



3 • 2003

Osteoporoosi - havaitse, tiedosta ja hoida

Referaatti. Artikkelit: Cost effectiveness of physiotherapy, manual therapy, and general practitioner care for neck pain: economic evaluation alongside a randomised controlled trial

Somty ry:n ja SMLY:n Syysopintopäivät

Faktaa ja fiktiota WCPT:n Barcelonan kongressista

IFOMT-kongressimatka Etelä-Afrikkaan



Suomen Ortopedisen Manuaalisen Terapian Yhdistys ry:n ja
Suomen Manuaalisen
Lääketieteen Yhdistys ry:n jäsenlehti



Leiras 4-väri-ilmoitus 1/1
Aineisto Manuaalista 2/03 sivu 23,
ellei uutta aineistoa toimiteta

”Kun kesä mennyt on syksy saapuu...”

Toivottavasti teillä kaikilla oli rentouttava kesä ja nyt on ”tankit” täynnä energiaa.

SOMTY:n kurssitarjonta syksyille on erittäin mielenkiintoinen ja laaja, meillä on myös kansainvälisiä kouluttajia. Haluamme tarjota teille myös meidän normaalin kurssi-toiminnan lisäksi uusia tuulia kansainvälisestä maailmasta. Sarah-Ann Counsell on Mulligan konseptin opettaja ja hän opettaa rangan ja raajojen nivelten aktiivista mobilisointia. Suomessa usein vierailut Michael Schlock on neuraaliku-dos mobilisaatiotekniikoiden opettaja. Tässä lehdessä on myös kevään 2004 kurssikalenteri.

Tämän vuoden syysopintopäivien aiheena on polvi. Aihetta käsitellään laaja-alaisesti, miten koko alaraajan toiminta vaikuttaa polviniveleen. Syysopintopäivien ohjelma on toisaalla tässä lehdessä.

Viime vuonna pidettiin laaja kuntoutusalan näyttely ensimmäistä kertaa isommissa tiloissa. Positiivisen palautteen myötä toteutamme näyttelyn myös tänä vuonna samoissa tiloissa. Näytteilleasettajat pitävät omilla osastoillaan myös esittely-näytöksiä ja perinteisesti näytteilleasettajat tekevät edullisia tarjouksia tuotteistaan. Tule tutustumaan näyttelyyn ja hyödyntämään tarjoukset, mikäli

olet tekemässä hankintoja. Iltajuhla järjestetään myös samoissa tiloissa, sillä viime vuonna iltajuhla sai erittäin hyvän suosion.

Ensi vuoden maaliskuussa pidetään IFOMT:n (International Federation of Orhtopeadic Manual Therapy) kansainvälinen kongressi Kapkaupungissa Etelä-Afrikassa.

SOMTY ry järjestää matkan, mihin liittyy myös yhden viikon loma. Etelä-Afrikan matkasta lisää tässä lehdessä. Lähde mukaan mielenkiintoiselle matkalle, IFOMT:n kongressissa on manuaalisen terapian ammattilaisten luentoja ja seminaareja sekä viimeisimmät tutkimukset. Suomesta on myös mukana luennoitsijoita.

OMT-koulutuksessa on tapahtunut muutoksia, OMT koulutuspaikka seuraavalle ryhmälle on ainoastaan Helsinkiin.

Uusi OMT –koulutus ryhmä aloittaa tammikuussa 2004 ja sinulla, fysioterapeutti, on vielä mahdollisuus hakea koulutukseen, hakuaika päättyy syyskuun lopussa. Hakutiedot löydät tämän vuoden Manuaalista nro 2.

Maarit Keskinen



Pääkirjoitus.....	3
Osteoporoosi - havaitse, tiedosta ja hoida	4
Referaatti. Artikkelit: Cost effectiveness of physiotherapy, manual therapy, and general practitioner care for neck pain: economic evaluation alongside a randomised controlled trial	7
Somty ry:n ja SMLY:n Syysopintopäivät	8
Somty ry:n kurssikalenterit 2003 ja 2004.....	10

Faktaa ja fiktiota WCPT:n Barcelonan kongressista.....	11
IFOMT-kongressimatka Etelä-Afrikkaan	13
Miten kirjoitan tutkimusabstraktin/-tiivistelmän esimerkiksi kongressiesitykseksi?	14
OMT-tutkinnon suorittaneet fysioterapeutit	15
OMT-tutkinnon suorittaneet lääkärit.....	18

MANUAALI

Ortopedisen manuaalisen fysioterapian ainoa ammattilehti Suomessa

Julkaisijat: Suomen Ortopedisen Manuaalisen Terapian Yhdistys ry ja Suomen Manuaalisen Lääketieteen Yhdistys ry.

Osoite: Suvantokatu 1 E, 33100 Tampere. Puhelin: (03) 273 1320. Telefax: (03) 273 1320. **Päätoimittajat:** Maarit Keskinen, puh. 050 - 522 0772, sähköposti maarit.keskinen@pp.inet.fi ja Jukka-Pekka Kouri, sähköposti jp.kouri@sil.fimnet.fi. **Taitto:** Tekijätiimi Oy, puh. (03) 777 7110, fax (03) 777 7112, sähköposti tekijatiimi@tekijatiimi.fi. **Ilmoitusmyynti/SOMTY:** Pekka Anttila, puh. 040 - 504 4611, sähköposti pekka.anttila@omt.org. **Ilmoitusmyynti/SMLY:** Nils Kyrklund, puh. (09) 504 1011, fax (09) 533 221, kyrklund@manualexperts.fimnet.fi.

Paino: Painotalo Auranen, Forssa 2003. **Tekniset tiedot:** Lehden koko: A4 (210 x 297). Palstojen määrä: 1-4. Rasteritiheys: 48-54. Painomenetelmä: offset. Sidonta: stiftaus.

FD-Systems mv-ilmoitus 1/8
Aineisto Manuaalista 2/03 sivu 3, ellei uutta
aineistoa toimiteta

Olavi Airaksinen

fysiatrian dosentti, kivunhoidon erityispätevyys, ylilääkäri, KYS

Jukka Pekka Kouri

fysiatrian ja yleislääketieteen erikoislääkäri, kivunhoidon erityispätevyys, vt. ylilääkäri, Orton

Osteoporoosi – havaitse, tiedosta ja hoida

Osteoporoosi haurastuttaa luukudosta vuosikymmenien aikana. Usein se todetaan vasta kun on tapahtunut luunmurtuma esimerkiksi ranteessa, lonkassa tai selkärangassa. Luukudos uusiutuu koko elämän ajan. Luun määrä kasvaa aina 20-30 ikävuoteen saakka ja säilyy melko muuttumattomana 40 ikävuoteen asti. Tämän jälkeen luun mineraalipitoisuus alkaa vähentyä ja naisilla luun määrän väheneminen kiihtyy vaihdevuosien aikaan. Nainen menettää elämänsä aikana hohkaluuaineksestaan 50 % ja mies 30%. Luun haurastuminen johtaa sitten kasvaneeseen murtumariskiin. Arvioidaan, että 40%lla yli 50-vuotiaasta naisesta ja yhdellä seitsemästä miehestä murtuu jäljellä olevan elämän aikana ranne, selkänikama tai lonkka.

Suomessa arvioidaan olevan osteoporoosi 400 000 kansalaisella, joista vain neljäsosalla se on todettu ja tiedossa. Osteoporoottisia murtumia on vuositasolla noin 35 000 (rannemurtumia 13000 ja lonkkamurtumia 7500). Kustannuksia osteoporoosi aiheuttaa tällä hetkellä noin 0,4 miljardia euroa vuodessa. USAssa laskettu kustannusarvio siellä on 14 biljoonaa dollaria.

Hoitamattomana sairautena osteoporoosi tulee yhteiskunnalle erittäin kalliiksi ja aiheuttaa samalla paljon inhimillistä kärsimystä murtumien muodossa. Jo tänään osteoporoosi seurauksineen käyttää joka viidennen kirurgisen hoitopaikan Suomessa. Liikunnan vähäisyys ja ravitsemusmuutokset negatiiviseen suuntaan altistavat nuorison ja keski-ikäiset jatkossa osteoporoosille.

Väestön ikääntyessä osteoporoosi tulee aiheuttamaan merkittävän terveysriskin ja laajan ongelman, jos ei sitä hoideta kunnolla.

Lapsuudessa ja nuoruudessa harrastettu kuormitettu liikunta vaikuttaa myönteisesti luun huippumassaan. Noin 1-2 vuotta ennen kuukautisten alkua aloitettu kuntoliikunta vaikuttaa erittäin myönteisesti luun tiheyteen naisilla. Kasvukauden aikana harrastettu kuormittava liikunta on todennäköisesti tärkein asia estämään myöhemmän iän osteoporoosia. Suomalaisten naisten luuston massa on huipussaan kasvukauden päättyessä ja alkaa sitten hitaasti vähentyä kasvun päätyttyä 20-50 ikävuoden välillä. Tuoloin liikunnan päätavoite on luumassan ylläpitäminen.

Elokuussa 2000 antoi suomalainen Lääkäriseura Duodecim Käypä hoito-suosituksensa koskien osteoporoosia. Aikakauslehdet ovat alkaneet aktiivisesti kirjoittaa tästä asiasta. Vähitellen on syntynyt eri puolille maata osteoporoosin vastaista toimintaa (Suomen Osteoporoosiyhdistys), liikuntaryhmiä ja koulutus sekä osaaminen lisääntyy myös terveydenhuollon piirissä. Manuaalisen terapian puolella on tärkeätä seurata ja olla osana tätä kehitystä.

Muutokset suomalaisissa asenteissa ja terveydenhuollon toimintatavoissa tapahtuvat tunnetusti hitaasti. Vaikka tiedämme osteoporoosista enemmän kuin koskaan ennen, on sen toteaminen, hoito ja ehkäisy edelleen sattumanvaraista ja kovin vaihtelevaa eri puolilla maata.

Seuraavassa esitämme keratuksena lyhyesti muutamia pääkohtia osteoporoosin ennaltaehkäisystä perustuen Duodecimin hoitosuositukseen:

1. Ehkäisyssä on tärkeätä riittävä kalsiumin saanti. Kalsiumtarve on luokkaa 800-900 mg/vrk. Ravinnon kalsium ei riitä, jos ruokavaliosta puuttuvat maitotuotteet. Maitotuotteista saa kalsiumia yleensä noin 240mg/ 2 dl eli yksi annos. Yksi paksu viipale juustoa sisältää noin 100 mg kalsiumia. Kalsiumtarve sinänsä tyydyttyä kolmella lasillisella maitoa tai parilla kymmenen gramman juustosiivulla päivässä.

