähettämisestä. Lisäksi päätettiin, että Saara Raatikainen tiedustelee EFSHTn presidentiltä kongressin hakemukseen liittyvistä käytännöistä.
- 14.2. Hallituksen esityksestä vuosikokous nimesi Irmeli Parjon yhdistyksen kunniajäseneksi.
- 14.3. Keskusteltiin lisäksi ehdotuksista tehdä yhdistyksen sääntöihin muutoksia koskien vuosikokouksen järjestämisen ajankohtaa ja puheenjohtajuuskauden muuttamista virallisesti kaksi (2) vuotiseksi. Päätöksiä asioista ei tehty. Hallitus jäi myös pohtimaan vuosikokouksen ehdotusta maksaa jatkossa jäsenlehteen kirjoitetuista jutuista kirjoituspalkkiota.
15. Puheenjohtaja päätti kokouksen klo 17.15.

Helsingissä 26.2.2010

Annu Voipio, puheenjohtaja

Saara Raatikainen, sihteeri

Sari Marjala, pöytäkirjan tarkastaja

Ritva Korvensivu, pöytäkirjan tarkastaja



< Irmeli Parjo nimitettiin yhdistyksen kunniajäseneksi

# Luvattu

## SUOMEN KÄSITERAPIAYHDISTYS RY - FINLANDS HANDTERAPIFÖRENING RF TOIMINTAKERTOMUS AJALTA 1.1.2009 - 31.12.2009

### 1. JOHDANTO

Suomen Käsiterapiayhdistys ry on perustettu 18.2.1992 ja rekisteröity 21.6.1994. Yhdistyksen tarkoituksena on yläraajan ja käden kuntoutuksen edistäminen Suomessa ja olla aiheesta kiinnostuneiden fysio- ja toimintaterapeuttien yhdyssiteenä ammattitaidon ja -tiedon kehittämiseksi.

Yhdistys on jäsenenä eurooppalaisessa (the European Federation of Societies for Hand Therapy, EFSHT) ja kansainvälisessä (the International Federation of Societies for Hand Therapy, IFSHT) käsiterapialiitoissa. Yhdistyksemme on edustettuna näissä hallituksen nimeämällä delegaateilla. Yhdistys tekee yhteistyötä myös Pohjoismaisten käsiterapiayhdistysten kanssa. Suomessa yhteistyötä tehdään mm. Suomen Käsikirurgiyhdistyksen kanssa.

### 2. YLEISTÄ

Sääntömääräinen vuosikokous pidettiin 6.2.2009 Ravintola Koulussa, Turussa. Osallistujia oli kaksitoista (12) yhdistyksen jäsentä.

Vuosikokouksen yhteydessä oli luento, luennoitsijana toimintaterapia-opettaja, KM Tuija Suominen- Ronnberg.

Lunnon aiheena oli : ABILHAND-toiminnallinen itsearviointimenetelmä.

Hallituksen jäsenistä erovuorossa olivat Irmeli Parjo, Hanna Viitasalo, Annu Voipio sekä Tiina Rantanen. Irmeli Parjo ja Hanna Viitasalo käyttivät erovuoronsa. Lisäksi Heidi Miettinen ja Hanna Uusitalo toimivat hallituksessa sovituksi vuoden 2008 ajan Scandinavian Hand Society Meeting -järjestelytoimikunnan jäseninä ja jättivät nyt hallituksen, Sanna Rautakorpi pyysi eroa hallituksesta, jonka vuosikokous myönsi. Kokouksessa hyväksyttiin uusiksi jäseniksi hallitukseen tt Sari Marjala, tt Ritva Korvensivu ja tt Tuija Oravainen.

### 3. ORGANISAATIO

#### 3.1. Hallitus

Hallitus on kokoontunut toimikaudella viisi kertaa.

Hallituksen jäsenet:

|                   |                       |         |                           |
|-------------------|-----------------------|---------|---------------------------|
| Puheenjohtaja     | tt Annu Voipio        | Jäsenet | tt Ritva Korvensivu       |
| Varapuheenjohtaja | ft Saara Raatikainen  |         | tt Soile Kauppila-Pekkala |
| Rahastonhoitaja   | tt, ft Tiina Rantanen |         | tt Sari Marjala           |
| Sihteeri          | ft Virpi Natt         |         | tt Tuija Oravainen        |

IFSHT- delegaattina on toiminut Annu Voipio.

EFSHT -delegaattina on toiminut Saara Raatikainen.

Pohjoismaisen yhteyshenkilönä on toiminut Ritva Korvensivu.

Jäsenrekisterin hoitamisesta on vastannut Soile Kauppila-Pekkala.

Tiina Rantanen jatkaa rahastonhoitajana, lisäksi hänestä tuli yhdistyksen koulutusvastaava.

Jäsentiedotteen kokoamisesta on vastannut Sari Marjala. Lehden taiton sekä kansikuvat on tehnyt Annamari Korpi.

Kirjastonhoitajana on toiminut Virpi Natt. WEB- teamiin on kuulunut Annu Voipio ja Virpi Natt.

Ulkopuolisena asiantuntijana on toiminut Tommi Kaituri ja Ville Roininen.

#### 3.2. Tilintarkastajat

Tilintarkastajina ovat toimineet Heidi Miettinen ja Kirsi Karjalainen sekä varatilintarkastajana Irmeli Parjo.

### 4. KANSAINVÄLINEN TOIMINTA

#### 4.1. Pohjoismaisen toiminta

Pohjoismaiden yhdistyksille on päivitetty yhteystietomme ja postitettu yhdistyksemme jäsen-tiedotteet.

Ruotsin yhdistys on lähettänyt jäsenluettelonsa ja kutsun vuosikokoukseen.

Norjan käsiterapiayhdistyksen kaksipäiväiseen koulutukseen 12. -13.11 osallistui hallituksen edustajana Annu Voipio.

#### 4.2. IFSHT

IFSHT:lle on toimitettu päivitetty yhteystietomme. IFSHT:n vuoden 2009 jäsenmaksu on mak-settu.

#### 4.3. EFSHT

EFSHT: kokoukseen kesäkuussa, Ranskan Lyonissa, osallistui yhdistyksen delegaatti Saara Raatikainen.

EFSHT :n sihteerille on toimitettu päivitetty yhteystietomme ja jäsenten osoitetiedot.

EFSHT:n vuoden 2009 jäsenmaksu on maksettu.



**4.3.1. Yhdistykselle tulee seuraavat jäsentiedotteet pohjoismaiden ulkopuolelta:**

The British Journal of Hand Therapy, BJHT (lehti toimii EFSHT:n virallisena lehtenä) tulee Mehiläinen, Helsinki sekä Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Handtherapie, DAHT, Saksan yhdistykseltä Ortonille.

