



# **Oikealle uralle!**

**OPINTO-OPAS 2007–2008**

Lahden ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysalan laitos

## **Sosiaali- ja terveysalan erikoistumisopinnot**

*Tuki- ja liikuntaelimestön fysioterapian erikoistumisopinnot:  
fysioterapeuttinen erotusdiagnostiikka, kliininen päätöksenteko ja  
terapeuttinen harjoittelu*

# Fysioterapian erikoistumisopinnot

## **TUKI- JA LIIKUNTAELIMISTÖN FYSIOTERAPIAN ERIKOISTUMISOPINNOT: FYSIOTERAPEUTTINEN EROTUSDIAGNOSTIIKKA, KLIININEN PÄÄTÖKSENTEKO JA TERAPEUTTINEN HARJOITTELU**

Tuki- ja liikuntaelinsairaudet ovat yksi maamme merkittävimmistä väestön työ- ja toimintakykyä heikentävistä vaivoista. Terveys 2000 tutkimuksen mukaan tuki- ja liikuntaelinten sairaudet ovat keskeisiä varhais- ja työkyvyttömyyseläkkeiden sekä lyhytaikaisten sairauspoissaolojen syitä. (Aromaa & Koskinen 2002, 47.) Näin ollen tuki- ja liikuntaelimestön sairaudet aiheuttavat yhteiskunnalle merkittäviä kustannuksia mm. työstä poissaoloina ja ennenaikaisina eläkkeelle siirtymisinä.

Toistuvat ja lisääntyvät tuki- ja liikuntaelinvaivat ovat hyvin yleisiä niin aikuisväestöllä kuin nuorisollakin. Aikuisväestöllä erityisesti selkäsairaudet aiheuttavat toimintakyvyn lyhyt- tai pitkäkestoista rajoittumista, joka heikentää elämänlaatua huomattavalla osalla väestöstä. (Riihimäki 1999, 1665; Salminen 2002, 252.) Useissa lapsille ja nuorille tehdyissä tutkimuksissa jopa puolella kaikista tutkimuksiin osallistuneista lapsista on esiintynyt selkäkipuja (Salminen, Erkintalo, Pentti, Oksanen & Kormamo 1999, 1316). Alaselkäkipujen lisäksi niska-hartiakivut ovat lisääntyneet Suomen nuorison vaivoina (Salminen 2002, 252).

Fysioterapeutin vastaanotolle ohjataan tulevaisuudessa yhä enemmän tuki- ja liikuntaelinoireisia ihmisiä. Siksi fysioterapian ajankohtaisuus, kliinisen päätöksenteon osaamisen syventäminen, terapeuttisen harjoittelun lainalaisuuksien ja uusien suuntauksien ymmärtäminen ja syventäminen, tutkimuksellisuus ja näyttöön perustuvan työn jatkuva kehittäminen ovat avainasemassa suunniteltaessa tämän päivän ja huomisen fysioterapiaa.

Tuki- ja liikuntaelimestön fysioterapian erikoistumisopintojen tavoitteena on kouluttaa asiantuntijoita, jotka pystyvät edistämään alaansa ja kehittämään työtään kehittyvässä ja muuttuvassa yhteiskunnassa. Opinnot ohjaavat ongelmanratkaisuun, jatkuvaan oppimiseen, oman toiminnan arviointiin ja reflektointiin sekä kriittiseen ajatteluun. Tavoitteisiin pyritään opinnoissa erilaisilla oppimistehtävillä, lähitapaamisissa sekä erikoistumistyön avulla. Oppiminen on sekä yksilöllinen, yhteisöllinen että kokonaisvaltainen prosessi. Opiskelun yksilöllinen luonne näkyy mm. itsenäisenä oppimateriaalin tutustumisena.