Mikäli tarve ei täyty ruokavaliolla, on hyvä ottaa tarvittava kalsium lääkevalmisteena. Kalsiumin riittävä saanti lisää luumassaa erityisesti lapsilla ja kasvuiässä.

2. D-vitamiinia tarvitaan kasvuikäisillä ja 21-60 vuotiailla 200 IU / vrk ja yli 60-vuotiailla 400 IU / vrk. D-vitamiinipuutos vähentää luun mineraalipitoisuutta ja lisää luun vaihdunutta. D-vitamiini auttaa kalsiumia imeytymään suolistosta. D-vitamiinia kannattaa käyttää yhdessä kalsiumin kanssa, muuten luun murtumat eivät vähene. Ruoka-aineista D-vitamiinia on runsaasti esimerkiksi kaloista kirjolohessa ja lohessa, tonnikalassa, silakassa ja sardiineissa sekä sienistä suppilovahveroissa ja kanttarelleissa, kohtuullisesti broilereissa ja kananmunissa. Vanhuksilla D-vitamiinin saanti voi jäädä vähäiseksi ja esimerkiksi vuodeosastoilla tulisi käyttää tutkimusten mukaan D-vitamiinilisää. Pelkkää kasvisravintoa syövät voivat myös olla D-vitamiinin saannin suhteen riskiryhmänä. D-vitamiinipuutosta esiintyy suomalaisten selvitysten mukaan myös esimurrosiässä olevilla tytöillä. Käytännön tasolla voidaan todeta, että kaikkien suomalaisten kannattaisi talviaikaan käyttää jonkin aikaa D-vitamiini –kalsiumvalmisteita suojautuakseen osteoporoosilta. Erityisesti laitoksessa asuvat vanhukset ja monet pitkäaikaissairaat tarvitsisivat ympärivuotista profylaksiaa. Suomalainen osteoporoosityöryhmä suositaa D-vitamiinia yli 70-vuotiaille kaikille 400 IU/ vrk ja laitoshoidossa oleville 800 IU/vrk.
3. Tupakointi vähentää luumassaa ja lonkkamurtumariski on noin 50% suurempi kuin tupakoimattomilla. Tupakointi estää kalsiumin luuta vahvistavaa vaikutusta.
4. Alkoholin kohtuukäyttö jopa parantaa luuston mineraalitiheyttä, mutta liikakäyttö puolestaan lisää tapaturmien määrää ja murtumariskiä.
5. Liikunnalla on keskeinen vaikutus luun massa. Jos luuta ei kuormita, niiden massa vähenee. Vuodelepo johtaa mineraalitiheyden laskuun jopa noin 1-2 % viikossa vauhdilla. Erityisesti nuorena aloitettu liikunta on hyödyksi luukudokselle. Liikuntaa tulisi harrastaa erityisesti kasvuiässä, (erikoisesti tyttöjen) ja jatkaa sitä aikuisiässä ja vanhanakin. Luun kannalta hyödyllisintä liikuntaa ovat tärähdyksiä ja hyppyjä sisältävät lajit kuten hyppy, pallopelit ja tanssit, mutta myös tavallisempi perusliikunta (kuten kävely, hiihto, pyöräily ja uinti) on hyödyllistä. Isku-tärähdyksliikunta sisältää nopeita liikkeitä, tärähdyksiä ja hyppyjä. Luu reagoi nopeisiin kuormitusmuutoksiin, joissa liikeenergia vaihtelee. Myös toistokuormitus (kuten pitempi kävelylenkki) on hyödyllistä liikuntaa. Kävellessä voisi kuitenkin kävelynopeutta vaihdella ja lisätä välillä sen kuormittavuutta. Ohjattu kuntosaliharjoittelu, fysiokimppa ja LHT voidaan toteuttaa osteoporoosia estävänä ohjelmana.
6. Estrogeenilla on keskeinen merkitys estettäessä osteoporoosia. Estrogeenihoidon arvioidaan pienentävän reisiluun yläosan murtumariskin noin puoleen siitä, mitä riski olisi ilman estrogeenihoidoa. Nykykäsitteksen mukaan hoito on järkevää aloittaa vaihdevuosi-iässä ja jatkaa sitä loppuelämän ajan, jos ajatellaan asiaa osteoporoosin kannalta.

Osteoporoosin toteaminen

Hyvin usein osteoporoosi todetaan vasta murtuman tapahtumisen jälkeen. Tavoitteena tulisi olla riskipotilaiden löytäminen ja hoitaminen jo ennen murtumatapahtumaa.

Tutkimusten mukaan ainoa todella luotettava keino on tarkka luun tiheysmittaus uudenaikaisella laitteistolla (DEXA-tutkimus tai tietokonetomografiaan perustuva mitaus). Ultraäänimittaukset ja röntgenkuvien silmämääräinen arviointi antavat vain viitteellistä ja usein epäluotettavaa tietoa asiasta. Mittausten hinta on nykyään luokkaa 100-150 euroa / mittaus yksityisessä terveydenhuollossa.

Olennaista olisi tutkia ns. riskiryhmiä (murtuma yli 65-vuotiaalla naisella, ei estrogeenihoidoa, pitkäaikainen kortisonihoito, paljon muita sairauksia, ruokavalio puutteellinen, kroonisia suolistosairauksia jne.). Perustutkimuksiin kuuluvat luun tiheysmittausten ohella eräät perusverikokeet. Seulontaa tulisi tehdä jo ensiapupoliklinikoilta lähtien murtumien yhteydessä, mutta myös väestön oman aktiivisuuden perusteella.

Kun noin 50-vuotias nainen saa luumurtuman, pitäisi rutiinisti tehdä luuston tiheystutkimus.

Ongelman muodostaa kuitenkin paitsi se, että mittareita on liian vähän niin myös se että niiden olemassa olevien laitteiden käyttö on liian passiivista. Luun tiheysmittauksiin pitäisi murtumapotilaitten ja muidenkin riskiryhmän potilaitten päästä seulontatutkimusluonteisesti minimaalisella byrokralialla ja viiveellä, niin voisimme luoda perustaa osteoporoosin ehkäisylle. Esimerkiksi Ranskassa on neljä kertaa enemmän luuston tiheyttä mittaavaa laitteistoa kuin Suomessa ja siellä mittauksiin pääseminen on helppoa.

Esimerkiksi Suomen väestöluvultaan toiseksi suurimassa kaupungissa Espoossa ei ole vielä yhtään luuston tiheysmittauslaitetta. Sen sijaan Kuopiossa tutkimuksiin pääsee ja asiaan kiinnitetään aktiivisesti huomiota terveydenhuollossa.

Eräs uusi ja toimiva ajatusmalli on osteoporoosihoitajien järjestelmän luominen terveydenhuollon sisälle.

Osteoporoosin hoito

Osteoporoosin hoidon tehtävänä on estää luuston kunnan edelleen heikkeneminen ja uudet murtumat. Murtumien yhteydessä tulee myös kipu hoitaa riittävän tehokkaasti.

Perushoitolinjan muodostavat kalsiumin ja D-vitamiinin riittävä saanti, liikunnan lisääminen ja tupakoinnin välttäminen.

Viime vuosina on myös lääkeshoidon alueella menty huomattavasti eteenpäin ja uudet lääkeshoidon keinot voivat nykyään selkeästi nostaa luun mineraalipitoisuutta ja tieteellisen tiedon mukaan estää myös murtumia.

Osteoporoosin lääkehoidon on syytä mennä, jos on osteoporoottinen murtuma tai on todettavissa luuston tiheysmittauksessa selkeästi alentunut luun mineraalipitoisuus (alle 2,5 SD).

Lääkehoidon alueella käytetään mm. seuraavia lääkkeitä:

1. BIFOSFANAATIT (tunnetuin näistä on alendronaatti eli Suomessa kauppanimellä Fosamax oleva lääke). Tutkimusten mukaan tästä lääkeryhmästä on selkeää tieteellistä näyttöä luun murtumien estossa ja matalan

Jatkuu seuraavalla sivulla...

Osteoporoosi – havaitse, tiedosta ja hoida...

mineraalipitoisuuden hoidossa. Muita bifosfanaattiryhmän valmisteita ovat etidronaatti ja risedronaatti. Nykyään alendronaatti- ja risedronaatti-lääkitys voidaan ottaa kerran viikossa aiemman päivittäisen annostelun sijaan. Alendronaatilla saavutetaan murtumien vähenemisessä laajan FIT-tutkimuksen mukaan kolmen vuoden kohdalla 47 prosentin murtumariskin väheneminen. Hoito on todettu kustannus- tehokkaaksi hoidoksi. Risedronaatilla on kahdessa eri tutkimuksessa saavutettu 36 ja 40 prosentin murtumariskin väheneminen kolmen vuoden kohdalla.

Alendronaatista on tällä hetkellä eniten tutkittua tietoa osteoporoosin hoidossa. Alendronaatin on kaksoissokko-asetelmassa todettu vaikuttavan myös miesten osteoporoosiin ja murtumariskin pienenemiseen.