**5. JÄSENISTÖ**

Toimikauden vaihtuessa 31.12.2009 yhdistyksen jäsenmäärä oli 297, 79 fysioterapeuttia ja 218 toimintaterapeuttia Yhdistyksellä on:

1 kummijäsen (Virossa edustajana fysiatri Eve Sooba)

1 kunniajäsen (tt Pirkko Lundan)

3 kannatusjäsenä, yritykset Villa Manus, Medi-Orto ja Respecta.

Vuoden 2009 aikana yhdistykseen liittyi 19 henkilöä ja erosi 8 henkilöä. 16 tt ja 3 ft, sekä yksi kannatusjäsen Respecta.

Hallitus erotti kokouksessaan 6.2. yhden jäsenen maksamattoman jäsenmaksun vuoksi.

**6. KOULUTUSTOIMINTA**

Helsingissä Biomedicumissa 9.10. järjestettiin yhteistyössä Töölön ja Herttoniemen terapeuttien kanssa Senioritapaaminen.

Luennoitsijat olivat hoitotyön kliininen asiantuntija Ulla Turu-nen, tutkija Rami Madanat ja ortopedi Tim Söderlund. Luennot käsittelivät arvioinnissa ja mit-taamisessa huomioitavia asioita sekä DASH-itsearviointimenetelmää ja PRWE-arviointia. Osallistujia oli 25.

Helsingissä 30.10. Ortonilla aiheena oli Käden arviointi. Koulutuksessa luennoitsijoina olivat ft Virpi Natt ja tt Leena Joonaa-Hillebrand. Osallistujia oli 17.

10.-11.12. ammattikorkeakoulu Arcada järjesti koulutustapahtuman, joka oli avoin Käden erikoistumisopintoja 2009 suorittaville ja Käsiterapiayhdistyksen jäsenille. Luennoitsijana toimi Margareta Persson Ruotsista.

Jäseniltoja ei vuoden 2009 aikana järjestetty.

**7. STIPENDIT**

Yhdistys on jakanut stipendejä koti- ja ulkomaisiin koulutuksiin osallistumista varten. Vuoden 2009 kevään sipendejä oli jaossa 600 euroa ja syksyllä 600 euroa. Keväällä 2009 hallitus myönsi 100 euron stipendit Pia Nahille, Sari Marjalalle, Virpi Natille, Ritva Korvensivulle, Johanna Lehikoiselle ja Pia Manniselle. Syksyllä 2009 hallitus ei saanut yhtään stipendihakemusta.

**8. LUNATUM-JÄSENTIEDOTE**

Jäsentiedote Lunatum muuttui sähköiseksi versioksi yhdistyksen kotisivuille lokakuun alusta.

Jäsentiedotteen lukemiseen tarvittava salasana annettiin yhdistyksen jäsenille jäsenmaksukirjeen yhteydessä.

Jäsentiedotteissa on kerrottu alan koti- ja ulkomaisista koulutuksista, julkaistu käsiterapiaan liittyviä artikkeleita sekä käytännön työtä koskevia kirjoituksia.

1/09 jäsentiedotteessa oli Juha Parikan artikkeli CRPS-oireyhtymästä ja vuosikokouksen pöytäkirja ja vuoden 2009 toimintasuunnitelma.

2/09 jäsentiedotteessa oli Birgit Arjasto-Grönholmin artikkeli Abilhand-arviointimenetelmästä sekä hallituksen esittäytyminen.

3/09 jäsentiedotteessa oli Sanna Rautakorven ja Pirkko Ruusuvuoren kirjoitus PUFi -ja ACMC-arviointimenetelmistä sekä lisäksi lehti sisälsi DASH-itsearviointimenetelmän esittelyn. 4/09 jäsentiedotteessa oli Annu Voipion kertomus Norjan koulutusmatkasta sekä Tarja Rantalán kirjoitus Senioritapaamisesta Biomedicumissa. Lisäksi lehti sisälsi kutsun 2010 vuosikokoukseen ja ennen kokousta järjestettävään Käden terapia-koulutukseen.

Kannatusjäsenillä on mahdollisuus laittaa maksutta kerran vuodessa yksi ¼ -sivun kokoinen ilmoitus jäsentiedotteeseen.

**9. WEB-SIVUT**

Yhdistyksen kotisivuja käytetään paremman ja nopeamman tiedonkulun kanavana jäsenistölle. Sivuilta löytyy tietoa mm. yhdistyksen historiasta ja toiminnasta, hallituksen yhteystiedot, käden arviointi kaavakkeet, vertailuarvoja sekä koulutustietoja. Lisäksi jäsenille on tiedotettu kotisivujen kautta hyödyllisistä käsiterapiaan liittyvistä internet-osoitteista.

Yhdistyksen kotisivut ovat saaneet uuden ulkoasun ja pohjan. Kotisivujen päivitykseen valittiin uusi tukihenkilö Ville Roininen.

Sivut saivat lopullisen muotonsa elokuussa. Sivuja on lisäksi päivittänyt yhdistyksen puolesta Virpi Natt. Sivujen osoite on [www.kasiterapiayhdistys.fi](http://www.kasiterapiayhdistys.fi).

Helsingissä 8. helmikuuta 2010

Virpi Natt, sihteeri

**Suomen Käsitertiapiayhdistys**  
**TULOSLASKELMA 01.01.2009-31.12.2009**

**Varsinaisen toiminnan tulos**

|     |                 |                  |
|-----|-----------------|------------------|
| 300 | jäsenmaksut     | 6 290,00         |
| 304 | kongressituotto | 15 069,26        |
| 302 | koulutustuotto  | 900,00           |
| 305 | laina SSSH2008  | 500,00           |
|     | <b>Yhteensä</b> | <b>22 759,26</b> |

**Varsinaisen toiminnan menot**

|     |                                  |                  |
|-----|----------------------------------|------------------|
| 400 | jäsentiedotte                    | -2 702,34        |
| 401 | koulutus                         | -1 165,98        |
| 402 | stipendit / koulutusavustukset   | -1 050,00        |
| 403 | kokouskulut                      | -1 818,28        |
| 406 | lahjat                           | -274,38          |
| 407 | toimistokulut                    | -378,95          |
| 408 | pankkikulut                      | -150,26          |
| 409 | web sivujen suunnittelu          | -658,50          |
| 411 | web hotellin vuosimaksu          | -100,00          |
| 412 | IFSHT jäsenmaksu                 | -246,49          |
| 413 | EFSHT jäsenmaksu                 | -852,00          |
| 410 | kongressi                        | -181,60          |
| 414 | konsultaatio yhdistystoiminnasta | -150,00          |
|     | <b>Yhteensä</b>                  | <b>-9 728,78</b> |

**Yht. varsinaisen toiminnan tulot** **13 030,48**

**Henkilöstökulut**

|     |                                 |                  |
|-----|---------------------------------|------------------|
| 501 | palkka                          | -1 253,22        |
| 502 | perityt eläkemaksut             | - 27,11          |
|     | <b>Yhteensä henkilöstökulut</b> | <b>-1 226,11</b> |

**TILIKAUDEN TULOS** **11 804,37**

*Lupa*

**SUOMEN KÄSITERAPIAYHDISTYS RY**  
**Finlands Handterapi Förening rf**  
**TOIMINTASUUNNITELMA 1.1.2010 - 31.12.2010**

**1. YLEISTÄ**

Suomen Käsiterapiayhdistyksen tarkoituksena on yläraajan ja käden kuntoutuksen edistäminen Suomessa. Toiminnallaan yhdistys tukee jäseniään ammattitiedon- ja taidon hankkimisessa sekä sen keskinäisessä jakamisessa.

