

# LANTIONPOHJAN TOIMINTAHÄIRIÖIDEN FYSIOTERAPIA, peruskoulutus

Lähiopetuspäivät:	27.-28.9.2021 (ma-ti)
Paikka:	Kuntoutuskouluttajat, Nuijamiestentie 5 C, Helsinki Koulutukseen ei ole mahdollista osallistua etäyhteydellä
Kouluttajat:	Mari Camut, ft; Anu Parantainen, ft, uroterapeutti, seksuaalineuvoja ja Miia Sallinen, ft, seksuaalineuvoja

## OHJELMA

### Maanantai 27.9.2021

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

### Tiistai 28.9.2021

klo 8.45	Aamukahvit
klo 9.00	Lantionpohjan toimintahäiriöiden operatiivinen hoito, <b>Anu Parantainen</b>
klo 10.00	Toiminnallisten LP-harjoitusten teoria, <b>Mari Camut</b> - vatsakapselin yhteistyö - syvät vatsa- ja selkälihaksen sekä hengitys
klo 10.45	Lantionpohjan sähköstimulaatiohoidot, <b>Miia Sallinen</b>
klo 11.45	Lounastauko
klo 12.30	Käytännön harjoitukset pienryhmissä (45 min / ryhmä), <b>Mari, Anu ja Miia</b> 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: <b>Mari, Anu ja Miia</b>
klo 16.00	Koulutuksen päätös ja todistusten jako

Koulutuksen järjestää Suomen Kuntoutuskouluttajat Oy

Ilmoittautuminen: [Lantionpohjan toimintahäiriöiden fysioterapia, peruskoulutus 27.-28.9.2021](#)

Lisätiedot: [www.kuntoutuskouluttajat.fi](http://www.kuntoutuskouluttajat.fi), **Katja Tonteri / 040 551 4386**, [info@kuntoutuskouluttajat.fi](mailto:info@kuntoutuskouluttajat.fi)