## HYVÄ TIETÄÄ

### Olet opiskelijana:

Lahden ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysalan laitos  
Hoitajankatu 3  
15850 LAHTI  
p. 03 – 828 19 (vaihde)

### Ryhmäsi tunnus on:

Tule07E s

### Ryhmäsi tutor:

Ulla Nuutinen, fysioterapian lehtori, TtM

[ulla.nuutinen@lamk.fi](mailto:ulla.nuutinen@lamk.fi)

p. 03-828 2761

### Erikoistumisopintojen toimistoasioita hoitaa:

Kirsi Mäkelä, opintos sihteeri

[kirsi.makela@lamk.fi](mailto:kirsi.makela@lamk.fi)

p. 03 – 828 2744

### Opintokokonaisuuden suorittaminen:

Erikoistumisopintojen teoriaopinnoista noin neljännes on lähiopetusta, joka järjestetään pääsääntöisesti perjantaina ja lauantaina noin kaksi kertaa kuukaudessa. Opinnot etenevät prosessimaisesti oppimistehtävien ja lähiopetuspäivien vuoropuheluna. Opinnoissa hyödynnetään moodle-verkkoalustaa, josta löytyvät kaikki opintoihin kuuluvat tiedot, opettajan laatimat ohjeet. Moodle -verkkoalustalle opiskelijat palauttavat myös oppimistehtävänsä.

Oppimisprosessin eteneminen edellyttää aktiivista osallistumista lähiopetusjaksoihin ja tehtävien hyväksytyä suorittamista. Lähijaksojen ohjelma on tiivis, joten aikataulujen noudattaminen on tärkeää.

Opinnot arvioidaan asteikolla hyväksytty/täydennettävä/hylätty. Todistuksen saaminen edellyttää kaikkien opintojaksojen hyväksytyä suorittamista.

### Opintopisteet:

Opiskelijat suorittavat erikoistumisopinnoissa 30 opintopistettä. Yksi opintopiste (op) tarkoittaa opiskelijalle 27 tunnin työmäärää.

### Henkilökohtaisen opetussuunnitelman laatiminen (HOPS)

Henkilökohtainen opetussuunnitelma laaditaan tutorin kanssa opintojen alussa.

### Koulutus alkaa:

14.9.2007

### Koulutus päättyy:

31.5.2008

## OPINTOJEN RAKENNE

### Sosiaali- ja terveysalan erikoistumisopintojen rakenne

<b>Tuki- ja liikuntaelämistön fysioterapian erikoistumisopinnot</b>	<b>30</b>
<b>YLEISET OPINNOT 6 OP</b>	<b>6</b>
08OMIEN05 Omien oppimisvalmiuksien kehittäminen	2
08TKT07 Tutkivan ja kehittävän työotteen vahvistaminen tuki- ja liikuntaelin häiriöisten fysioterapiassa	4

<b>AMMATILLISET OPINNOT 18 OP</b>	<b>XX</b>
08TUER07 Tuki- ja liikuntaelinhäiriöiden erotusdiagnostiikka	4
08TULE07 Tuki- ja liikuntaelinten toimintarajoitteiden/-häiriöiden fysioterapeuttinen tutkiminen ja kliininen päätöksenteko	5
08TERA07 Terapeuttinen harjoittelu ja asiakkaan ohjaaminen	3
Syventävä erotusdiagnostiikka ja terapeuttinen harjoittelu	6
08SELKÄ07 Selkävivun diagnosointi ja omaharjoitteiden ohjaus 2	
08LANTIO07 Lantioarenkaan ja alaraajan terapeuttinen harjoittelu 2	
08NISKA07 Niskan- ja hartiarenkaan terapeuttinen harjoittelu 2	
<b>ERIKOISTUMISTYÖ 6 OP</b>	<b>6</b>
<b>ERIKOISTUMISOPINNOT YHTEENSÄ 30 OP</b>	<b>30</b>

## YLEISET OPINNOT 6 OP

### 08OMIEN05 OMIEN OPPIMISVALMIUKSIEN KEHITTÄMINEN 2 OP

#### Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija orientoituu erikoistumisopintoihin ja oman oppimisensa tiedostamiseen, suunnitteluun ja arviointiin. Hän oppii käyttämään oppimispäiväkirjaa ja portfoliota apunaan arvioidessaan asiantuntijuuteen kasvuaan. Opiskelija harjaantuu tietotekniikan käytössä ja suoriutuu verkkopohjaisesta opetuksesta.