Yhdistys on jäsenenä eurooppalaisessa (EFSHT) ja kansainvälisessä (IFSHT) käsiterapialiitoissa. Hallituksen nimeämät delegaattit toimivat näihin yhdyshenkilöinä ja kansainvälisten liittojen kokouksiin pyritään lähettämään Suomesta edustaja. Yhdistys tekee yhteistyötä myös mm. Pohjoismaisten käsiterapiayhdistysten ja Suomen Käsikirurgiyhdistyksen kanssa.

**2. ORGANISAATIO**

Yhdistystä johtaa perustamissääntöjen ja vuosikokouksen päätösten mukaisesti hallitus. Hallitus nimeää tarvittaessa toimikuntia ja työryhmiä. Yhdistyksen tilikausi on 1.1.2010 – 31.12.2010.

**3. TALOUS**

Tulot ja menot ilmenevät liitteenä olevasta talousarviosta kaudelle 1.1.2010 – 31.12.2010. Vuosikokouksessa nimetään yhdistyksen sääntöjen mukaisesti kaksi tilintarkastajaa ja yksi varatilintarkastaja vuodelle 2010. Kirjanpito säilyy rahastonhoitajan tehtävänä, tarvittaessa hallitus konsultoi ulkopuolista kirjanpitäjää.

**4. TIEDOTTAMINEN**

Käsiterapia-alaan liittyvistä aiheista ja koulutuksista tiedotetaan jäsenille yhdistyksen kotisivuilla [www.kasiterapiayhdistys.fi](http://www.kasiterapiayhdistys.fi), jäsentiedotteen Lunatumin ja sähköpostin kautta. Jäsentiedote julkaistaan yhdistyksen nettisivuilla ja sen ilmestymisestä ilmoitetaan sähköpostilla jäsenille, joiden osoitteet on päivitetty yhdistykselle. Jäsentiedotetta julkaistaan neljä numeroa toimikaudessa. Yhdistyksen kotisivuja päivitetään hallituksen kotisivuvastaavan toimesta. Kotisivuja pyritään aktiivisesti kehittämään ja muokkaamaan tarpeen mukaan kuluvan kauden aikana.

Tarvittaessa tiedottamiseen voidaan käyttää myös muita kanavia, esim. fysioterapeutti- ja toimintaterapeutti lehtiä.

**5. KOULUTUSTOIMINTA**

Koulutustoiminnassa on tarkoitus käyttää jäsenistön hyväksi vuoden 2008 järjestetyn Scandinavianen käsikonressin tuottoa, joka tilitettiin yhdistykselle toimikaudella 2009. Tarkoituksena on pitää koulutukset mahdollisimman edullisina jäsenille.

Käden terapiakoulutus järjestetään 12.2.2010 Helsingissä Ortonilla. Koulutuksen yhteydessä on myös yhdistyksen vuosikokous. Jatkossa myös suunnitteilla kerran vuodessa järjestää koulutus joka on tarkoitettu vain yhdistyksen jäsenille.

ACMC-koulutus oli tarkoitus järjestää huhtikuussa 2010. Kouluttajana olisi toiminut Liselotte Hermansson Ruotsista. Valitettavasti koulutukseen ilmoittautui vain kaksi osallistujaa, joten koulutusta ei nyt järjestetä.

Suunnitteilla on myös järjestää Yläraajan kinesioiteippauskoulutus. Ajankohta vielä avoin.

Jäseniltoja eri puolilla Suomea jatketaan sen mukaan miten kiinnostusta löytyy. Jäsenillat pyritään järjestämään jäsenille maksuttomina koulutuksina ja yhdistykselle kohtuullisin kustannuksin, joihin ei-jäsenillä on myös mahdollisuus osallistua kahvirahan hinnalla.

Senioritapaaminen on suunnitteilla järjestää Tampereella syksyllä. Tarkempi ajankohta varmistuu kevään aikana. Senioritapaamiseen on kutsuttu edellisinä vuosina osallistuneita terapeutteja ja mukaan saa osallistua myös asiasta kiinnostuneet yhdistyksen jäsenet ovat tervetulleita.

Yhteistyötä Viron kanssa jatketaan siltä osin, että heillä on mahdollista lukea Lunatum yhdistyksen sivuilta ja virolaiset terapeutit kutsutaan mahdollisuuksien mukaan yhdistyksen järjestämiin koulutustilaisuuksiin.

Yhdistys jakaa stipendejä tukeakseen jäsenten mahdollisuuksia osallistua koti- ja ulkomaisiin koulutuksiin. Stipendejä jaetaan kaksi kertaa vuodessa keväällä 1000 euroa ja syksyllä 1000 euroa. Stipendien hakumahdollisuuksista ja -ajankohdista tiedotetaan kotisivuilla.

**Helsingissä 11.2.2010**  
**Annu Voipio, puheenjohtaja**

**Suomen Käsiterapiayhdistys  
TULO- ja MENOARVIO 2010**
**TULOT 2010**

|                                   |             |                    |
|-----------------------------------|-------------|--------------------|
| Siirto edelliseltä tilikaudelta   |             | 18 004,94 €        |
| Jäsenmaksut                       | 290 jäsentä | 25,00 €            |
|                                   |             | 7 250,00 €         |
| Kannatusjäsenet                   |             | 240,00 €           |
| Koulutustuotto                    |             | 500,00 €           |
| Ilmoitus sopimukset tiedotteeseen |             | 300,00 €           |
| <b>Tulot yhteensä</b>             |             | <b>26 294,94 €</b> |

