

Lantionpohjan fysioterapian ABC 15.-16.1.2021

Kouluttajina lantionpohjan fysioterapeutit Paula Heiskanen, Reetta Lähderinne ja Jaana Tervo

Järjestäjä: Pohjois-Savon Fysioterapeutit ry ja Suomen Lantionpohjan Fysioterapeutit ry.

Koulutus on tarkoitettu yllä olevien yhdistysten jäsenille

Hinta: 400 euroa.

Koulutuksen tarkoitus on antaa osallistujalle perustason valmiudet tutkia, hoitaa ja ohjata potilasta/asiakasta lantionpohjan toimintahäiriöissä. Sisällön pääpainotus on tietämyksen lisääminen lantionpohjan toimintahäiriöiden ennaltaehkäisyssä ja varhaisessa puuttumisessa.

Päivä 1

08.45–09.15 Aamun avaus, hedelmätarjoilu ja esittäytyminen

09.15–10.15 Lantionpohjan anatomia, tehtävät ja lp:aa rasittavat tekijät

10.15–11.30 Lantionpohjan toimintahäiriöt ja fysioterapia

11.30–12.00 Lounastauko (omat eväät tai Kaarisairaalan ruokala)

12.00–12.15 Elektrodien paikalleen asetus

12.15–15.00 Käytännönharjoitukset työpajassa á noin 60min, kahvitauko työpajojen välissä

Lantionpohjan biopalaute: a) Alkututkimukset b) Harjoittelu

15.00–15.15 Päivän yhteenveto keskustellen

Päivä 2

08.45–9.45 Haastattelukaavakkeiden käyttö

09.45–11.00 Emg:n käytön teoriaa ja lp:n toimintahäiriöiden elektrostimulaatio

11.00–11.45 Lounastauko (omat eväät tai Kaarisairaalan ruokala)

11.45–12.00 Elektrodien paikalleen asetus

12.00–14.30 Käytännönharjoitukset kahdessa työpajassa á noin 60min, kahvitauko työpajojen välissä

Lantionpohjan elektrosimulaatio: a) NMES, lihasaktivaatio b) TNS, rauhoittavat hoidot

14.30–14.45 Koulutuksen loppukeskustelu

Sitovat ilmoittautumiset 15.12.2020 mennessä sähköpostiin: psftry(a)gmail.com - Korvaa osoitteessa (a) = @

Koulutus järjestetään vähintään 6:lle, maksimissaan 16 henkilölle