

## **Lantionpohjan manuaalinen käsittely ja sonopalpaatio (UÄ)**

**Aika:** 6.4.2019 lauantai klo: 09.15–16.45

**Paikka:** Tays, Pihatie, Z1-talo, 1. krs

**Vastuukouluttaja:** fysioterapeutit Minna Törnävä, Miia Silventoinen ja Anu Parantainen

**Hinta:** 250 euroa (4 työpajaa), vain yhdistyksen jäsenille

**Kenelle:** Koulutus on tarkoitettu lantionpohjan fysioterapian peruskurssin käyneille ja jo työkokemusta omaaville fysioterapeuteille. Huomioithan, että manuaaliset ja UÄ-harjoitukset tehdään toinen toisillemme. Mikäli olet raskaana, et voi osallistua koulutukseen.

Työpajoja on neljä, kestoaltaan noin 1,5 tuntia. Koulutus järjestetään 24:lle osallistujalle. Koulutus täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

**Tp 1.** Lantionpohjan lihasvoimantestaus palpoiden Oxford asteikkoa käyttäen

**Tp 2.** Vaginaalinen MTPR (myo trigger point release) ja JRV (jännitys-rentous-venytys) käsittely

**Tp 3.** Häntäluun mobilisointikäsittely ja lantionpohjan MTPR rektaalisesti

**Tp 4.** Lantionpohjan ja vatsalihasten sonopalpointi

- Transabdominaalinen UÄ
  - o Syvien vatsalihasten toiminta
  - o Suorien vatsalihasten jännesauman tuki
  - o Lantionpohjan toiminta (UÄ versus EMG)
- Transperineaalinen UÄ
  - o Lantionpohjan lihassupistus- ja rentoutustestaus
  - o Ulostustekniikan testaus

Koulutuksen tavoitteena on syventää lantionpohjan ja vatsakapselin anatomista tietämystä palpoinnin ja sonopalpoinnin keinoin. Tavoitteena on myös tutustua ja oppia lantionpohjan lihasten manuaalisia kipukäsittelykeinoja.

**Sitovat** ilmoittautuminen 1.3.2019 mennessä: <https://goo.gl/forms/E0PqBzgIeWkoxi7J2>

Koulutuksen toteutuminen varmistetaan osallistujille sähköpostitse 5.3.2019.

Koulutus sisältää aamun hedelmätarjoilun ja iltapäiväkahvin. Lounas on omakustanteinen. Voit tuoda omat eväät tai ruokailla sairaalan ruokalassa.

Koulutukseen tulija maksaa osallistumismaksun etukäteen tilille FI05 5721 1520 0493 83. Maksajan on ilmoitettava osallistujan nimi. Maksukuitit tarkistamme ilmoittautumisen yhteydessä. 5.3.2019 jälkeen tehdyistä peruutuksista veloitamme koko koulutuksen hinnan. Äkillisistä sairastapauksista vaadimme lääkärintodistuksen.