2. **KALSITONIINI.** Kalsitoniini on ihmisen oma luuhun vaikuttava hormoni, jolla on todettu olevan vaikutusta luun mineraalitiheyden lisäksi myös luun rakenteeseen ja struktuuriin. Kalsitoniini vaikuttaa myös luuperäiseen kipuun sitä vähentävästi yleensä jo noin 1-2 viikossa esimerkiksi selkänikaman kompressiomurtuman yhteydessä. Kipupotilaiden hoidossa kalsitoniinia on käytetty esimerkiksi CRPS-potilailla ja spinaalisten oosipotilailla. Erityinen käyttökohde tällä lääkkeellä on kivulias osteoporoottinen murtuma. Lääkitys vaikuttaa myös luumurtumariskiä. **PROOF-tutkimuksen** mukaan kolmen vuoden kohdalla saavutetaan 37 prosentin murtumariskin väheneminen tällä lääkityksellä. Lääke annostellaan nenäsuihkeena kerran päivässä, annos on 200 IU/ vrk.
3. **ESTROGEENIHOITO** on useassa tapauksessa syytä käynnistää uudelleen, jos se on ollut pitkään käyttämättä ja todetaan osteoporoosi.
4. **UUSIA** lääkähoidon mahdollisuuksia antavat mm. estrogeenireseptoreihin vaikuttava lääke raloksifeeni ja myös useat tulevat lääkeratkaisut. Raloksifeenilla on **MORE-tutkimuksessa** todettu saavutettavan 31 prosentin murtumariskin väheneminen kolmen vuoden kohdalla.
5. **Uutena** lääkkeenä vaikean osteoporoosin ja monimurtumaisen osteoporoosipotilaan hoidossa tulee joskus kyseeseen myös paratyreoideahormoni. Tällöin kolmen vuoden murtumariski vähenee jopa 65 prosentilla nykytutkimuksen mukaan. Tämän hoidon aloittamista rajoittaa kuitenkin hoidon korkeat kustannukset.
6. **KIVUN** riittävää hoitoa tulee painottaa erityisesti murtumien yhteydessä. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että esimerkiksi osteoporoottisen selkänikaman kompressiomurtuman yhteydessä kannattaa aloittaa kalsitoniinihoito, antaa vatsalle sytävällisempiä koksi-ryhmän tulehduskipulääkkeitä ja määrätä kivun mukaan myös opiaattilääkitys. Useille vanhemmille potilaille voidaan määrätä opiaattilääkitys laastarina tai tablettina keskivahvan tai vahvan ryhmän opiaateista, jos miedommilla kipulääkkeillä ei saada riittävää apua potilaan kipuun. Alkuvaiheessa 2-3 vrk lepo voi olla tarpeen, mutta pitempi lepo voi pahentaa osteoporoosia. Tehokkaan kipulääkityksen eräs tarkoitus on auttaa potilas liikkeelle, jotta immobilisaation haitat eivät pääse kasvamaan liian suuriksi.

Lääkkeetön hoito

Osteoporoottisen murtuman jälkeisen kuntoutuksen tavoitteena on toimintakyvyn säilyttäminen ja palauttaminen entiselle tasolle, ryhtimuutosten estäminen, nivelten liikelajuuksien säilyttäminen, kivun vähentäminen.

Kuntoutuksessa korostuvat apuvälineitten arviointi ja käyttäminen tarpeen mukaan, kivun hoito fysioterapian eri keinojen avulla (TNS) ja toimintakyvyn palauttaminen.

Kaatumisherkillä iäkkäämmillä potilailla on saatu hyviä tuloksia sekä murtumien ennaltaehkäisyssä että lonkkamurtumapotilailla uusien vammojen estämisessä lonkkasuojaimista ja turvahousuista. Asiasta on vankkaa tieteellistä tutkimusnäyttöä.

Vähitellen voidaan kuntoutusohjelmaa asteittain muuttaa tehokkaammaksi ja nostaa rasiustasoa.

Lopuksi

Viime vuosina on myös tutkittu osteoporoosin hoidon kannattavuutta terveystaloudellisin mittarein ja todettu että osteoporoosia kannattaa hoitaa, tutkia ja kuntouttaa. Edullisin ratkaisu yksilölle ja yhteiskunnalle on riittävä liikunta ja monipuolinen ruokavalio, riittävä kalsiumin ja D-vitamiinin saaminen kasvuiässä ja myöhemminkin.

Myös lääkehoito on todettu järkeväksi ja tulokselliseksi, vaikka tilanne vaatiikin vuosien jatkuvaa lääkehoitoa, jotta osteoporoosin vaikeutuminen kyetään estämään.

Tilanne on kuitenkin käytännön tasolla ollut sellainen, että osteoporoosiin on välttämätöntä kiinnittää huomiota, jotta myös päättäjät heräisivät sen hoitamattomuudesta seuraavaan miljardilaskuun. Sitä ei voi mitata ilman luuston tiheyttä mittaavia laitteita ja laitteista ei ole mitään hyötyä, jos ne seisovat eri terveydenhuollon yksiköissä vähäisellä käytöllä. Lääkkeet eivät ole liian kalliita suhteessa niihin säästöihin, joita niiden käytöllä saavutetaan. Osteoporoosi on kavala ja hiipivä sairaus, joka ei juuri itsestään ilmoitele. Jos ei sen suhteen ole riittävää valppautta, se pääsee yllättämään.

Kyse on pitkään ollut myös terveydenhuollon sisällä vanhentuneista asenteista, kapeakatseisuudesta, matalaot-saisuudesta, välinpitämättömyydestä, näköalattomuudesta ja byrokraattisuudesta. Kaikkia näitä asioita tulisi muuttaa ja voi muuttaa. Asenteet ovat itseasiassa jo muuttuneet ja muuttumassa.

Sallikaamme siis itsellemme seuraava ajatusvaihtoehto: 44-vuotias nainen saa rannemurtuman, joka hoidetaan hyvin päivystysyksikössä. Seuraavana päivänä hän pääsee luuston tiheysmittaukseen, osteoporoosi todetaan ja saa lääkäriltä sekä osteoporoosihoidtajalta asianmukaisen neuvonnan, minkä lisäksi aloitetaan lääkehoito. Viikon päästä hän aloittaa fysioterapeutin vetämässä liikuntaryhmässä. Seuraavan kahdenkymmenenviiden vuoden aikana hänellä ei ole uusia osteoporoottisia murtumia. Onko tämä teoriassa ja käytännössä mahdollista tulevaisuuden Suomessa?

Kirjallisuutta:

Osteoporoosin hoitosuositusryhmä. Duodecim 2000; 16;1772-1788
Jari Arokoski et al.; Osteoporoosin lääkkeetön ehkäisy ja hoito, Suomen Lääkärilehti 21-22/2001 vsk 56 sivut 2391-2396
Marianne Kyrklund; Virtaa Naisen arkeen, WSOY 2003

Markus Metsäranta OMT-erik.
Oulun Fysio Oy
Koulukatu 17, 90100 OULU

Referaatti

Artikkeli: Cost effectiveness of physiotherapy, manual therapy, and general practitioner care for neck pain: economic evaluation alongside a randomised controlled trial.

Lähde: BMJ volume 362, 26 april 2003.

Tutkimuksen tarkoituksena on vertailla kustannustehokkuutta fysioterapian, manuaalisen terapian ja yleislääkärin antaman hoidon välillä niskakipuisten potilaiden hoidossa. Vaikka oireet eivät ole vakavia, ne aiheuttavat kipua ja jäykkyyttä. Lisääntyneen terveydenhuoltopalvelujen käytön aiheuttamat kustannukset on arvioitu 540 € vuodessa niskakipuista kohden (NL). Tästä syystä on syytä tehdä laadukas tutkimus kustannustehokkaimman hoitomuodon selvittämiseksi.

Tutkimuksessa 42 yleislääkärinä valitsi potilaita tutkimukseen vuosina 1997-1998. Potilaat jaettiin satunnaistetusti kolmeen ryhmään. Valintakriteereinä pidettiin vähintään 2vk kestänyttä niskakipua ja 18-70 vuoden ikää. Poissulkukriteereinä olivat viimeisen 6kk aikana annettu fysioterapia tai manuaalinen terapia, niskan alueen leikkaus ja spesifisti määritelty niskakipu kuten kasvaimet, tulehdus ja murtumat. Jokainen hoitomuoto suoritettiin potilaan tarpeiden

mukaan ja aikaisempaa lääkitystä jatkettiin. Tutkittavat pitivät päiväkirjaa hoidon aiheuttamista kustannuksista ja muista niskakivun aiheuttamista kustannuksista (lääkkeet, matkakulut, sairaalakulut jne).

Manuaalinen terapia sisälsi lihasten käsittelyä, nivelten spesifiä mobilisointia ja koordinaatiota parantavia tai stabiloivia harjoitteita. Manipulaatiota ei tässä tutkimuksessa manuaalisessa terapiassa käytetty. Hoitoaika oli 45 min kerran viikossa enintään 6 hoitokertaa. Fysioterapia sisälsi yksilöllistä harjoitusterapiaa, venyttelyä ja toiminnallisia harjoitteita. Hieronta ja manuaalinen traktio olivat käytettävissä tarvittaessa. Hoitoaika oli 30 min enintään 12 hoitokertaa. Lääkärin hoito sisälsi normaalin lääkärikäynnin, jossa annettiin ohjeita itsehoitoon ja ergonomiaan. Mikäli tarpeellista lääkityksenä oli tarvittaessa NSAID tai parasetamoli. Tarvittaessa 10min seurantakäynnit suoritettiin kahden viikon välein.

Kliiniset tulokset arvioitiin toipumisen, kivun voimakkuuden ja toiminnallisuuden perusteella. Potilaat arvioivat

Taulukko 1

Jatkuu seuraavalla sivulla...

Hoitomuotojen vertailua eri osa-alueilla				
	Reseptilääkkeiden käyttö 52vk seurannassa	poissaolot ansiotyöstä (suluisissa palkaton työ)	toipuneita 7vk seurannassa	kaikki niskakivun aiheuttamat kustannukset
manuaalinen terapia	22/60;37%	9/60 (11/60)	68%	447 €
fysioterapia	23/59;39%	12/59 (18/59)	51%	1297 €
lääkärin hoito	41/64;64%	15/64 (15/64)	36%	1379 €

Referaatti...

tilan 6 portaan jaottelulla ”oireeton - selvästi pahempi” -asteilolla. Hoitoa pidettiin onnistuneena potilaan arvioissa ”oireeton tai selvästi parempi”. Kipua mitattiin 11 portaan asteikolla ja toimintakykyä neck disability index -mittarilla. Seuranta toteutettiin 52 viikon kuluttua. Tutkitavat pitivät kustannuspäiväkirjaa koko 52vk ajan kaikista niskakipuun liittyneistä kuluista.

Tulokset: 183 potilasta satunnaistettiin ja manuaalista terapiaa sai 60 henkilöä, fysioterapiaa 59 henkilöä ja lääkärin hoitoa 64 henkilöä. Lopullisessa tutkimuksessa oli mukana 178 henkilöä (97%). Manuaalinen terapia oli kaikista kustannustehokkain hoitomuoto. Toipumisprosentit olivat 7 viikon jälkeen 68%, 51% ja 36%. Vielä 26 viikon seurannassa manuaalisen terapian ja fysioterapian hoitotulokset olivat merkitsevästi paremmat verrattuna lääkärin hoitoon. 52 viikon seurannassa ei merkitsevää eroa hoitomuotojen välillä ollut.

Erot kivun määrässä olivat melko pienet, mutta tilastollisesti merkitsevä ero syntyi manuaalisen terapian ja fysioterapian välille. Neck disability index -tuloksissa oli manuaalisella terapialla hieman paremmat tulokset, mutta tilastollisesti merkitsevää eroa ei syntynyt. Lieviä lyhytkeskoisia komplikaatioita kuten päänsärkyä, kipua ja pistelyä yläraajoissa sekä huimausta esiintyi useammin manuaalisen terapian ja fysioterapian ryhmissä verrattuna lääkärin hoidossa olevaan ryhmään. Yksitoista henkilöä (18%) manuaalisen terapian ryhmästä ilmoitti kivun lisääntyneen hoidon jälkeen tilapäisesti.