- henkilökohtaisen opetussuunnitelman laatiminen (HOPS)
- portfolio, tutorointi, itseohjautuvuus, oppimispäiväkirja
- sähköposti, internet, moodle-alusta

#### Suoritustapa ja arviointi

Hyväksytty suoritus edellyttää aktiivista osallistumista lähiopetukseen, oppimistehtävien tekemistä sekä portfoliokansion tuottamista. Arviointi hyväksytty/täydennettävä /hylätty.

#### Opiskelumateriaali

Härkönen, P.1999. Portfoliokäsikirja. Ammattikorkeakoulututkijoiden ammattillinen kasvu. SAMOK.

Koro, J.1993. Aikuinen oman oppimisensa ohjaajana. Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä.

Lindberg, J.1994. Oppimaan oppiminen:opas oppimistaitojen kehittämiseen. Turun yliopiston täydennyskoulutuskeskus.

Niikko, A. 2000.Portfolio oppimisen avartajana. Tammi, Tampere.

Otala, L.1999.Osaajana opintiellä. Opas elinikäisen oppimisen matkalle.WSOY, Porvoo.

Paane-Tiainen, T. 2000. Oppijaksi aikuisena. Edita, Helsinki.

Saranto, K. & Korpela, M.(toim.)1999. Tietotekniikka ja tiedonhallinta sosiaali- ja terveydenhuollossa. WSOY, Porvoo.

Muu ajankohtainen materiaali sovitaan opintojen aikana.

### 08TKT07 TUTKIVAN JA KEHITTÄVÄN TYÖOTTEEN VAHVISTAMINEN TUKI- JA LIIKUNTAELINHÄIRIÖISTEN FYSIOTERAPIASSA 4 OP

#### Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija perehtyy fysioterapian tutkimukseen ja sen tarpeellisuuteen näyttöön perustuvan työn näkökulmasta. Hän ymmärtää sen merkityksen omassa työssään ja fysioterapian kehittämisessä tulevaisuudessa. Lisäksi opiskelija harjoittelee tieteellisten lähteiden hakemista tietokannoista, tutkimusten kriittistä lukemista ja niiden hyödyntämistä omassa työssä.

- tiedonhaku ja erilaiset tietokannat
- tutkiva ja kehittävä työote
- tutkimuksen lukemisen ABC ( soveltava englanti)
- oman työn kehittäminen näyttöön perustuen

#### Suoritustapa ja arviointi

Hyväksytty suorittaminen edellyttää aktiivista osallistumista lähiopetukseen ja oppimistehtävien tekemistä. Arviointi hyväksytty/täydennettävä / hylätty.

#### Opiskelumateriaali

Tieteelliset julkaisut ja artikkelit.

Opiskelumateriaali sovitaan opintojen alussa.

## AMMATILLISET OPINNOT 18 OP

### 08TUYER07 TUKI- JA LIIKUNTAELIN HÄIRIÖIDEN FYSIOTERAPEUTTINEN EROTUSDIAGNOSTIIKKA 4 OP

#### Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija syventää ihmisen tuki- ja liikuntaelimestön rakenteen, toiminnan ja patofysiologian tietämystään. Hän ymmärtää tuki- ja liikuntaelimestön häiriöiden erotusdiagnoosiin vaikuttavat elementit ja osaa soveltaa tutkimuksiin pohjautuen erotusdiagnoosiin omassa asiakastyössään.

- toiminnallinen anatomia ja fysiologia
- patofysiologia
- kudosten paranemisprosessi
- erotusdiagnoosiin perusteet
- signs and symptoms

#### Suoritustapa ja arviointi

Hyväksytyt suorittaminen edellyttää aktiivista osallistumista lähiopetukseen ja tentti hyväksytyt suorittamista. Arviointi hyväksytyt/täydennettävä / hylätty.

