

LANTIONPOHJAN TOIMINTAHÄIRIÖIDEN FYSIOTERAPIA, peruskoulutus

Lähiopetuspäivät: 4.-5.12.2023 (ma-ti)
Paikka: Kuntoutuskouluttajat, Pasilankatu 14, Helsinki
Koulutukseen ei ole mahdollista osallistua etäyhteydellä
Kouluttajat: Mari Camut, ft; Anu Parantainen, ft, uroterapeutti,
seksuaalineuvoja ja Miia Sallinen, ft, seksuaalineuvoja

OHJELMA

Maanantai 4.12.2023

klo 8.45 Ilmoittautuminen ja aamukahvi
klo 9.00 Naisten ja miesten lantionpohjan lihasanatomia ja -funktio fysioterapian näkökulmasta sekä lantionpohjan toimintahäiriöt ja niiden fysioterapia, **Anu Parantainen**
klo 10.30 Osallistujien esittäytyminen ja tauko
klo 10.45 Lantionpohjan ultraäänikuvantaminen teoria ja demonstraatio makuulla ja seisten, **Mari Camut**
klo 12.15 Lounas
klo 13.00 Yleistä lantionpohjan fysioterapiasta, ft, seksuaalineuvoja **Miia Sallinen**
* Itsehoitokeinot (limakalvojen hoito, oikean LP-lihastyön löytäminen, rakkokoulutus)
* EMG- biopalaute menetelmänä teoria (luotettavuus ja sudenkuopat)
klo 14.15 Iltapäiväkahvit ja orientoituminen työpajoihin
klo 14.30 Käytännön harjoitukset pienryhmissä (50 min / ryhmä), **Mari, Anu ja Miia**
1. Lantionpohjan ulkopuolinen palpoin
2. EMG- biopalaute (alkumittaustutkiminen)
3. Lantionpohjan ultraääni makuulla ja seisten
klo 17.00 Päivän päätös

Tiistai 5.12.2023

klo 8.45 Aamukahvit
klo 9.00 Lantionpohjan toimintahäiriöiden operatiivinen hoito, **Anu Parantainen**
klo 10.00 Toiminnallisten LP-harjoitusten teoria, **Mari Camut**
- vatsakapselin yhteistyö - syvät vatsa- ja selkälihaksen sekä hengitys
klo 10.45 Lantionpohjan sähköstimulaatiohoidot, **Miia Sallinen**
klo 11.45 Lounastauko
klo 12.30 Käytännön harjoitukset pienryhmissä (45 min / ryhmä), **Mari, Anu ja Miia**
1. Toiminnalliset harjoitukset (EMG + vatsakapselin yhteistyö)
2. Intravaginaalinen ja -anaalinen lihasta aktivoiva sähköstimulaatioharjoittelu (NMES)
3. Rakkoo rauhoittavat sähköhoidot eri asetteluin (TNS)
Iltapäiväkahvit
klo 15.00 Lyhyt laiteinfo ja ennakotehtävän läpikäynti: Mari, Anu ja Miia
klo 16.00 Koulutuksen päätös ja todistusten jako

Koulutuksen järjestää Suomen Kuntoutuskouluttajat Oy

Lisätiedot: www.kuntoutuskouluttajat.fi, Katja Tonteri / 040 551 4386, info@kuntoutuskouluttajat.fi