

OHJE HOITOPALAUTTEEN TÄYTTÖÖN

TERAPIAN TIEDOT

Potilaan nimi

Kuntoutuspäätös ajalle

Ajanjakso jota hoitopalaute koskee

Toteuteneet terapiakerrat
vastaanotolla

Toteuteneet terapiakerrat
kotikäynteinä

Palveluntuottaja

Terapeutin nimi

Esitiedot

Vammautumivuosi

Vammataso

AIS-luokka

Paino

Pituus

Tulotilanne

Arvio toimintakyvystä ja
toimintarajoitteista

Fysioterapeuttisessa tutkimisessa arvioidaan yhdessä asiakkaan kanssa hänen osallistumistaan arkielämän toimintoihin, suoriutumistaan erilaisista tehtävistä sekä näiden edellytyksenä olevia kehon toimintoja ja rakenteita. Fysioterapeuttisen tutkimisen tarkoituksena on ymmärtää asiakkaan toiminta- ja työkyvyn ja erilaisten toimintarajoitteiden yhteyttä hänen elämäänsä. Fysioterapeuttisessa tutkimisessa arvioinnin kohteena voivat olla asiakkaan toiminta arkielämässä esimerkiksi kotona, päiväkodissa, koulussa tai työelämässä. Terveystilan lisäksi yksilö- ja ympäristötekijät ovat yhteydessä asiakkaan toimintakykyyn. Toimintakyvyn tutkimisen osa-alueita ovat suoritukset ja osallistuminen sekä ruumiin/kehon toiminnot ja rakenne. Toimintakyvyn ja toimintarajoitteiden tutkimisessa käytetään tarkoituksenmukaisia, luotettavia ja tarkkoja mittareita. Yleisimpiä arviointimenetelmiä ovat havainnointi, haastattelu, manuaalinen tutkiminen, kyselyt sekä testaukset ja mittaukset. Fysioterapian tarvetta ja mahdollisuuksia arvioidaan yhdessä asiakkaan kanssa. Saatua tietoa käytetään asiakkaan toimintakykyyn liittyvässä kliinisessä päätöksenteossa, johtopäätösten ja fysioterapeuttisen diagnoosin laatimisessa, fysioterapian suunnittelussa sekä terapian tuloksien arvioinnissa.

Arvio liikkumisesta Liikkumisen arviointi sisältää asennon vaihtamisen ja ylläpitämisen, esineiden kantamisen, liikuttamisen ja käsittelemisen, kävelyn ja muun liikkumisen ja kulkuneuvoilla liikkumisen arvioinnin sekä asiakkaan nivelten liikkuvuuden ja lihaskestävyystoimintojen, lihasvoiman ja tehon tuottotoimintojen sekä tahdonalaisten ja tahdosta riippumattomien liiketoimintojen arvioinnin.

Arvio kivusta Kivun tutkiminen ja arviointi sisältävät kipuaistimuksen sijainnin, esiintymistiheyden ja -tilanteen, keston, voimakkuuden, ilmenemisajankohdan, kivun luonteen ja kivun kokemisen arvioinnin. Keskeisiä kivun arviointimenetelmiä ovat haastattelu, kipukysely ja muut soveltuvat arviointimenetelmät.

Apuvälineet

Hoidon suunnittelu

Päätavoite (SMART)

Tavoite on kuntoutuujalle merkityksellinen ja se asetetaan yhteistössä kuntoutujan kanssa. Tavoitteiden tulee olla yksilöllinen, mitattavissa oleva, saavutettavissa oleva, realistinen ja merkityksellinen sekä tavoitteen saavuttaminen on mahdollista aikatauluttaa.