#### Opiskelumateriaali

Tieteelliset julkaisut ja artikkelit.

Opiskelumateriaali sovitaan opintojen alussa.

### 08TULE07 TUKI- JA LIIKUNTAELINTEN TOIMINTARAJOITTEIDEN/HÄIRIÖIDEN FYSIOTERAPEUTTINEN TUTKIMINEN JA KLIININEN PÄÄTÖKSENTEKO 5 OP

#### Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija syventää kliinisen päätöksenteon ymmärrystään tuki- ja liikuntaelin häiriöiden fysioterapiassa. Hän oppii tutkimaan tuki- ja liikuntaelimestön spesifiä liikkuvuutta ja hermokudosta. Hän kykenee tutkimustulosten pohjalta kliiniseen päättelyyn.

- niskan, hartiarenkaan ja yläraajan tutkiminen
- selän, lantioarenkaan ja alaraajan tutkiminen

#### Suoritustapa ja arviointi

Hyväksytyt suorittaminen edellyttää aktiivista osallistumista lähiopetukseen, oppimistehtävän ja tentin hyväksytyt suorittamista. Arviointi hyväksytyt/täydennettävä / hylätty.

#### Opiskelumateriaali

Magee, DJ. 2002. Orthopedic physical assessment 4E. W.B Saunders Company. (kliininen päättely + tutkiminen)

Sahrmann, S. 2001. Diagnosis and treatment of movement impairment syndromes. (terapeuttinen harjoittelu)

Tieteelliset julkaisut ja artikkelit.

Opiskelumateriaali sovitaan opintojen alussa.

### 08TERA07 TERAPEUTTINEN HARJOITTELU JA ASIAKKAAN OHJAAMINEN 3 OP

#### Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija tiedostaa biomekaniikan ja kuormitusfysiologian merkityksen harjoitteluohjelmaa laatiessaan sekä ymmärtää immobilisaation ja harjoittelun vaikutukset eri kudoksiin. Hän arvioi tutkimusartikkelien tiedon hyödynnettävyyttä ja soveltaa tutkimuksia terapeuttisen harjoitteluohjelman suunnittelussa ja toteutuksessa. Lisäksi opiskelija tunnistaa terapeuttiseen harjoitteluun ja asiakkaan ohjaamiseen liittyvät ilmiöt omassa toiminnassaan ja pystyy nimeämään omat vahvuutensa ja kehittämisaalueensa.

- terapeuttisen harjoitteluohjelman suunnittelu ja toteuttaminen teoreettisesti perustellen
- motorisen oppimisen ja asiakkaan ohjaamisen periaatteet omaa työtä analysoiden
- motorinen oppiminen: taksonomat, ohjaustavat, palaute
- dialoginen ja asiakaslähtöinen ohjaustapa
- terapeuttisen harjoittelun perusperiaatteet

#### Suoritustapa ja arviointi

Opintojakso rakentuu oppimistehtävän ja lähipäivien vuoropuheluun. Oppimistehtävä sisältää oman työn videoinnin ja harjoitteluohjelman laatimisen asiakkaalle.

Hyväksytyt opintojakson suorittaminen edellyttää oppimistehtävän tekemistä ja lähiopetuspäiviin osallistumista.

Arviointi hyväksytyt/ täydennettävä/hylätty.

#### Opiskelumateriaali

Ilmoitetaan/ jaetaan kurssin alkaessa

## **SYVENTÄVÄ EROTUSDIAGNOSTIIKKA JA TERAPEUTTINEN HARJOITTELU 6 OP**

### **Tavoitteet**

Opiskelija kehittää ja arvioi kliinistä päättelyä, tutkimista ja terapeuttista harjoittelua tuki- ja liikuntaelintoimintojen häiriöissä. Hän perehtyy uusimpiin terapiasuosituksiin ja arvioi niiden sovellettavuutta fysioterapian käytäntöön.

