

Lantionpohjan manuaalinen käsittely ja sonopalpaatio (UÄ)

Aika: 14.4.2018 lauantai klo: 09.15–16.45

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

Vastuukouluttaja: fysioterapeutit Minna Törnävä, Anu Parantainen, Tuula Aho ja Miia Silventoinen

Hinta: 250 euroa (4 työpajaa)

Kenelle: Koulutus on tarkoitettu vain yhdistyksen jäsenille, lantionpohjan fysioterapian peruskurssin käyneille ja jo työkokemusta omaaville fysioterapeuteille. Emme ota mukaan opiskelijoita tai raskaana olevia.

Työpajoja on neljä, kestoaltaan noin 1,5 tuntia. Koulutus järjestetään maksimissaan 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.

Huomioithan, että manuaaliset ja UÄ-harjoitukset tehdään toinen toisillemme.

Sitovat ilmoittautuminen 12.3. mennessä <https://goo.gl/forms/SRMVaQyWcjhHXtLI2>

Koulutuksen toteutuminen varmistetaan osallistujille sähköpostitse viimeistään 14.3.-18.

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. 23.3. jälkeen tehdyistä peruutuksista veloitamme koko koulutuksen hinnan. Äkillisistä sairastapauksista vaadimme lääkärintodistuksen.