

## Lantionpohjan fysioterapian Sonopalpaatiokoulutus

**Kohderyhmä:** Lantionpohjan fysioterapeutit ry:n jäsenet, jotka ovat käyneet vähintään kahden päivän lantionpohjan fysioterapiakoulutuksen (Pelvicus, AMK täydennyskoulutuksen, Kuntoutuskouluttajat) Mikäli omistat diagnostisen ultraäänen ja/tai EMG-laitteen, voit ottaa halutessasi sen/ne mukaasi.

**Aika ja paikka:** 9.-10.9.2021 GE, Kuortaneenkatu 2, 00510 HELSINKI Vallila.  
Huom! Koulutus on siirtynyt korona-tilanteen vuoksi huhtikuulta syyskuulle.

**Kouluttajat:** LL, ft Jouko Heiskanen ja TtT, Seksuaaliterapeutti, ft Minna Törnävä

**Järjestäjä:** Suomen lantionpohjan fysioterapeutit ry

**Hinta:** 450 euroa. (Vähintään 10, enintään 20 osallistujaa) vain yhdistyksen jäsenille.

**Koulutuksen laajuus: 2 opintopistettä** (= 54 h oppimista)

**Koulutuksen tavoitteena** on parantaa keskivartalon, lantion ja lantionpohjan toiminnallisen anatomian osaamista, palpaatiotaitojen tarkkuutta ja luotettavuutta reaaliaikaisen ultraäänitutkimuksen (sonopalpaatio) avulla. Toinen tavoite on saada lisävarmuutta manuaalisen tutkimisen, testauksen, terapeuttisen harjoittelun ja ohjauksen taitoihin kuvantamisen avulla. Kurssilla tutustutaan erilaisiin ultraäänilaitteisiin, opitaan koneiden perustekniset säädöt ja kuvaustekniset perusasiat sekä kuvien tulkinnan perusteet. Koulutuksen on suunnattu lantionpohjan fysioterapeuteille ja se antaa valmiudet toiminnalliseen lantionpohjan kuvaukseen. (Tavoitekehyksenä EQF, koulutuksen oppimistulosten taso 7). Koulutus ei anna valmiuksia lääketieteelliseen diagnostiikkaan, joka on lääkäreiden tehtävä.

### Sisältö:

Anatomian ennakkotehtävä - keskivartalon, lantion ja lantionpohjan toiminnallinen anatomia. Johdatus Ultraäänikuvauksen perusteisiin. Tekninen osaaminen – näkyvyyden, erottuvuuden, läpitukenavuuden, kontrastin ym optimointi. Lantionpohjan toimintahäiriöiden kuvausindikaatiot ja kuvaukseen valmistaminen

Ultraäänityöpajat (2–3) henkilöä

1. pinnalliset isot lantion lihakset ja lihaskalvot
2. keskeiset lantionalueen luomarkkerit, nivelet, verisuonet, imusolmukkeet
3. lantionpohjan lihasten / lihaskalvojen kerroksittainen tunnistaminen, tutkiminen ja harjoitteiden ohjaaminen



---

## *PÄIVÄ 1 – Terve, normaali vatsakapselin ja lantion anatomia*

---

09.00	Aamun avaus ja esittäytyminen
09.30	Intro ja tavoitteet koulutukselle
10.15	Erilaiset ultraäänilaitteet ja niiden perustekniset säädöt, Jouko
11.00	EMGn ja ultraäänen erot lantionpohjan tutkimisessa ja harjoitteiden ohjaamisessa, Minna.
11.45	Ennakkotehtävien purku
12.15	TAUKO + yhteistyötahojen esittäytyminen
13.00	Työpajat: Normaalin anatomian ja lihasfunktion kuvantaminen (vatsakapseli ja lantio). <ul style="list-style-type: none"><li>• Pinnalliset isot lantion lihakset, vatsakapseli ja lihaskalvot. Jouko</li><li>• Keskeiset lantionalueen luomarkkerit, nivelet, verisuonet, imusolmukkeet. Jouko</li><li>• Transabdominaalisesti lantionpohjan anatomia ja funtio. Minna</li><li>• Lantionpohjanharjoitteet eri alkuasennoissa (huom. rakko täynnä). Minna</li></ul>
16.30	Päivän yhteenveto keskustellen

---

## *PÄIVÄ 2 – Lantionpohjan toimintahäiriöt ja terapeuttinen harjoittelu UÄn avulla*

---

08.45	Kysymyksiä eilisestä ja kertaus opitusta, Jouko
09.45	Tavallisimmat LP toimintahäiriöt sekä niiden tutkiminen ja harjoitteiden ohjaaminen UÄ:llä. Virtsankarkailu (naiset ja miehet), laskeumat, ulostamisvaikeudet, lantionpohjan leikkausten pre- ja postoperatiivinen fysioterapia. Minna
10.45	Pallean ja lantionpohjan yhteistyö (teoria), Jouko
11.45	TAUKO
12.30	Työpajat: Terapeuttinen harjoittelu UÄn avulla <ul style="list-style-type: none"><li>• Pallean, vatsalihasten ja lantionpohjan yhteistyö Jouko</li><li>• Transperineaalinen sonopalpatio eri alkuasennoissa, Minna</li></ul>
15.30	Koulutuksen lopputentti
16.30	Päivien yhteenveto ja Kiitokset

Ne, jotka haluavat 2 op todistuksen, tulee suorittaa koulutuksen jälkeinen tentti sekä portfolio kurssista hyväksyttävästi. Muussa tapauksessa koulutuksesta saa osallistumistodistuksen.

Huomioithan, että harjoitukset tehdään toinen toisillemme. Käytössä on ultraäänen lineaarinen ja konveksi äänipää. EMGn ja UÄn yhteisharjoittelussa käytetään EMG-intraelektrodeja eli ota oma intra- ja maadoituselektrodi mukaan.

Pidätämme oikeuden ohjelman muutoksiin.