Johtopäätöksenä voidaan pitää että manuaalinen terapia on tutkituista hoitomuodoista kustannustehokkain. Kokonaiskustannukset ovat vain kolmannes verrattuna fysioterapiaan tai lääkärin hoitoon. Lisäksi 7 ja 26 viikon seurannassa huomataan manuaalisen terapian vaikuttavan nopeammin verrattuna fysioterapiaan tai lääkärin hoitoon. Alla olevassa taulukossa 1 on tehty poimintoja eri vertailun kohteena olevista asioista.

Perinteinen SOMTY:n laivaristeily

Helsinki - Tukholma - Helsinki
Silja Serenade
ke 19. - pe 21.5.2004

Kurssin sisältö:

- 1-päivä: nilkan kiputilat ja keskeiset toiminnalliset häiriöt ja niiden fysioterapia.
- 2-päivä: ranteen ja sormien kiputilat ja keskeiset toiminnalliset häiriöt ja niiden fysioterapia.
- Opettajina: Tiina Lahtinen-Suopanki ja Jouko Heiskanen
- Kurssin hinta: 249 euroa sisältäen matkat jaetus 2 h-tytissä (Turisti 1) ja ateriat, yhden hengen tytistä lisämaksu 97 euroa.

Lisätietoa SOMTY:n toimistosta puh. (03) 273 1320

Koulutuspäivien johtajat:

SMLY ry:n puheenjohtaja
Olavi Airaksinen, dosentti, Kuopio
e-mail: olavi.airaksinen@kuh.fi

SOMTY ry:n puheenjohtaja
Maarit Keskinen, ft OMT, Seinäjoki
e-mail: maarit.keskinen@pp.inet.fi

Yhteyshenkilöt:

SMLY ry:n varapuheenjohtaja
Nils Kyrklund
e-mail: kyrklund@manualexperts.fimnet.fi

SOMTY ry:n varapuheenjohtaja
Olli Aranko, ft OMT, Helsinki
e-mail: olli.aranko@omt.org

Ilmoittautuminen:

SOMTY ry/Tarja Salonen
Suvantokatu 1 E , 33100 Tampere
Puh./fax (03) 273 1320, e-mail: omt-somty@omt.org

Kurssimaksu:

Jäsenet

165 euroa ilmoittautuminen 14.10.2003 ja maksu 28.10.2003 mennessä
195 euroa ilmoittautuminen 15.10.2003 jälkeen

Ei-jäsenet

275 euroa ilmoittautuminen 14.10.2003 ja maksu 28.10.2003 mennessä
305 euroa ilmoittautuminen 15.10.2003 jälkeen

Opiskelijat saavat 50 % alennuksen osallistumismaksusta (kiintiö on 30 henkilöä).

Opintopäivien osallistumismaksun voit maksaa myös luottokortilla. Ota yhteys SOMTY:n toimistoon.

Illalliskortti 15 euroa sisältää alkumaljan ja kolmen ruokalajin illallisen, paikkoja 350 henkilölle.

Peruutusehdot

29.10.2003 mennessä tehtyjen peruutusten maksut palautamme kokonaan, paitsi 30 euroa pidätämme käsittelykuluina. 7.11.2003 jälkeen tehdyistä peruutuksista ei maksua palauteta.

Majoitus:

Majoitusvaraukset 20.10.2003 mennessä, majoituskiintiöt koodilla SOMTY

Sokos Hotel Ilves, Hatanpäänvaltatie 1, puh. 020 1234 631. Hinta 98 euroa/huone 1–2 henkilöä (kiintiö 230 huonetta). S-etukortilla hinta on 89 euroa/huone.

Sokos Hotel Tammer, Satakunnankatu 13, puh. 020 1234 632. Hinta 75 euroa/huone 1–2 henkilöä. (kiintiö 10 huonetta).

Sokos Hotel Villa, Sumeliuksenkatu 14, puh. 020 1234 633. Hinta 71 euroa/huone 1–2 henkilöä (kiintiö 30 huonetta).

Ramada Hotel Tampere, Yliopistonkatu 44, puh. (03) 245 5111. Hinta 87 euroa 2-hengen huone ja 76 euroa 1-hengen huone (kiintiö 30 huonetta).

21.-22.11.2003
Tampere-talo
Yliopistonkatu 55, Tampere

Somty ry:n ja SMLY:n

Syysopintopäivät

Teema: Polvi

22.11.2003 perjantai

- 9.15 – 10.00 Rekisteröinti ja ilmoittautuminen
10.00 – 10.15 Avaus
Maarit Keskinen, SOMTY ry ja **Olavi Airaksinen**, SMLY ry
- Session puheenjohtaja: Ylilääkäri **Timo Rousi**,
Kanta-Hämeen keskussairaala
- 10.15 – 10.45 Polvikipu –taustaa
10.45 – 12.00 Polvipotilaan tutkimus vastaanotolla – miten testit valitaan?
Ortopedi **Jukka Kettunen**, KYS
Polvipotilaan tutkiminen
Mikael Falck ft, OMT, OMT Keskus
- 12.00 – 13.30 Näyttelyyn tutustuminen ja lounas
13.30 – 14.20 Millaisia kuvia polvipotilaasta – natiivi – UÄ vai MRI?
14.20 – 15.00 Urheilijan polvikipu
Ortopedi, dosentti **Hannu Miettinen**, KYS
Urheilijan polvikivut
Juha Koistinen, ft, OMT
- 15.00 – 15.45 Näyttelyyn tutustuminen ja kahvi
15.45 – 16.30 Nivelrikko – miten se syntyy?
Dosentti **Jari Arokoski**
- 16.30 – 17.15 Polvivaivojen hoitolinjauksia: lääkkeitä – harjoitteluun
Dos. **Olavi Airaksinen**
- 17.15 – 17.30 Päivän päätös
17.30 – 18.15 SMLY ry ja SOMTY ry vuosikokoukset
20.00 – Iltajuhla, Tampere-talo

23.11.2003 lauantai

- Session puheenjohtaja: **Maarit Keskinen**, SOMTY ry
- 9.15 – 10.00 Rustosiirteet – uutta helpotusta polvivammoihin?
10.00 – 10.45 Polven harjoittaminen vesiolosuhteissa
Tapani Pöyhönen, TfT, ft, liikuntafysiologi, Kymenlaakson keskussairaala
- 10.45 – 12.15 Näyttelyyn tutustuminen ja lounas
12.15 – 12.45 Polven artroskopiakirurgian menetelmät
Ortopedi **Jan Lassus**
- 12.45 – 13.30 ACL, postopatiivinen fysioterapia ja laksiteettimittaukset
Anu Kivinen, ft, Sairaala Orton
- 13.30 – 14.30 Näyttelyyn tutustuminen ja kahvi
14.30 – 15.15 Komplisoitunut polvikipu – CRPS ja vaikean polvikivun hoito
Jukka-Pekka Kouri, fysiatri, Sairaala Orton
- 15.15 – 16.00 Fysioterapian keinot pitkittyneessä polvikivussa
Tiina Lahtinen-Suopanki, ft, OMT, Sairaala Orton
- 16.00 – 16.15 Yleiskeskustelu ja päätös

SOMTY ry kurssikalenteri 2003

C2/C3

Selkärangan manuaalisen tutkimisen ja hoidon
jatkokurssi, Tampere

I-osio.....5.-6.9.

II-osio26.-27.9.

III-osio.....24.-26.10.

Kliininen päättely ja fysioterapeuttinen erotusdiagnostiikka rankaongelmissa

Helsinki

I-osio.....19.-20.9.

II-osio28.-29.11.

CM

Craniomandibulaarikurssi, Tampere3.-5.10.

E-Sup

Hartiarenkaan ja yläraajojen nivelten
tutkimisen ja hoidon kurssi9.-11.10.

Shaklock Michael, alaraajakurssi

Helsinki, Orton.....11.-12.10.

Shaklock Michael, yläraaja

Helsinki, Stadia13.-14.10.

NKM II

Neuraalikudoksen mobilisointi jatkokurssi
Tampere7.-8.11.

NKM I

Neuraalikudoksen mobilisointi peruskurssi
Helsinki, Stadia14.-15.11.

Syysopintopäivät

Tampere21.-22.11.

Post-congres, Manipulaatiotaitojen harjoittelupäivä

OMT-fysioterapeuteille
Tampere23.11.

SOMTY ry kurssikalenteri 2004

C1/C2

Selkärangan manuaalisen tutkimisen ja hoidon
peruskurssi, Tampere

I-osio.....22.-24.1.

II-osio27.-28.2.

III-osio.....25.-27.3.

NKM I

Neuraalikudoksen mobilisointi peruskurssi
Tampere.....30.-31.1.

NKM I

Neuraalikudoksen mobilisointi peruskurssi
Tampere.....5.-6.3.

E-inf

Lantion ja alaraajojen nivelten tutkimisen ja
hoidon kurssi, Tampere11.-13.3.

NPF

Neuropatofysiologian perusteet, Tampere.....17.4.

NKM II

Neuraalikudoksen mobilisointi jatkokurssi
Tampere.....23.-24.4.

E-Sup

Hartiarenkaan ja yläraajojen nivelten
tutkimisen ja hoidon kurssi13.-15.5.

Maitlandin perusteet fysioterapeuteille

Tampere.....16.-18.5.

Maitlandin jatkokurssi

Tampere.....19.-21.5

C2/C3

Selkärangan manuaalisen tutkimisen ja hoidon
jatkokurssi, Tampere

I-osio.....27.-28.8.

II-osio24.-25.9.

III-osio.....22.-23.10.

C1/C2

Selkärangan manuaalisen tutkimisen ja hoidon
peruskurssi, Tampere

I-osio.....16.-18.9.

II-osio15.16.10.

III-osio.....25.-27.11.

NKM I

Neuraalikudoksen mobilisointi peruskurssi
Tampere.....3.-4.9.

CM

Craniomandibulaarikurssi, Tampere1.-3.10.

NKM II

Neuraalikudoksen mobilisointi jatkokurssi, Tampere
8.-9.10.