**MENOT 2010**

|                             |                              |                    |
|-----------------------------|------------------------------|--------------------|
| Jäsenmaksut                 |                              | 1 500,00 €         |
|                             | IFSHT                        | 500,00 €           |
| 2010-11                     | EFSHT                        | 1 000,00 €         |
| Jäsentiedote                |                              | 1 200,00 €         |
|                             | taitto                       | 1 200,00 €         |
| Koulutus                    |                              | 2 500,00 €         |
|                             | jäsenillat 2009              | 500,00 €           |
|                             | koulutus                     | 2 000,00 €         |
| Kouluavustukset / Stipendit |                              | 2 000,00 €         |
|                             | kevät                        | 1 000,00 €         |
|                             | syksy                        | 1 000,00 €         |
| Kokouskulut                 |                              | 3 150,00 €         |
|                             | tarjoilu                     | 1 000,00 €         |
|                             | matkakulut                   | 2 000,00 €         |
|                             | puhelinkokouksen kulut       | 50,00 €            |
| Muut menot                  |                              | 1 600,00 €         |
|                             | lahjat                       | 300,00 €           |
|                             | toimisto                     | 350,00 €           |
|                             | pankin palvelumaksut         | 250,00 €           |
|                             | web sivut                    | 500,00 €           |
|                             | konsultaatio yhd.toiminnasta | 200,00 €           |
| Korvamerkintä               | EFSHT / IFSHT kokoukset      | 3 000,00 €         |
| <b>Menot yhteensä</b>       |                              | <b>14 950,00 €</b> |
| <b>Tulot yhteensä</b>       |                              | <b>26 294,94 €</b> |
| <b>Erotus</b>               |                              | <b>11 344,94 €</b> |

## Erikoistumisopinnot käsivammojen kuntoutuksessa

Arcadassa käynnistyi vuoden 2009 alussa käsivammojen kuntoutuksen erikoistumisopinnot. Opinnot alkoivat tammikuuussa ja päättyivät joulukuussa 2009. Lähiopiskelupäiviä kertyi kaksi joka kuukaudelle. Koulutuksen tavoitteena oli syventää tietoa käden vammoista, niiden hoidosta ja kuntoutuksesta. Koulutus oli suunnattu sekä fysio- että toimintaterapeuteille.

Vuoden aikana kurssilaiset saivat kuulla asiantuntijaluentoja muun muassa reumasta, palovammoista ja käden traumaista sekä spastisesta kädestä. Lisäksi kurssin aihepiireihin liittyen oppimista tuettiin erilaisin oppimis- ja kehittämistöin. Opintojen loppupuolella paneuduttiin enemmän käytäntöön, jolloin kokeilimme erilaisten staattisten ja dynaamisten lastojen valmistusta sekä pohdimme ryhmissä ratkaisuja käytännön lastoituspulmiin.

Opintoihin liittyi myös laajempi kehittämistyö, jonka aihealueet vaihtelivat mukavasti. Kehittämistöitä tehtiin erilaisissa kokoonpanoissa ja työt esiteltiin syksyn lopulla seminaareissa. Kehittämistöiden aiheet ovat listattuna tarkemmin tässä lehdessä.

Kurssin huipentumana oli 10-11.12.2009 toimintaterapeutti **Margareta Perssonin** kaksipäiväiset luennot Arcadassa aiheesta "Something about the hand". Näille luennoille oli käsiterapiayhdistyksen jäsenien myös mahdollista osallistua. Margareta Persson kävi läpi aluksi toiminnallista anatomiaa ja jatkoi luennoimalla muun muassa spastisen käden erityispiirteistä, yllirasittuneesta kädestä ja käden traumaista. Luennot olivat erittäin kiinnostavia ja uskon, että jokainen pääsi syventämään tietoaan käden kuntoutuksesta näillä luennoilla.



**Erikoistumisopinnot käsivammojen kuntoutuksessa 12.11.09**  
**Arcada - Uudenmaan ruotsinkielinen ammattikorkeakoulu Helsinki 2009**

VUOKKO | KUISMIN

# CRPS-1 yläraajapotilas toimintaterapiassa

Kipupotilaiden kohtaaminen on toimintaterapeutin arkea. Monessa työyhteisössä toimintaterapeutti työskentelee osana moniammatillista tiimiä, jonka tarkoituksena on tarjota potilaalle hoitoa, joka lievittää potilaan kipuoireita niin lääkityksen kuin terapian keinoin. Kipua on monenlaista, mutta kun kipu pitkittyy, puhutaan kroonisesta kivusta. Kroonisesta kivusta kärsiviä potilaita löytyy Suomessa runsaasti ja osa heistä on CRPS- potilaita. CRPS tulee sanoista **The Complex of Regional Pain Syndrome** ja tarkoittaa suomeksi monimuotoista paikallistuvaa kipusyndroomaa. Yläraajan CRPS- 1 oireyhtymään liittyen löytyy muutama toimintaterapian oppinnot ja kehittämistehtävä. Näissä tehtävissä on perehdytty mm. yläraajapotilaan kipukokemukseen ja miten toimintaterapia vaikuttaa CRPS- potilaan toimintakykyyn ja arjessa selviytymiseen.

Toimintaterapiassa käytettävät menetelmät ja niiden takana oleva tutkimustieto on jäänyt valitettavan vähäiseksi. Tämä työ perustuu kirjallisuuskatsaukseen. Tarkoituksena on esitellä toimintaterapian ja yläraajan kuntoutuksen uusimpia tutkimuksia CRPS-1 liittyen. Työ on tehty kehittämistehtävänä Porvoon sairaalan fysioterapiaoastolle ja on saatavilla kokonaisuudessaan kirjoittajalta.

## Mitä on krooninen kipu

”Kipu on subjektiivista, se on sitä mitä potilas kertoo sen olevan. Kipu toimii hälytysmerkinä yksilölle, että jotain on vialla. Kroonisessa kivussa hälytys jää päälle”, sanoo Signian McGeary, MS, OTR/L, FAOTA, toimintaterapian apulaisprofessori Quinnipiacin yliopistosta, Connecticutista. McGearyn mukaan kipu



on multifaktorinen. Krooninen kipu vaikuttaa yksilön kognitiiviseen kykyyn sen aiheuttaman stressin vuoksi. Kipu voi olla jatkuvaa tai se voi sijaita eri alueilla. Potilaan kokema ahdistus ja pelko itsessään voi vaikuttaa potilaan kipua voimistavasti. AOTA ( 2007).

## CRPS-1 potilaan ohjautuminen erikoissairaanhoidon

CRPS-1 potilaat ohjautuvat erikoissairaanhoidon terveyskeskuslääkärin läheteellä tai trauman tai leikkausten jälkikontrollien yhteydessä tai päivistyksen kautta kovan kivun vuoksi. Hoitavan lääkärin tekemän tutkimuksen ja arvion mukaisesti potilas hoidetaan lievän oireilun ollessa kyseessä joissakin kunnissa perusterveydenhuollossa, resurssien salliessa. Muutoin potilas ohjautuu erikoissairaanhoidon, jossa tehdään mm. hoitavan lääkärin toimesta

kipuanalyysi, kliininen tutkimus, määrätään kipulääkitys, tehdään kuntoutustarpeen toteaminen ja ohjataan jatkokuntoutukseen. Erikoissairaanhoidossa kirjoitetaan tarvittaessa lähete kipuklinikalle ja erityistyöntekijöille (psykologi, toimintaterapeutti, fysioterapeutti). Facultas (2008).