## **08SELKÄ07 SELKÄKIVUN DIAGNOSOINTI JA OMAHARJOITTEIDEN OHJAUS 2 OP**

### **Sisältö**

- alaselkävun luokitukset
- alaselkävun varhaisvaiheen fysioterapeuttinen diagnosointi
- tutkimisprosessin kirjaaminen
- tutkimisen ja kliinisen päättelyn luotettavuuden arviointi
- terapiasuositukset ja omaharjoitteet

### **Suoritustapa ja arviointi**

Opintojakson suorittamiseen sisältyy yksi klinikkapäivä.

Hyväksytyt suorittaminen edellyttää oppimistehtävän tekemistä ja lähiopetuspäiviin osallistumista.

Arviointi hyväksytyt /täydennettävä / hylätty.

## **08LANTIO LANTIORENKAAN JA ALARAAJAN TERAPEUTTINEN HARJOITTELU 2 OP**

### **Sisältö**

- alaraajojen ja lantioarenkaan normaali toiminta
- toiminnallisia ja rakenteellisia häiriöitä alaraajojen kineettisessä ketjussa
- lokaalisten ja globaalisten lihasten toimintaroolien ymmärtäminen
- terapiasuositukset ja omaharjoitteet

### **Suoritustapa ja arviointi**

Hyväksytyt opintojakson suorittaminen edellyttää oppimistehtävän tekemistä ja lähiopetuspäiviin osallistumista.

Arviointi hyväksytyt / täydennettävä/hylätty.

### **Opiskelumateriaali**

Sahrmann, S. 2001. Diagnosis and treatment of movement impairment syndromes. (terapeuttinen harjoittelu)

Muu materiaali ilmoitetaan/ jaetaan kurssin alkaessa.

## **08NISKA07 NISKAN- JA HARTIARENKAAN TERAPEUTTINEN HARJOITTELU 2 OP**

### **Sisältö**

- harjoittelu lihas- ja niveltasolla
- harjoittelu liikkeessä ja toiminnassa
- lokaalisten ja globaalisten lihasten toimintaroolien ymmärtäminen
- terapeuttisen harjoittelun oikea-aikainen eteneminen niskan ja hartiarenkaan ongelmassa

### **Suoritustapa ja arviointi**

Hyväksytyt opintojakson suorittaminen edellyttää oppimistehtävän tekemistä ja lähiopetuspäiviin osallistumista.

Arviointi hyväksytyt / täydennettävä/hylätty.

### **Opiskelumateriaali**

Ylinen, J.2005. Niskan harjoittelu

Sahrmann, S. 2001. Diagnosis and treatment of movement impairment syndromes (terapeuttinen harjoittelu)

Muu materiaali ilmoitetaan/ jaetaan kurssin alkaessa.

## **ERIKOISTUMISTYÖ 6 OP**

### **Tavoitteet ja sisältö**

Opiskelija kehittää omaa työtään ja työyhteisöään. Opiskelija kehittää tiedonhankinta- ja käsittelytaitojaan sekä tutkivaa ja teoreettisesti hallittua työotettaan.

### **Suoritustapa ja arviointi**

Opiskelijat työstävät ohjatusti pareittain erikoistumistyönsä. Erikoistumistyöprosessi sisältää aihe-, suunnitelma-, ja esitysseminaareihin osallistumisen. Lisäksi opiskelija toimii vertaisarvioijana.

Arviointi hyväksytyt / täydennettävä/hylätty.

### **Opiskelumateriaali**

Hirsjärvi, S., Remes, P.& Sajavaara, P.2000. Tutki ja kirjoita. Tammi, Helsinki.

Ruuska, K. 1999. Projekti hallintaan. Suomen ATK-kustannus, Espoo.  
Salonen, L.1996. Teemme projektin. Posiplan Oy.  
Virtanen, P. 2000. Projektityö. WSOY, Helsinki.  
Lahden ammattikorkeakoulun tutkintotöiden raportointiohje, 2005.  
Muu materiaali ilmoitetaan opintojen aikana.