Syysopintopäivät

Tampere.....19.-20.11.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset:

SOMTY r.y./Tarja Salonen
Suvantokatu 1 E, 33100 Tampere
Puh/Fax (03) 273 1320. E-mail: omt-somty@omt.org.
Internet: <http://www.omt.org>

Hinnat:

1 päivä134,20 euroa
2 päivää268,40 euroa
3 päivää402,60 euroa
C1/C2-kurssi 8 päivää1073,60 euroa
C2/C3-kurssi 6 päivää805,20 euroa
Maitland kurssi.....439,20 euroa
Shaklockin kurssi298,90 euroa

Faktaa ja fiktiota WCPT:n Barcelonan kongressista 7. – 12.6. 2003

Faktaa

Neljästoista ja suurin tähänastisista fysioterapian maailman kongresseista. Yli 3000 osallistujaa, joista suomalaisia 158. 2483 esitystä (postereineen) ja näistä 1836 tieteellistä tutkimusraporttia, 125 näytteilleasettajaa, mahtavassa, suuren taiteen ja kulttuurin 1,6 miljoonan asukkaan kaupungissa, yli 30 asteen helteissä.

Kuuden päivän ohjelma oli täynnä valinnan vaikeutta. Mielenkiintoiset kutsuesitykset (key presenters), paneelikeskustelut, symposiumit, workshopit ja erityisaihealueesitykset menivät ajallisesti päällekkäin. Aihealueet oli jaettu kattamaan koko fysioterapia koulutuksesta fysioterapian erityisalueisiin.

Tärkeinä, ajankohtaisina aiheina käsiteltiin esimerkiksi fysioterapian globalisaatiota, näyttöön perustuvaa käytäntöä, selkäkipua biopsykososiaalisena lähestymisenä, motorista oppimista, ikääntyvien tasapainoa, etiikkaa humanitaarisesta näkökulmasta ja kliinisen koulutuksen ja ohjauksen kehittämistä. Intressit, kehittämistarpeet ja ongelmat olivat maailmanlaajuisesti yhteisessä tarkastelussa. Eri maiden terveyst- ja koulutuspolitiikan sekä kulttuurien erot värittivät keskusteluja mielenkiintoisesti.

WHO:n International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) oli useassa eri esityksessä käsitellyssä. Suosituksia ja esimerkkejä kyseisen luokituksen käytöstä esitettiin sekä koulutuksen opetussuunnitelmaa että kliinistä työskentelyä ohjaavaksi kehykseksi tai malliksi (Paradigma for Physical Therapy). Tämä malli mahdollistaisi myös yhteisen kielen moniammatilliselle yhteistyölle.

Fysioterapian koulutuskeskusteluissa yhteisenä pohdinnan aiheena oli korkeakoulupedagogiikan tuomat muutokset ja vaateet opiskelijoiden kliinisen opiskelun ohjaukseen.

Opiskelijoiden yksilöllisessä ohjauksessa käytännön

työelämässä toimivilla ohjaajilla on yhä suuremmat haasteet. Opiskelijoiden yksilöllinen ohjaus edellyttää ohjaajalta paitsi sisällöllistä asiantuntijuutta niin myös koulutuksen hyvää tuntemusta ja hyviä ohjaustaitoja. Yhteistyö koulun ja työelämän välillä nähtiin ensisijaisen tärkeänä koulutusta kehitettäessä ja toteutettaessa ja tähän työhön pitäisi varata asianmukaiset resurssit.

Ammatillisen kelpoisuuden säilyttämisen edellytykset ja vaatimus jatkuvaan kouluttautumiseen oli esillä alkaen jo Espanjan fysioterapeuttiliiton puheenjohtaja Santos Sastren tervetulo puheesta: Fysioterapeuteilla on moraalinen velvollisuus jatkuvaan kouluttautumiseen. Velvollisuutemme on tarjota parasta mahdollista ammattitaitoa palvelujemme käyttäjille ja se edellyttää oman ammattitaidon jatkuvaa tarkistamista ja kehittämistä. Esimerkiksi Iso-Britanniassa ja Hollannissa on jo siirrytty fysioterapeuttien ammattitaidon akkreditointiin säännöllisin väliajoin.

WCPT:n puheenjohtaja Sandra Moore muistutti avoimuuden ja tiedon jakamisen merkityksestä fysioterapiaa kehitettäessä kansallisesti mutta myös kansainvälisesti. Tarvitaan yhteistä keskustelua valintojen ja päätöksenteon tueksi. Tarvitaan ammatillista rohkeutta, tervettä ylpeyttä ja sekä laajaa että spesifiä osaamista. Eroja saa ja tuleekin olla, jotta ammattikäytännöt soveltuvat kunkin maan terveydenhuollon erityistarpeisiin ja toiminnan edellytyksiin.

Fiktiota

Kuvitelma siitä, mikä omalta osaltani olisi voinut mennä paremmin eli ohjeet seuraavaan kongressiin:

1. Tulosta kongressiohjelma netistä etukäteen ja järjestä aikaa etukäteisvalintojen tekemiseen.
2. Suosi valinnoissa kutsuluennointisijoiden (key presenters) esityksiä, symposiumeja, paneelikeskusteluja ja

Jatkuu seuraavalla sivulla...

Kipuseminaari Tampereella 20.11.2003

Suomen Fysioterapeuttiliitto ja Somty ry järjestävät yhteistyössä koulutustilaisuuden kivusta. Koulutus on tarkoitettu kaikille aiheesta kiinnostuneille.

Paikka: Pirkanmaan ammattikorkeakoulu (auditorio), Kuntokatu 4, Tampere

Ohjelma

Puheenjohtajana Maarit Keskinen

- 8.30 Ilmoittautuminen ja aamukahvi
- 9.30 Tilaisuuden avaus
- 9.45 Kivun neurofysiologinen tausta, luennoitsija avoin
- 10.30 Krooninen kipu, ft Petteri Koho
- 11.15 Neurologisen potilaan kipu, ft Maija-Liisa Vuento-Lammi,
- 12.00 Selkäkipu, luennoitsija avoin
- 12.30 Lounas
- 13.30 Fibromyalgia ja kipu, ft, fysiatr Sisko Ronni
- 14.00 Lasten kipu, Lt Marja Michelsson
- 14.30 Kahvi
- 15.00 Kivun psykologiaa, psykologi Seija Heikkonen
- 15.45 Tauko
- 16.00 Edellinen teema jatkuu
- 16.45 Hyvää kotimatkaa

Kirjalliset ilmoittautumiset Suomen Ortopedisen Manuaalisen Terapian yhdistys, Suvantokatu 1 E, 33100 Tampere tai omt-somty@omt.org tai www.omt.org.

Koulutuksen hinta on 110 €, kun ilmoittaudut 31.10 mennessä ja 130 €, kun ilmoittaudut 3.11. jälkeen. Päätoimisten opiskelijoiden, työttömien, eläkeläisten ja hoitovapaalla olevien hinnat ovat 70 € / 90 €. Alv 0 %. Koulutusmaksusta lähetetään lasku. Hinnat sisältävät ohjelmassa mainitut kahvit, lounaan ja luentomateriaalin.

Lisätietoja:

Tarja Salonen, e-mail: somty.sihteeri@omt.org, puh. (03) 273 1320 tai

Tuula Kuvaja, e-mail: tuula.kuvaja@fysioterapeuttiliitto, puh. (09) 8770 4715

IFOMT-kongressimatka Etelä-Afrikkaan 19.3. – 4.4.2004

Matkan hinta EUR 2725,- hengeltä jaetussa kahden hengen huoneessa ja EUR 3475,-yhden huoneessa. Hinnat perustuvat vähintään 15 hengen ryhmäkokoontoon ja tällä hetkellä voimassa oleviin tariffeihin ja valuuttakursseihin. Lisäksi tulevat lentoverot, jotka mainitulla reitillä ovat tällä hetkellä EUR 98.

Hintoihin sisältyvät

- lennot reittikoneilla turistiluokassa
- lentokenttäkuljetukset
- majoitus mainituissa tai vastaavissa hotelleissa
- päivittäinen aamiainen ja kaksi illallista
- ohjelmanmukaiset kuljetukset
- paikallisten englanninkielisten edustajiemme palvelut.

Hintoihin eivät sisälly

- kuljetukset kongressipaikalle.
- Lennot on vahvistettu 20 hengelle. Maajärjestelyjä ei ole vielä varattu, mutta koska kyseessä on kongressi, suosittelemme ainakin Kapkaupungin hotellihuoneiden varaamista ensi tilassa.

Ystävällisin terveisin,

Suomi-Seuran Matkat

Tiedustelut ja ilmoittautumiset SOMTY ry:n toimistoon puh. (03) 273 1320

Faktaa ja fiktiota WCPT:n Barcelonan kongressista...

- workshoppeja sillä sisältöjä näistä et saa kirjallisena jälkikäteen. Muiden esitysten abstraktit voit lukea jälkeensäpäinkin.
3. Jos olet matkalla kivassa ryhmässä niin järjestä jälki-kongressi kotimaassasi tämän ryhmän kanssa kokemusten jakamiseen.
 4. Jos mahdollista niin saavu kongressikaupunkiin jo yksi vuorokausi etukäteen ja orientoidu kongressitiloihin, esityspaikkoihin ja kulkureitteihin.
 5. Mikäli olet kohteessa ensikertaa järjestä ylimääräisiä turistipäiviä ettet joudu jakamaan itseäsi tieteelle ja

taieteelle. Kongressiin täysillä osallistuminen vaatii energiaa.

6. Hyväksytet voi saada kaikkea ja että aina on olemassa riski väärästä valinnasta but so what – huomenna kaikki voi olla jo toisin.

Seuraava WCPT:n kongressi järjestetään 1.-7.6. 2007 Vancouverissa Canadassa. Sitä ennen kuitenkin IFOMT:n kongressi Cape Townissa 21.-26.3. 2004.

Kongressiterveisin
Eira Karvonen

IFOMT-kongressimatka Etelä-Afrikkaan 19.3. – 4.4.2004

Alustava ohjelmarunko

Perjantai 19.3.

Klo 14.05 – 15.10 Finnairin lento Helsingistä Lontooseen, mistä matka jatkuu klo 20.15 kohti Etelä-Afrikkaa.

Lauantai 20.3.

Klo 09.50 saapuminen Kapkaupunkiin, majoittuminen hyvään ensimmäisen luokan Cullinan-hotelliin.

Internet: <http://cybercapetown.com/CullinanInn/>

Sunnuntai 21.3. – perjantai 26.3.

IFOMT-kongressi

Lauantai 27.3.