## Milloin potilas tarvitsee toimintaterapiaa

Eräässä tutkimuksessa selvitettiin toimintaterapeuttien käsityksiä milloin kroonisesta kivusta kärsivä potilas tarvitsee toimintaterapiaa. Sisältöanalyysi tehtiin kuudesta kohderyhmästä. Näille kohderyhmille oli yhteistä potilaan rajoitunut toiminnallinen suoriutumisen fyysisten, psyykkisten ja ympäristötekijöiden aiheuttamien esteiden vuoksi.

Alateemoissa esille nousi 1. kipukäyttäytyminen, joka esti toimintoihin keskittymisen 2. tiedon puute kivun mekanismeista ja selviytymiskeinoista. 3. toiminnallinen epätasapaino työssä, vapaa-aikana ja kotona 4. psyykinen stressi ja depressio johtuen kivusta. (Skjutar A ym. 2009).

Arviointi ja havainnointi ja dokumentointi CRPS-1 potilaan voi tunnistaa usein jo potilaan saapuessa terapiaan. Potilas kannattelee kipeää yläraajaa ja toimii yksikätisesti varoen koskettamasta kipeää kättä, katse on suunnattu pois päin kipeästä kädestä. CRPS-1 potilasta haastateltaessa käy ilmi ongelmat, kuten voimakas yhtäjaksoinen kipu etenkin raajaa liikuteltaessa, käden turvotus ja huono asento sekä tunto-ongelmat. Potilas kuvaa kättä vieraan tuntuiseksi ja hyödyttömäksi. Myöhemmin tulee huoli arjessa suoriutumisesta ja työkyvystä.

Arvioinnissa voidaan käyttää COPM- tai DASH yläraajan itsearviointimittareita havainnoinnin ja konkreettisen turvotuksen ja liikkuvuuden mittauksen lisäksi. Molemmat soveltuvat yläraajapotilaalle ja ovat monien tutkimusten perusteella luotettavia mittareita kertomaan yläraajaongelman vaikutuksesta potilaan toimintakykyyn ja potilaan selviytymisestä arjessa. Näitä itsearviointimittareita voidaan käyttää uudelleen arvioinnissa ja seurata terapian edistymistä. (Kerr Marshall et al. 2006. DASH 2008)

## CRPS-1 potilaiden ongelmien taustaa tutkimusten valossa

### Häiriintynyt kehon kuva

CRPS potilailla on todettu kehon hahmotuksen häiriötä, jotka vaikuttavat mm. lateralisuuteen ja käytettyyn aikaan käden toiminnoissa. CRPS-potilaiden oireet muistuttavat amputaatiopotilaiden kuvauksia, jossa puuttuva raajan osa leijuu ilmassa etäällä loppuosasta raajaa. CRPS potilaat kuvailivat raajan yleensä lyhyemmäksi kyynärnivelen ja käden välillä tai polven ja nilkan välillä. Tämä yhden ruumiinosan puuttuminen katsotaan johtuvan motorisesta ja kognitiivisesta neglect – oireesta, joka aiheutuu keskushermostossa tapahtuneista muutoksista. (Sailer ym. 2004)

### Taktilinen stimulaatio- ja erottelukyky

Jatkuvasta kivusta johtuen CRPS- potilaiden on vaikeaa paikallistaa kosketusta ja huomata eroavaisuutta annetussa ärsykkeessä, jos se annetaan suoraan heidän kivuliaaseen ruumiinosaan. Kivun hellittäessä, tilanne yleensä normalisoituu. Syyksi on arveltu, että ihoärsykkeet häiritsevät kiputuntemusta, keskittyminen toimintoon vie potilaan ajatukset pois kivusta, iho tottuu ärsykkeisiin tai ärsykkeet saavat aikaan uudelleen organisointimista aivokuorella. Tutkimusten perusteella on todettu, että tuntohäiriöisen potilaan ihoalueen stimulointiin pitäisi liittää myös ärsyksen paikallistaminen ja erotteluharjoittelu samanaikaisesti, jotta kipu vähenee ja erottelukyky normalisoituu. (Pain 2008)

## Toimintaterapiassa käytettävistä menetelmistä

### Peiliterapia

Peiliterapiaa on käytetty menestyksellisesti erilaisten yläraajapotilaiden kivun, turvotuksen ja jäykkyyden hoitoon. Peiliterapian vaikutuksesta on olemassa useampia tutkimuksia. Kipupotilaila on todettu epänormaaleja muutoksia aivokuorella. Peiliterapiassa huijataan aivojen peilisolun ja lähettämällä näköaistimuksen avulla tietoa terveestä raajasta, mutta vaurioituneelta puolelta. Peiliterapian jälkeen tehdyissä mittauksissa on huomattu aivokuoren toiminnan normalisointumista. Amputaatiopotilaiden haamukivut tai ai-vohalvauspotilaiden spastisuus saadaan lievitettyä yksinkertaisella ja huokealla menetelmällä. Peiliterapiaa voidaan toteuttaa esimerkiksi alkuvaiheessa 2x päivässä n 10 minuuttia kerrallaan. Peiliterapiaan voidaan lisätä liikeharjoitteiden lisäksi kognitiivis-behavioralistisia elementtejä, kuten kosketuksen paikallistaminen, esineiden tunnistus ym. Monet potilaat teettävät peilin itselleen ja harjoittelevat kotona, koska toimintaterapiaa on saatavilla avopuolella keskimäärin 1x viikossa. Peiliterapian on todettu tehoavan parhaiten akuutissa vaiheessa olevan CRPS-1 potilaan yläraajaoireisiin. (Rheumatology 2003, Intl Journal of Rehab 2007)

### Recognizing- ohjelma (Motor Imagery)

Tunnistamis-ohjelman vaikuttavuus perustuu aivokuoren synapsien opettamiseen. Etenkin kroonistuneet CRPS- potilaat ovat tästä menetelmästä saaneet hyötyä. Ohjelma koostuu kolmesta osa-alueesta. I osassa opetellaan tunnistamaan onko kyseessä potilaan oikea tai vasen käsi eri kulmista katsottuna. Toisessa osassa harjoitellaan näitä liikkeitä pehmeästi ja kivuttomasti ohjelmaa apuna käyttäen. Kolmannessa vaiheessa liikkeitä suoritetaan bilateraalisesti peilin avulla. Ohjelma on cd-levyllä ja tilattavissa Suomessa ainakin Psykologien Kustannus- firman kautta. Moseley 2004)

### Kivunhallintaryhmät

Kivunhallintaryhmissä käytetään kognitiivis-behavioralistista lähestymistapaa. Perusajatuksena

on estää kivusta johtuvien väärien käytös- ja reagoimismallien syntyminen. Ryhmän jäsenten edistymistä voidaan arvioida esim. COPM -arviointimenetelmällä. Ruotsissa ja Brittein saarilla kivunhallinta ryhmien tiimi on usein moniammatillinen (toiminta- ja fysioterapeutti, psykologi, sairaanhoitaja, sosiaalityöntekijä).

Kivunhallintaohjelmassa voi olla liikeharjoitteita, tekemisten rytmittämistä, tavoitteiden asettamista, rentoutusharjoituksia, kivun tunnistamisen liittyen koulutusta ja ADL- toimintojen harjoittelua. Ryhmäläiset opettelevat ergonomiaa, nukkumisen hygieniää ja terveellisiä elämäntapoja. Kivunhallintaryhmissä ryhmän jäsenet oppivat tunnistamaan miten he reagoivat kipuun, miten selviytyä siitä omin voimin ja miten hallita kipua. (Mead et.al 2007)

Ruotsalaisessa tutkimuksessa (Persson et. al 2004) selvitettiin kivunhallintaryhmän toiminnallisessa suoriutumisen tapahtuvia muutoksia. Ryhmää ohjasi kaksi tiimiä, joissa mukana toimintaterapeutti, psykologi, lääkäri fysioterapeutti ja sosiaalityöntekijä. Tutkimuksessa havaittiin, että kroonisesta kivusta kärsivien potilaiden toiminnallinen suoriutuminen parantui hiukan ja mutta potilaan kokema tunne paremmasta selviytymisestä oli merkittävää. Syyksi arveltiin uudelleenarviointiprosessia, joka toteutettiin ryhmän lopussa jäsenille. Ryhmän jäsenten kokemus paremmasta pärjäämisestä ja lisääntyneen tyytyväisyyden omaan suoritukseen johtunee ryhmässä opituista uusista ja tai paremmista tavoista hallita kipua ja selviytyä elämästä kivun kanssa. Tämä osoittaa kivunhallintaryhmien tarpeen. COPM- mittari soveltuu kivunhallintaryhmissä arviointikäyttöön.

Suomessa kivunhallintaryhmiä on muutamissa keskussairaaloissa, jossa ohjaajana on psykologi. Lisäksi tarjontaa löytyy yksityisistä kuntoutuslaitoksista.

MEM-terapia (Manual Edema Mobilization) Perinteisesti turvotusta hoidetaan toimintaterapiassa painehanskalla, asentohoidolla tai ns. sydämeen päin- hieronnalla. Perinteisten menetelmien ongelmana on, että joissakin tapauksissa ne voivat lisätä turvotusta, koska esim. painehanska hidastaa nestekiertoa raajassa ja voi tukkia lymfareitit.

MEM-terapia eroaa perinteisestä hieronnasta sillä, että esim. traumojen kohdalla lymfaattinen hieronta aloitetaan traumaa lähinnä olevan imusolmukealueen käsittelystä. MEM-terapiassa käytetään lisäksi matalapaineisia painetekstiilejä, liikeharjoitteita ja kevyttä hierontaa, joka stimuloi lymfaattista toimintaa. Edellytyksenä MEM-terapialle on toimiva lymfaverkosto, riittävä kognitiiviset kyvyt ja asiakkaan oma motivaatio suorittaa hoitojen välillä kotona sovittuja harjoitteita.

MEM-terapiasta löytyy tutkimustuloksia, jonka mukaan turvotus todistetusti saadaan laskemaan. Toimintaterapeutin on kyettävä arvioimaan millaisesta turvotuksesta on kyse, jotta tuloksia syntyy ja turvotus vähenee.

MEM-terapian edellytyksenä on, että potilaan lymfakanavat ovat auki, eikä se sovellu syöpäpotilaalle. MEM- on tarkoitettu subakuuttiin-, traumaan- tai leikkauksen jälkeen tulleen sitkeän turvotuksen hoitoon. Yhdysvalloissa järjestetään MEM-terapiakoulutuksia. Suomessa lymfaterapeutin koulutusta järjestetään mm. Kairon instituutissa. MEM-terapia-koulutusta ei ole saatavilla Suomessa. (J Hand Ther. 2001. Priganc ym. 2008. Halmetoja 2009).

## Yhteenveto

CRPS-I yläraajakipupotilas on haastava potilas toimintaterapeutille sairauden monimuotoisuuden vuoksi. Pääpiirteittäin voidaan sanoa, että kipupotilaan toimintaterapiaan on varattava riittävästi aikaa ja varauduttava lukuisiin käynteihin. Menetelmien vaikutus ja teho riippuu käyttäjän kokemuksesta, mutta vaihtelee lisäksi yksilöllisesti joka potilaan kohdalla. Riittävän ajoissa aloitettu kuntoutus kipulääkityksen kanssa tehoaa parhaiten.

Toimintaterapiassa käytettävät menetelmät vaihtelevat maa- ja sairaalakohtaisesti. Edelleen moni toimintaterapiassa käytettävistä menetelmistä perustuu kliniseen kokemukseen tai hiljaiseen tietoon, jota terapeutit jakavat kollegoilleen. Tämä tehtävän myötä kannustan kollegoja ja opiskelijoita joukolla kantamaan kortensa kekoon, jotta saamme lisää opinnäytetöitä ja tutkimuksia toimintaterapiassa käytettäviksi.

## Lähteet

American Occupational Therapy Association Inc. Managing Chronic Pain. Julkaistu 2007. Hofmann Ashley Opp. Verkkodokumentti Luettavissa: <http://www.aota.org/Consumers/Tips/Health-and-Wellness/Pain/35165.aspx> Noudettu 4.9.2009

AOTA's chronic pain tip sheet. Verkkodokumentti. American Occupational Therapy Association Inc. Managing Chronic Pain. Julkaistu 2007. Hofmann Ashley Opp. Verkkodokumentti. Luettavissa: <http://www.aota.org/.../Tips/Health.../Pain/35165.aspx> - Noudettu: 4.9.2009

CRPS- kipupotilaan hoitoketju Etelä-Karjalan sairaanhoitopiirissä. Sairaanhoitopiirin hoito-ohjelmat. 12.6.2007 Etelä-Karjalan sairaanhoitopiiri.