Tänään lähdemme ajamaan rannikkoa pitkin kohti Hermanuksen merenranta-kaupunkia ja Mosselbayta, missä majoitumme Protea Hotel Santosiin. Internet: www.proteahotels.com

Sunnuntai 28.3.

Aamiaisen jälkeen matkamme jatkuu kohti ”höyhenparonien pääkaupunkia” Oudtshoornia, missä on parhaillaan menossa jokakeväinen Arts Festival. Majoittuminen Kleinplaas Holiday Resortiin.

Internet: <http://www.gartour.com/areas/oudtshoorn/kleinplaas/>

Maanantai 29.3.

Tänään jatkamme kohti Georgea, mistä nousemme junaan ja matkaamme kauniissa rannikkomaisemissa Knysnaan. Kaupunki sijaitsee upealla paikalla laguunin ympärillä taustallaan mahtavat Outeniqua-vuoret. Majoittuminen Knysna Hollow Country Estate –hotelliin.

Internet: <http://www.knysnahollow.co.za/>

Tiistai 30.3.

Myös seuraava yöpymispaikkamme Protea Keurbooms –hotelli sijaitsee Maisemareitin varrella, vain noin 400 metriä laguunin rannasta. Plettenberg Bay on suosittu vapaa-ajanviettopaikka myös paikallisten keskuudessa. Internet: <http://www.proteahotels.com>

Keskiviikko 31.3.

Matkamme jatkuu edelleen huikeissa maisemissa Tsitsikaman luonnonpuistoon, missä majoitumme Tsitsikamma Lodgeen.

Internet: <http://www.tsitsikamma.com/>



Torstai 1.4.

Aamiaisen jälkeen ajamme Port Elizabethiin ja lennämme Johannesburgiin, mistä jatkamme bussilla Pilanesbergin luonnonpuistoon ja majoitumme puiston tuntumassa sijaitsevaan viehättävään Bakubung Game Lodgeen. Iltapäivällä teemme puistoajon ja tarkoituksenamme on tietenkin bongata ”Big Five” eli norsu, sarvikuono, leijona, leopardi ja puhveli, mutta myöskin kirahveja, apinoita ja antiloppeja. Illallisen nautimme majapaikassamme.

Internet: www.legacyhotels.co.za

Perjantai 2.4.

Aamuvirkut voivat osallistua lisämaksusta aamusafarille ja nauttia aamiaisensa vasta sen jälkeen. Hotellin ja lähellä sijaitsevan Sun Cityn välillä kulkee shuttle-bussi, joten ryhmän golfarit voivat lähteä pelaamaan ja muut tutustumaan Sun Cityn ihmeisiin. Illallinen hotellissa.

Lauantai 3.4.

Aamupäivä aikaa Pilanesbergissä. Iltapäivällä kuljetus Johannesburgin lentokentälle, mistä klo 20.45 alkaa lento kohti Eurooppaa.

Sunnuntai 4.4.

Klo 06.55 saapuminen Lontooseen ja klo 10.20 – 15.15 Finnairin lento Helsinkiin.

Miten kirjoitan tutkimusabstraktin / -tiivistelmän esimerkiksi kongressiesitykseksi?

Abstrakti on tutkimustyön pienenesitys. Se kertoo tarkasti mutta lyhyesti olennaisen tutkimuksesta, sen tarkoituksesta, tekotavasta ja tuloksista. Abstraktin pituus on n. 75-200 sanaa (yksi A4 paperi).

Tarkat kirjoitusohjeet saa julkaisu- tai esityspaikasta.

Abstraktin sisältö:

Johdanto / Introduction / Purpose

Kuvataan lyhyesti tutkimuksen tarkoitus ja hyöty (relevance).

Menetelmä / Methods

Selvitetään miten tutkimus suoritettiin, tutkimuksen kohde ja koehenkilöt, tutkimusvälineistö ja tutkimuksen kulku (milloin, missä ja miten) sekä aineiston analyysimenetelmät.

Tulokset / Results

Tulokset esitetään selkeästi ja niin, että ne antavat vastauksen tutkimusongelmiin.

Johtopäätökset / Conclusions

Pohdinnan ja johtopäätösten tulee olla tulosten mukaisia. Tässä voidaan arvioida tulosten kliinistä merkitystä ja luotettavuutta.

Abstraktin hyväksyy esitettäväksi kuhunkin tilaisuuteen tai kongressiin valittu asiantuntijaryhmä, joka arvioi ja pisteyttää abstraktin sisällön etukäteen määriteltyjen kriteerien perusteella. Yleensä arvioidaan tutkimuksen informaatioarvoa ja suorituksen johdonmukaisuutta. Onko käytetyllä tutkimusasetelmalla mahdollista saada riittävän luotettavia vastauksia esitettyihin tutkimusongelmiin. Onko aineisto analysoitu tarkoitukseen sopivalla menetelmällä ja onko tulokset esitetty selkeästi niin, että niistä saadaan vastauksia esitettyihin tutkimusongelmiin ja ovatko tuloksista tehdyt johtopäätökset oikeita. Lisäksi arvioidaan abstraktin kieliasu. Sen tulisi täyttää tieteellisen ja oikeinkirjoittamisen säännöt.

Kongressiin abstraktia voi tarjota joko suulliseen esitykseen tai julisteen (poster) muodossa. Esitysaieheet on jaettu useampaan ryhmään esimerkiksi tieteelliset tutkimukset (research reports), erityisaluereportit (special interest reports) tai jonkun aiheen audiovisuaaliset esityskäsitellyt. Monet kliinisen työn kehittämishankkeet saattavat sopia esitettäväksi erityisaluereportteina, mutta eivät kaikilta osin täytä tieteellisen tutkimuksen kriteereitä. Esitys voidaan hylätä jos sitä on tarjottu väärään aiheeseen. Pienillä otoksilla tehdyt tutkimukset voi esittää kyseisen aiheen pilottitutkimuksina, jolloin esitutkimuksen perusteella arvioidaan jatkotutkimuksen tarvetta ja tapaa. Monet koulutuksessa tehdyt opinnäytetyöt sopivat hyvin johonkin aiheeseen esitettäväksi. WCPT:n kongressissa Barcelonassa oli jo runsaasti suomalaisten fysioterapeuttien korkeatasoisia sekä suullisia että posteriesityksiä. Toivottavasti tämä suunta jatkuu ja ensi vuonna saamme kuulla ja nähdä suomalaisten fysioterapeuttien esityksiä runsaasti myös IFOMT:n kongressissa Kapkaupungissa.

Eira Karvonen

Lähteet:

Marie Donaghy, Abstract writing, work shop, WCPT Congress, Barcelona 2003.
Sirkka Hirsjärvi 1997, Tutki ja kirjoita, Kirjayhtymä.

MET (muscle energy technique)-kurssi

Varalassa 26.-28.10.2003

Opettaja: Lars Kron, Ft, OMT, osteopaatti

Tiedustelut ja ilmoittautuminen: Fysiotek

puh.: +46-(0)922-13452

e-mail: fysiotek@telia.com

iltais: 040-5450189/Ritva Angeria

Kokouskutsu

Suomen Ortopedisen Manuaalisen Terapian
Yhdistys Somty ry:n

syyskokous 2003

Aika pe 21.11.2003 klo 17.30

Paikka Tampere-talo
Yliopistonkatu 55, 33100 Tampere

Esillä sääntömääräiset asiat

Hallitus

OMT-fysioterapeutti tai lähiaikoina valmistuva,

sinulle tarjolla hyvä työpaikka Lohjalla!

Tiedustelut: Tuula Sinisalo, työfysioterapeutti
Tuula Sinisalo p. 0500-192070 tai (019) 312750

OMT-tutkinnon suorittaneet fysioterapeutit:

ALAVUS

Oikkonen Kai ft OMT
Fysiocenter, Nivelpelaajat
06-5111 677
Järviluomantie 21
63300 ALAVUS

ANJALANKOSKI

Kirtola Helena ft OMT
05-363 5584
Myllykoskentie 4
46800 ANJALANKOSKI

ESPOO

Andersson Christofer ft OMT
Leppävaaran kuntoutus
09-541 7367

Läkkisepänkuja 4 B
02600 ESPOO

Hakkarainen Tuula ft OMT
Soukan Fysioterapia
09-801 3500
Soukankuja 12
02360 ESPOO

Leskinen Jaana ft OMT
Viherlaakson Fysiosporttis Oy
09-540 4340
fax 09-5404 3440
Viherlaakson ostoskeskus
02710 ESPOO

Malmi Inka ft OMT
Revontulen Fysioterapia Oy
09-455 3595
Revontulentie 8 A-B
02100 ESPOO

Monni Erja ft OMT
Soukan Fysioterapia
09-801 3500
Soukankuja 12
02360 ESPOO

Pekkanen Maija ft OMT
Viherlaakson Fysiosporttis Oy
09-540 4340
fax 09-5404 3440
Viherlaakson ostoskeskus
02710 ESPOO

Talvitie Sirpa elv OMT
Espoon OMT-Fysioterapia
09-595 699
0500-811 682
Tornihaukantie 6
02620 ESPOO

Tienhaara Tapio ft OMT
Revontulen Fysioterapia
09-455 3595
040-730 7891
Revontulentie
02100 ESPOO
revontulen.ft@revontulenfysio-
terapia.com.fi

FORSSA

Teivainen Jukka ft OMT
Forssan Fysio
03-422 0315
Rautatienkatu 18
30420 FORSSA

HAMINA

Roimola Kirsi ft OMT
Haminan Fysioterapia
05-344 0030
Pikkuymyräkatu 24
49400 HAMINA
HAAPARANTA

Angeria Ritva ft OMT
(tutkinto suoritettu Ruotsissa)
Fysiotek
Indusrigatan 8
95334 HAPARANDA

HELSINKI

Andersson Christofer ft OMT
Mehiläinen-yhtymä:
Hakaniemen Lääkäriasema
09-709 6217
Siitasaarenk. 18 A
00530 HELSINKI

Alanko Martti ft OMT
OMT Keskus
09-341 7120
Tallinnanaukio 1 B
00930 HELSINKI
martti.alanko@omtkeskus.com

Aranko Olli ft OMT
Mehiläinen-yhtymä
Hakaniemen Lääkäriasema
09-709 6217
Siitasaarenkatu 18 A
00330 HELSINKI
olli.aranko@omt.org

Falck Mikael ft OMT
OMT Keskus
09-341 7120
Tallinnanaukio 1 B
00930 HELSINKI
mikael.falck@omtkeskus.com