Lempinen & Hupli & Mustola. DASH – Disabilities of the Arm, Shoulder, & Hand – Outcome Measure Institute for Work & Health (IWH), Toronto, Ontario, Canada. Reviewed December 2008. Luettavissa: <http://www.dash.iwh.on.ca> Noudettu 11.11.09

Facultas: Toimintakykyarviointi. Opas lääkäreille. Verkkodokumentti. Julkaistu 2008. Krooninen kipu 16- 19. Noudettavissa <http://www.tela.fi/data/userpdf/KrooninenKipu.pdf>

Halmetoja, Leena fysioterapeutti, lymfaterapeutti. Haastattelu 6.11.09

Mead- Theadom- Byron – Dupont. Pilot study of a 4-week Pain Coping Strategies (PCS) programme for the chronic pain patient. Disability and Rehabilitation, 2007; February 29(3): 199 – 203.

Hajic, Marji OTRL, CHT (Occupational Therapist, Certified Hand Therapist) 2006: Hand Therapy Techniques. Verkkodokumentti. Julkaistu 2006. Luettavissa: <http://www.handhealthresources.com> Noudettu: 15.10.09.

Howard SB, Krishnagiri S. The use of manual edema mobilization for the reduction of persistent edema in the upper limb. J Hand Ther. 2001.Oct-Dec;14(4):291-301.

Kemler, Marius A. – Furnée, Carina A. The Impact of Chronic Pain on Life in the Household. Journal of Pain and Symptom Management, 2002: Vol. 23 No.5. 433.

Kerr Marshall J – Kingston S. P. Comparative Validity and Responsiveness of the Hand Function Sort in Evaluating Change in Disability and Impairment in Hand Therapy Journal of Hand Therapy. Volume 19, Issue 4, October-December 2006, Pages 452-453 .

Kontunen – Heinäharju. Pitkäaikainen kipu ja toimintaterapia CRPS 1 -kipuoireyhtymää sairastavien kokemuksista 7.4.2008 Stadia, Helsingin ammattikorkeakoulu. Toimintaterapian koulutusohjelma, opinnäytetyö.

McCabe- Haigh- Ring- .Halligan- Wall - Blake. A controlled pilot study of the utility of mirror visual feedback in the treatment of complex regional pain syndrome (type 1) Rheumatology 2003; 42: 97-101.

Moseley GL. Graded motor imagery effective for long-standing complex regional pain syndrome: a randomized controlled trial. Pain. 2004;108:192-198.

Moseley-.Lorimer – Zalucki, – Wiech. Tactile discrimination, but not tactile stimulation alone, reduces chronic limb pain. Pain; 2008; 137: 600–608.

Persson - Rivano- Fischer – Eklund Evaluation of Changes in Occupational Performance among Patients in a Pain Management Program. J Rehabil Med 2004; 36: 85-91.

Priganc, Victoria W. - Ito, Max A. 2008: Changes in Edema, Pain, or Range of Motion Following Manual Edema Mobilization: A Single-case Design Study. J Hand Therapy; 21: 326–35.

Sailer, U. - Straube, A. 2004: Impaired Self-perception of the Hand in Complex Regional Pain Syndrome (CRPS) [S. Förderreuther, Pain; 110:756–761]

Skjutar A- Schult ML- Christensson K- Müllersdorf M 2009: Indicators of need for occupational therapy in patients with chronic pain: occupational therapists' focus groups. Occup Ther Int. Aug 31

Tichelaar- Geertzen- Keizer-van Wilgen. Case report Mirror box therapy added to cognitive behavioural therapy in three chronic complex regional pain syndrome type I patients: a pilot study. International Journal of Rehabilitation Research: June 2007 - Volume 30 - Issue 2 - pp 181-188.

Zhongyu, Li – Paterson - Smith, Beth – Thomas, L. - Koman, L. Andrew 2005: Diagnosis and Management of Complex Regional Pain Syndrome Complicating Upper Extremity Recovery J Hand Therapy; 18: 270–276.





**Erikoistumisopinnot käsivammojen kuntoutuksessa 12.11.09**  
**Arcada - Uudenmaan ruotsinkielinen ammattikorkeakoulu Helsinki 2009**

VIRPI | NATT

## Peukalon resectioarthroplastia, Ovid Medline

Peukalon tyvinivelen muovausleikkauksen jälkeistä kuntoutumista on tutkittu paljon ja on todettu, että leikkauksella on positiivinen vaikutus potilaan kuntoutumiseen.

Kehittämistehtävän tarkoituksena oli selvittää aikaisemmin tehtyjen tutkimusten pohjalta mitä on sanottu peukalon resectioarthroplastiapotilaan leikkauksen jälkeisen immobilisaatioajan pituudesta, potilaan kokemasta kivusta, käden puristus- ja pinsetti-voimasta ja potilaan selviytymisestä arjessa. Halusin myös tarkastella tutkimuksia siinä valossa löytäisikö aiemmin tehdyistä tutkimuksista vastausta asiaan, onko leikkauksen jälkeisellä im-

mobilisaatioajalla vaikutusta potilaan kuntoutumiseen. Menetelmänä käytin kirjallisuuskatsausta. Kirjallisuuskatsaukseen hain tutkimuksia kansainvälisestä lääketieteen tietokannasta Ovid Medlines-ta. Määrittelin etukäteen valinta- ja poissulkukriteerit, joiden perusteella valitsin tutkimukset kirjallisuuskatsauksen aineistoon. Kirjallisuuskatsauksen aineistona on seitsemän englannin-kielisiä artikkeleita. Aineisto ajoittui vuosille 1998-2007.

Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että peukalon resectioarthroplastia-leikkauksella on positiivinen vaikutus potilaan leikkauk-

sen jälkeiseen kivun tuntemiseen, päivittäisten askareiden onnistumiseen, peukalon liikeratojen edistymiseen sekä käden voimien lisääntymiseen. Immobilisaatio-ajan pituutta suhteessa kuntoutumiseen ei yhdessäkään tutkimuksessa suoraan tutkittu. Löytämieni tutkimusten tulosten perusteella en voinut tehdä suositusta ideaalin immobilisaatioajan pituudeksi. Immobilisaatioajan merkitys potilaan kuntoutumiseen jäi avoimeksi.

**Avainsanat:** Resectioarthroplastia, CMC I, kuntoutuminen, kirjallisuuskatsaus

## ARCADAN KÄSIVAMMOJEN KUNTOUTUKSEN ERIKOISTUMISOPINTOJEN KEHITTÄMISTYÖT

|  |  |
|--|--|
| Ahti Kristiina ja Nyroos Sirpa                                       | Pintaa syvemmälle -sormen koukistajajännevammat  |
| Friberg Matilda, Manninen Pia ja Nygård Pia                          | Rehabilitering vid traumatiska perifera nervskador i övre extremiteten                                       |
| Gröhn Mervi ja Oravainen Tuija                                       | Käden alueen arprien hoito   |
| Julmala Sari   | CRPS-potilaan peilitterapia- potilasohje TAYS:n fysiatrian yksikköön   |
| Korvensivu Ritva   | Sormen PIP-nivelen pirstaleisen murtuman jälkeinen toimintaterapia Töölön sairaalassa                        |
| Koskinen Jenni, Kotonen Päivi, Sutinen Helena, Pelto-Huikko Marjaana | Soda-testi ja sen kokeilu hemipareesikuntoutujilla   |
| Kuismin Vuokko   | CRPS-1-yläraajapotilas toimintaterapiassa  |
| Lamberg Kaija ja Rissanen Merja                                      | E-LINK helposti käyttöön Kuntoutus Ortonin toimintaterapiassa – suomenkieliset käyttöohjeet                  |
| Lehikoinen Johanna   | Ojentajajännevammat V-VIII-vyöhykkeellä  |
| Lohikivi Jenny   | Tutkimusartikkelikokoelma reumaklinikan toimintaterapiaan  |
| Mara Outi ja Penttinen Mirja   | Potilas-, työ- ja asiakasohjeet fleksorijännevamman korjausleikkauksen jälkeen PKSSK:ssa                     |
| Marjala Sari   | AHA-testin käännöstyö  |
| Muukkonen Raija  | Rannemurtumapotilaan omatoimiset harjoitusohjeet kipsin poiston jälkeen, vai ohjautuminen toimintaterapiaan? |
| Mäkelä Johanna ja Tuderus Juha                                       | Yläraajan kuntoutus AVH-asiakkailla  |
| Nahi Pia   | PIP-tekonivelleikkauksen jälkeinen kuntoutus Peijaksen sairaalassa   |
| Natt Virpi   | Kirjallisuuskatsaus Ovid Medlinen Peukalon resectioarthroplastia   |
| Teno Maarit ja Tolonen Nina  | Perehdytyskansio Käden lastoitus lastenreumassa- staattinen volaarinen lyhyt rannelepolasta                  |

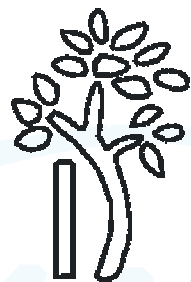
## ORTON kouluttaa 2010

*Tarjoamme terveydenhuollon ammattilaisille täydennyskoulutusta ortopedian, fysiatrian, hoitotyön ja kuntoutuksen eri alueilla. Toivottavasti Sinulla on mahdollisuus osallistua seminaareihimme. Tervetuloa!*

- **Yläraajakivun kroonistumisen ehkäisy - toimintaa ja tarkkaa arviointia:** 23.4.2010  
 Kurssin johtajat: Sarita Aho ja Tiina Lahtinen-Suopanki  
 Tavoite: Tunnistaa yläraajan kivun kroonistumiseen johtavia tekijöitä ja oppia rakentamaan tältä pohjalta kuntoutustoimenpiteitä  
 Hinta: 180 €, ilmoittautuminen 9.4.2010 mennessä
- **Kuormittavuuden hallinta työssä - Tuki- ja liikuntaelinsairaudet ja psyyke:** 29.4.2010  
 Kurssin johtaja: Anne Ranta  
 Tavoite: Arvioida, miten työikäisten tuki- ja liikuntaelinsairaudet liittyvät psyykkiseen kuormitukseen ja miten asiakkaan tarpeet voidaan tunnistaa.  
 Hinta: 100 €, ilmoittautuminen 16.4.2010 mennessä
- **Orthopaedic Nursing Summer School:** 10. - 11.6.2010  
 Kurssin johtaja: Liisa Montin  
 Tavoite: Ortopedisien potilaiden hoidosta ajankohtaista tutkimustietoa  
 Seminaarissa on mahdollisuus esitellä omia tutkimustuloksia.  
 Kurssikieli: suomi  
 Hinta: 350 €, ilmoittautuminen 26.5.2010 mennessä
- **11th Physiatric Summer School - Laxity:** 19. - 20.8.2010  
 Kurssin johtaja: Karl-August Lindgren  
 Tavoite: Ajankohtaista tutkimustietoa liittyen yliliikkuvuuteen ja sen ongelmiin.  
 Seminaarissa on mahdollisuus esitellä omia tutkimustuloksia.  
 Kurssikieli: englanti  
 Hinta: 350 €, ilmoittautuminen 30.7.2010 mennessä
- **Liikuntavammat:** 23. - 24.9.2010  
 Kurssin johtajat: Janne Soininen, Thomas Hellsten, Timo Saari ja Pekka Potinkara  
 Hinta: 220 €, ilmoittautuminen 10.9.2010 mennessä
- **Harvinaiset luusto- ja sidekudossairaudet - hoito ja kuntoutus:** 5.11.2010  
 Kurssin johtajat: Heikki Hurri ja Liisamari Krüger  
 Hinta: 180 €, ilmoittautuminen 22.10.2010 mennessä
- **Kasvuiän ortopediset ongelmat:** 12.11.2010  
 Kurssin johtaja: Dietrich Schlenzka  
 Hinta: 180 €, ilmoittautuminen 29.10.2010 mennessä

***Tavataan seminaareissa!***

**Ilmoittautumiset:** [www.orton.fi](http://www.orton.fi) - koulutustapahtumia - ilmoittautuminen  
 tai Tuula Karhumäki, [tuula.karhumaki@orton.fi](mailto:tuula.karhumaki@orton.fi), (09) 4748 6212  
 ORTON Invalidisäätiö, Tenholantie 10, 00280 Helsinki  
**Ohjelmat:** [www.orton.fi](http://www.orton.fi) > Koulutus > Seminaarit  
 Osallistumismaksu sisältää materiaalin, lounaan ja kahvit





## JÄSENPALSTA

### JÄSENILLAT

Kiinnostaisiko sinua järjestää jäsenilta paikkakunnallesi? Hallitus olisi erittäin kiitollinen avustasi ja panoksestasi iltakoulutusten järjestäjänä. Jäseniltojen tavoitteena on tarjota alueellista pienimuotoista iltakoulutusta jäsenten toivomista aihepiireistä.

Jos olet esim. kuullut innostavan luennon tai esitelmän, tai tiedät jonkun hallitsevan kiinnostavan terapiamenetelmän, ja haluat perehtyä asiaan lisää ja jakaa kiinnostuksesi yhdistyksen jäsenten kanssa, olet juuri oikealla asialla! Eli järjestämässä jäseniltaa käsiterapiasta kiinnostuneille kollegoillesi!

Tule rohkeasti mukaan järjestämään alueellista toimintaa jäsenille! Lisätietoja saat yhdistyksen sivuilta [www.kasiterapiayhdistys.fi](http://www.kasiterapiayhdistys.fi)

### UUDET JÄSENET

Raija Muukkonen, Lappeenranta - Tervetuloa!