Garam Sanna ft OMT
Töölön Urheilufysio Oy
09-444 760
Ruusankatu 8
00250 HELSINKI

Johansson Hannu ft OMT
OMT-Keskus
09-341 7120
fax 09-339 250
Tallinnanaukio 1
00930 HELSINKI

Karvonen Eira ft OMT
Härkälähdenkuja 9 B 6
00850 HELSINKI

Kerokoski Mika
OMT keskus
09-341 7120
Tallinnanaukio 1 B
00930 HELSINKI

Kivikangas Arja ft OMT
Mehiläinen Töölö
09-431 4446
Runeberginkatu 47 B
00260 HELSINKI
Mehiläinen Simonkenttä
09-348 540 77
Annankatu 34-36 A
00100 HELSINKI

Koho Petteri ft OMT
Kuntoutus Orton
09-4748 2789
Tenholantie 10
00280 HELSINKI
kiputoi@invalidisaatio.fi

Koistinen Juha ft OMT
Fysioterapiakeskus
OMT-klinikka Oy
09-562 3891
Laulukuja 4 A
00420 HELSINKI
Kuntoutus-Orton
09-47481
Tenholantie 10
00280 HELSINKI

Kojo Arto ft OMT
Fysioterapiakeskus
OMT-klinikka Oy
09-562 3891
Laulukuja 4 A
00420 HELSINKI

Laakkonen Jaana ft OMT
OMT Keskus Oy
09-3417 1239
Tallinnanaukio 1 B
00930 HELSINKI
jaana.laakkonen@omtkes-
kus.com

Lahtinen-Suopanki Tiina
ft OMT
Sairaala-Orton
09-474 81
Tenholantie 10
00280 HELSINKI

Lundström Staffan ft OMT
Diacor Itäkeskus
Tallinnanaukio 4 A
00930 HELSINKI
puh. (09) 7750 6350
staffan.lundstrom@diacor.fi

Paatelma Markku ft OMT
OMT-Keskus
09-341 7120
fax 09-323 9250
Tallinnanaukio 1
00930 HELSINKI

Palo Martti ft OMT
OMT Keskus
09-341 7120
Tallinnanaukio 1
00930 HELSINKI

Palo Satu ft OMT
OMT Keskus
09-341 7120
Tallinnanaukio 1 B
00930 HELSINKI
satu.palo@omtkeskus.com

Penttilä Heikki ft OMT
Lassilan Fysikaalinen
Hoitolaitos
09-562 3891
Kaupintie 13
00440 HELSINKI

Pitkämäki Keijo ft OMT
OMT Keskus
09-341 7120
Tallinnanaukio 1 B
00930 HELSINKI

Pohjola Ulla ft OMT
Diacor Alppikatu
09-7750 7000
Alppikatu 2
00530 HELSINKI

Rahko Anna-Leena ft OMT
OMT-Keskus
09-341 7120
Tallinnanaukio 1 B
00930 HELSINKI

Sarvela-Pinomaa Susanna
ft OMT
Mehiläinen Simonkenttä
Fysioterapia
09-348 54077
Annankatu 34-36 A
00100 HELSINKI

Suopanki Vesa ft OMT
Helsingin Selkä Center Oy
09-694 0611
Salomonkatu 17 A 3.krs.
00100 HELSINKI

Thomé Ghita ft OMT
Eiran sairaala/
Fysioterapian osasto
09-162 0600
Tehtaankatu 28
00150 HELSINKI
fysioterapia@eiransairaala.fi

Tohka Tapani ft OMT
BPM-Group
09-3435 8252
Kauppakartanonk. 7 A 29
00930 HELSINKI

Virtanen Tuija ft OMT
Malminkartanon Fysikaalinen
Hoitolaitos
09-531 191
Luutnantinpolku 11
00410 HELSINKI
Mehiläinen Simonkenttä
Fysioterapia
09-348 54077
Annankatu 34-36 A
00100 HELSINKI

HYVINKÄÄ

Nousiainen Tapani ft OMT
OMT-Terapia Hyvinkää
019-452 803
Koulukatu 12
05800 HYVINKÄÄ

Salminen Marjo ft OMT
Hyvinkään OMT-Terapia
019-452 803
Koulukatu 12
05820 HYVINKÄÄ

HÄMEENLINNA

Nousiainen Tapani ft OMT
Linnan fysioterapia
03-676 5200
Raatihuoneenkatu 14, 2. krs
13100 HÄMEENLINNA

ILMAJOKI

Saukko Veli-Matti ft OMT
OMT-Fysioterapia Saukko
06-424 1200
Kauppatie 13
60800 ILMAJOKI

IMATRA

Kainlauri Jari ft OMT
Imatran Manuaalinen Terapia
05-436 7466
Kotipolku 2
55120 IMATRA

Suikki Timo ft OMT
Imaatran Manuaalinen Terapia
05-436 7466
050-587 3667
Lappeentie 14
55100 IMATRA
timo.suikki@omt.org

JOENSUU

Hyvärinen Jouni ft OMT
Joensuun OMT-fysioterapia
013-220430
Rantakatu 26
80100 JOENSUU

Ratamaa Kari ft OMT
Joensuun OMT-fysioterapia
013-220430
Rantakatu 26
80100 JOENSUU

JUVA

Tiainen Matti ft OMT
015-651 320
Juvantie 7
51900 JUVA

JYVÄSKYLÄ

Halén Peter ft OMT
LIKES tutkimuskeskus
014-260 1575
fax 014-260 1591
Yliopistonkatu 20
40100 JYVÄSKYLÄ

Honkala Petri ft OMT
Keski-Suomen Liikunta-Fysio
014-444 4200
044-372 1814
Väinönkatu 6
40100 JYVÄSKYLÄ

Soanjärvi Merja ft OMT
LIKES Liikuntaklinikka
014-260 1575
fax 014-260 1591
Yliopistonkatu 20
40100 JYVÄSKYLÄ

KANGASALA

Paavilainen Pirjo ft OMT
03-364 0641
Finnentie 9 A 2
36200 KANGASALA

KEMPELE

Anttila Pekka ft OMT
Fysioiteekki
08-516 484
Liiketori 6 A
90440 KEMPELE

KERAVA

Kosonen Risto ft OMT
Keravan Lääkärikeskus
09-6808 8893
Kultasepänskatu 8
04250 KERAVA
risto.kosonen@pp3.inet.fi

KIRKKONUMMI

Andersin Gunilla elv OMT
Kirkkonummen Fysikaalinen
Hoitolaitos
09-298 7046
Seurakunnantie 2
02400 KIRKKONUMMI

KLAUKKALA

Einistö Olli ft OMT
Klaukkalan Fysikaalinen
Hoitolaitos
09-879 4660
Klaukkalantie 63
01800 KLAUKKALA

KOKKOLA

Mäkinen Marko ft OMT
Medirex Oy
06-822 3866
Kaarlelankatu 67
67100 KOKKOLA

Ritola Jukka ft OMT
Medirex Oy
06-822 3866
Kaarlelankatu 67
67100 KOKKOLA

Sinivirta-Mäkinen Susanna
ft OMT
Medirex Oy
Vapaa-aikakeskus
06-822 3866
Kaarlelankatu 67
67100 KOKKOLA

KOSKENKORVA

Saukko Veli-Matti ft OMT
OMT-Fysioterapia Saukko
06-422 9690
Ilmajoentie 1
61330 KOSKENKORVA

KOTKA

Hiltunen Juha ft OMT
Fysioterapia Ergo
05-219 7300
Keskuskatu 10 C
48100 KOTKA
juha.hiltunen@ergoselka-
klinikka.fi

Kajanto Sirpa ft OMT
Kotkan Fysikaalinen Hoitola
05-2186 359
Kirkkokatu 8 B
48100 KOTKA

Korhonen Ilkka ft OMT
Kotkan OMT-Fysio
05-212210
Kotkankatu 10
48100 KOTKA
ilkka.korhonen@omt.org

Lehtola Vesa ft OMT
Kotkan OMT-Fysio
05-212 210
Kotkankatu 10
48100 KOTKA
vesa.lehtola@omt.org

KOUVOLA

Kaksonen Anu ft OMT
Kouvolan Manuaalinen
Terapia
05-312 1656
0400-748 248
fax 05-375 3656
Kauppalankatu 19
45100 KOUVOLA

Mänttari Tuija ft OMT
Kouvolan Manuaalinen Terapia
05-312 1656
Kauppalankatu 19
45100 KOUVOLA

Parikka Jukka ft OMT
Kouvolan Manuaalinen Terapia
05-312 1656
fax 05-375 3656
Kauppalankatu 19
45100 KOUVOLA

Rönkä Irene ft OMT
Kouvolan Manuaalinen Terapia
05-312 1656
Kauppalankatu 19
45100 KOUVOLA

Rönkä Jarmo ft OMT
Kouvolan Manuaalinen Terapia
05-312 1656
Kauppalankatu 19
45100 KOUVOLA

KUOPIO

Hakulinen Pekka ft OMT
Kupion OMT-Keskus
017-265 7700
fax 017-265 7720
Vuorikatu 44
70100 KUOPIO

Hyvärinen Helena ft OMT
Kuopion OMT-keskus
017- 265 7700
Vuorikatu 44
70100 KUOPIO

Juvonen Petri ft OMT
Kuopion Ortofysio Oy
017-282 2122
Minna Canthink. 66 D
70100 KUOPIO

Parviainen Paavo ft OMT
Ortofysio
017-282 2122
Minna Canthinkatu 66 D
70100 KUOPIO

Sinisalo Olli-Pekka ft OMT
Kuopion OMT-Keskus
017-265 7700
fax 017-265 7720
Vuorikatu 44
70100 KUOPIO

Tikkanen Juha-Pekka ft OMT

LAHTI

Liinamaa Jarmo ft OMT
Lahden Fysteam
03-885 8600
Vapaudenkatu 23 B
15140 LAHTI

LAPPEENRANTA

Hankaniemi Jyrki ft OMT
Lappeenrannan OMT-Keskus
Lehmus Oy 05-544 6900
Valtakatu 34
53100 LAPPEENRANTA

Heikkinen Ari ft OMT
Lappeenrannan OMT-keskus
Lehmus Oy
Valtakatu 34
05-544 6900
53100 LAPPEENRANTA

Nousiainen Olli ft OMT
Lappeenrannan kuntoutus Oy
05-452 3522
Kauppakäytävä 4
53300 LAPPEENRANTA

Outinen Minna ft OMT
OMT-Fysioterapia Manukatti
05-415 2050
fax 05-415 2055
Snelmanninkatu 5
53100 LAPPEENRANTA

LAPUA

Juvonen Jarmo ft OMT
Lapuan kipupiste
06-437 4313
040-503 7631
Asemakatu 3
62100 LAPUA

LEMPÄÄLÄ

Laine Harri ft OMT
Sääksjärven Fysio-Piste
03-3672 662
Tampereentie 414
33880 LEMPÄÄLÄ
fysiopiste@koti.soon.fi

LOVIISA

Helske Liisa ft OMT
019-535 318
Kapteenintie 8
07920 LOVIISA

MIKKELI

Joensuu Urpo ft OMT
Etelä-Savon OMT-Fysioterapia
015-363 600
Vuorikatu 11 C
50100 MIKKELI

Juvonen Kirsi ft OMT
Mikkelin Fysioteam OMT
015-320 3838
Vilhonkatu 13
50100 MIKKELI

Oikarinen Mikko ft OMT
Etelä-Savon OMT-Fysioterapia
015-363 600
Vuorikatu 11 C
50100 MIKKELI

Pyrhönen Tapio ft OMT
Mikkelin Fysioteam OMT
015-320 3838
fax 015-163 900
Vilhonkatu 13
50100 MIKKELI

MYRSKYLÄ

Hyväkkä Sari ft OMT
Hele-Fysio
019-677 0720
Keskustie 12
07600 MYRSKYLÄ
sari.hyvakka@omt.org

MÄNTTÄ

Hyvärinen Veli-Pekka ft OMT
Mäntän FHL Oy
03-474 9306
Tehtaankatu 6
35800 MÄNTTÄ

NASTOLA

Liinamaa Jarmo ft OMT
Nastolan Kuntokeskus
03-762 1105
Muurarintie 3
15550 NASTOLA

NOKIA

Hilksa Marjo elv OMT
Fysioterapia
Pirkko Honkonen Oy
03-341 0739
Kauppakatu 1-3
37100 NOKIA
marjo.hilksa@tammer-tutka.fi

Palmi Jukka ft OMT
Kuntofysio
03-341 1117
Pirkkalaistori 1
37100 NOKIA

NUMMELA

Eklundh Marina ft OMT
Nummellan Fysikaalinen
Hoitolaitos
09-222 1054
Vihdintie 3
03100 NUMMELA

Havulinna Virve ft OMT
Nummellan Fysikaalinen
Hoitolaitos
09- 222 1054
Vihdintie 3
03100 NUMMELA

NURMIJÄRVI

Heiskanen Juhani elv OMT
Nurmijärven terveystakeskus
työterveyshuolto
09-2500 3368
Rajamäentie 9 C
01900 NURMIJÄRVI
juhani.heiskanen@nurmijarvi.fi

ORIVESI

Koli Jarmo ft OMT
Fysioterapiakesk. Oriflex Oy
03-335 7121
fax 03-335 7170
Kenkäkuja 1
35300 ORIVESI

OULU

Anttila Pekka ft OMT
Fysioiteekki
08-335 505
Rantakastellintie 4 B 1
90230 OULU

Ojala Tapio ft OMT
Lääkärikeskus Botnia
08-323 2400
fax 08-323 2401
Kauppurienkatu 27
90100 OULU
tapio.ojala@kolumbus.fi

PARAINEN

Lehtonen Liisa ft OMT
Paraisten Fysioterapia
puh/fax 02-4585119
Rantatie 8
21600 PARAINEN

PORI

Hilksa Marjo elv OMT
Tutkimuslaitos Ergos
02-641 4550
Eteläkauppatori 4 A
28100 PORI
marjo.hilksa@tammer-tutka.fi

Marila Teemu ft OMT
Tutkimuslaitos Ergos
02-641 4550
Eteläkauppatori 4 A
28100 PORI

PORVOO

Paloheimo Risto ft OMT
Porvoon Manuaalinen Terapia
019-523 0131
Rauhankatu 25 B
06100 PORVOO

RAISIO

Lehtonen Liisa ft OMT
Fysicos Ky
puh/fax 02-437 3303
Uintikeskus Ulpuikka
Eeronkuja 5
21200 RAISIO

RISTIINA

Juvonen Kirsi ft OMT
Ristiinan Fysikaalinen
hoitolaitos
015-458 042
Braahentie 10
52300 RISTIINA

Pyrhönen Tapio ft OMT
Ristiinan Fysikaalinen
hoitolaitos
015-458 042
Braahentie 10
52300 RISTIINA

ROVANIEMI

Hyvärinen Tuija ft OMT
Rovaniemen
OMT-Fysioterapia Oy
016-342 0911
Kansankatu 8
96100 ROVANIEMI

Peteri Matti ft OMT
Kunto-Apu
016-3422 220
Vartiokatu 9 A
96100 ROVANIEMI

Soudunsaari Seija ft OMT
Rovaniemen
OMT-Fysioterapia Oy
016-342 0911
Kansankatu 8
96100 ROVANIEMI

SALO

Niemi Kari ft OMT
OMT Fysiosyke
02-730 0511
040-7536605
Turuntie 1
24100 SALO
kari.niemi@omt.org

Tammelin Juha ft OMT
OMT Fysiosyke
02-730 0511
0400-789 738
Turuntie 1
24100 SALO
juha.tammelin@omt.org

SAVONLINNA

Koskeli Asko ft OMT
Savonlinnan Manuaalinen
Fysioterapia, OMT
015-515 967
Olavinkatu 53
57100 SAVONLINNA

Suomalainen Jukka ft OMT
Savonlinnan Manuaalinen
Fysioterapia
015-515 967
Olavinkatu 53
57100 SAVONLINNA

Torvelainen Arto ft OMT
Savonlinnan Manuaalinen
Fysioterapia, OMT
015-515 967
Olavinkatu 53
57100 SAVONLINNA

SEINÄJOKI

Keskinen Maarit ft OMT
OMT-Fysioterapia Saukko
06-421 9800
Vapaudentie 28-30
60100 SEINÄJOKI
maarit.keskinen@pp.inet.fi

Saukko Veli-Matti ft OMT
OMT-Fysioterapia Saukko
06-421 9800
Vapaudentie 28-30
60100 SEINÄJOKI

SIUNTIO

Henriksson Maria ft OMT
Siuntion Kuntoutumiskeskus
02570 SIUNTIO KKO
TAMMISAARI

Henriksson Maria ft OMT
Lääkärikeskus Medek
019-246 2700
Asematie 1
10600 TAMMISAARI

TAMPERE

Haanpää Antti ft OMT
Treen OMT-Keskus Oy
03-223 5566
fax 03-223 5567
Aleksiskivenkatu 18
33210 TAMPERE

Halonen Mika ft OMT
Tampereen OMT-Keskus Oy
03-2235566
Aleksiskivenkatu 18
33210 TAMPERE

Hilksa Marjo elv OMT
Tammer-Tutka Oy
03-3399 3400
Hämeenkatu 18
33200 TAMPERE
marjo.hilksa@tammer-tutka.fi

Kinnunen Jaana ft OMT
Kunto-Fysio Oy
03-214 2525
fax 03-214 9975
Tullikatu 6
33100 TAMPERE

Nuutila Jouko ft OMT
Treen OMT-Keskus Oy
03-223 5566
fax 03-223 5567

Aleksiskivenkatu 18
33210 TAMPERE

Palmi Jukka ft OMT
Tampereen OMT-Keskus Oy
03-223 5566
Aleksiskivenkatu 18
33210 TAMPERE

Rantamäki Arto ft OMT
Fysikaalinen hoitolaitos
GoGo klinikka
03-222 1322
Hämeenpuisto 47
33200 TAMPERE

TORNIO

Lievonen Ritva ft OMT
Tornion Fysio Center Oy
0400-681 839
016-480 582
fax 016-480 586
Laivurinkatu 10
95400 TORNIO
fysio-center@co.inet.fi

TURKU

Jokela Arto ft OMT
Turun OMT-fysioterapia
040-571 3648
Rauhankatu 4
20100 TURKU

Vahtera Olli ft OMT
02-230 6266
040-504 4058
Rauhankatu 4
20100 TURKU

TUUSULA

Kosonen Risto ft OMT
Tuusulan lääkärikeskus
09-274 6580
Kauppatie 13
04300 TUUSULA
risto.kosonen@pp3.inet.fi

VARKAUS

Nyysönen Pirjo ft OMT
Medifys Oy
017-552 7747
Pirnankatu 4
Forum
78200 VARKAUS
pirjo.nyysonen@omt.org

VANTAA

Andersson Christofer ft OMT
Air Port Lääkäriasema
09-5424 5600
Lentäjätie 1 E, 6. kerros
01530 VANTAA
Kielotien Lääkäriasema
09-873 031
Kielotie 7 A
01300 VANTAA

Aranko Olli ft OMT
Kielotien Lääkäriasema
09-873 0684
Kielotie 7 B
01300 VANTAA
olli.aranko@omt.org

Peltola Jouni ft OMT
Kielotien lääkäriasema
09-873 0684
Kielotie 7 B
01300 VANTAA
Mehiläinen Oy
050-525 4462
Kielotie 7 B
01300 VANTAA
jouni-peltola@jp-fysio.inet.fi

Veijola Barbro ft OMT
Myrmyäen Fysikaalinen
Kuntoasema
09-566 5043
fax. 09-566 5161
Jönsaksentie 6 A
01600 VANTAA
Tikkurilan Fysikaalinen
Kuntoasema
09-873 5860
fax.09-876 9737
Unikkotie 5 a B
01300 VANTAA
Fysioterapia Kolehmainen Ky
09-855 5482
Vapaalantie 2 a 14
01650 VANTAA

Virtanen Tuija ft OMT
Myyr-Fysio Ky
09-530 8700
Liesikuja 4
01600 VANTAA

YLÄNE

Jokela Arto ft OMT
Yläneen Kuntoutus OMT
040-571 3648
Koulutie 4 A
21900 YLÄNE

**OMT-tutkinnon
suorittaneet lääkärit:**

LAHTI

Lähde Vesa laill.lääkäri OMT
Lahden Fysteam
040-563 5163
03-885 8600
Vapaudenkatu 23 B
15140 LAHTI

**Ilmoitathan muuttuneet tiedot mahdollisimman
pian SOMTY ry:n toimistoon. Puh. (03) 273 1320**

MSD 4-väri-ilmoitus 1/1
Aineisto Manuaalista 2/03 sivu 2, ellei uutta
aineistoa toimiteta

Orion 4-väri-ilmoitus 1/1
Aineisto Manuaalista 2/03 takakansi, ellei uutta
aineistoa toimiteta