Osatavoite:

Osatavoite

Osatavoite:

Toteutustavat

Tavoitteiden saavuttamisen arviointimenetelmät

Kuntoutujan vahvuudet

Hoidon toteutus

Terapeuttinen harjoittelu

Terapeuttisella harjoittelulla voidaan mm. edistää motorisia taitoja, kehon hallintaa, kivunhallintakeinoja sekä aktivoida asiakkaan tietoista suhdetta kuntoutumiseen. Se voi koostua mm. aerobisesta harjoittelusta, progressiivisesta lihasvoimaharjoittelusta ja venyttely- ja liikkuvuusharjoitteista. Myös kehotietoisuusharjoitukset, rentoutusmenetelmät sekä vuorovaikutusta vahvistavat harjoitteet ovat terapeuttisen harjoittelun menetelmiä. Terapeuttinen harjoittelu voidaan toteuttaa yksilöllisesti tai ryhmissä, fysioterapeutin vastaanotolla, allasharjoitteluna, kuntosalilla tai asiakkaan arkiympäristössä. Terapeuttiseen harjoitteluun kuuluvat harjoittelun tavoitteiden määrittely, annostelun suunnittelu, toteutus sekä tavoitteiden saavuttamisen arviointi. Harjoittelussa voidaan käyttää apuna erilaisia laitteita ja välineitä.

Toimintakyvyn harjoittaminen

Harjoittelun tavoitteena on asiakkaan mahdollisimman itsenäinen selviytyminen ja osallistuminen elinympäristössään. Toimintakyvyn harjoittaminen sisältää kehon tuntemukseen ja hallintaan, kivun ja psykofyysisten oireiden hallintaan liittyvät harjoitteet sekä liikuntaharjoittelun kokonaisvaltaisesti ja laaja-alaisesti

Fysioterapeuttinen ohjaus ja neuvonta	Ohjaus voi sisältää ohjeita sopivasta liikuntaharjoittelusta sekä kivun hallinta- ja hoitokeinoista. Asiakkaan ja/tai hänen läheisensä ohjaus voi olla verbaalista, manuaalista tai se voi tapahtua teknologiaa hyödyntäen.
Fyysisen suorituskyvyn harjoittaminen	On terapeuttisen harjoittelun muoto, jossa käytetään aktiivisia ja toiminnallisia menetelmiä asiakkaan sydän- ja verenkiertojärjestelmään, hengitysjärjestelmään ja tuki- ja liikuntaelimistöön liittyvien toimintojen harjoittamiseksi. Tavoitteena on edistää asennon, tasapainon ja tahdonalaisten liikkeiden hallintaa ja koordinaatiota. Liikkumisen harjoittamisessa harjoitetaan esimerkiksi asennon vaihtamista ja ylläpitämistä, esineiden kantamista, kävelyä ja liikkumista sekä liikkumista kulkuneuvoilla.
Manuaalinen terapia	Tavoitteena on asiakkaan fyysisen toimintakyvyn, hermo-, lihas- ja nivelrakenteiden toiminnan parantuminen ja toimintahäiriöiden ehkäiseminen. Manuaalisia menetelmiä ovat mm. selkärangan nikamien ja raajojen nivelten mobilisaatio ja manipulaatio, lihaskalvojen ja lihasten käsittely sekä neuraalikudoksen mobilisointi.
Fysikaalinen terapia	Tavoitteena on asiakkaan kivun lievittäminen, aineenvaihdunnan parantaminen sekä kudosten venyvyyden lisääminen. Fysikaalisen terapian muotoja ovat mm. termiset hoidot, sähköhoidot, inhalaatiohoidot sekä akupunktiohoito
Liikkumista ja toimintakykyä tukevat apuvälinepalvelut	Fysioterapiassa käytettyjä apuvälineitä ovat mm. liikkumisen apuvälineet, hoito- ja harjoitusvälineet ja ympäristöolosuhteita parantavat välineet. Sisältää apuvälinetarpeen määrittelyn, välineiden sovituksen, luovutuksen omaksi tai käytettäväksi, käytön opetuksen ja seurannan sekä välineiden huollon.
Yksilöllinen fysioterapiaohjelma	Ohjelma tai ohje laaditaan yhteistyössä asiakkaan kanssa ja se perustuu asiakkaan tarpeisiin.
Monialainen yhteistyö	fysioterapeutin osallistuminen asiakkaan hoitoon ja kuntoutukseen liittyviin neuvotteluihin ja yhteistyöryhmiin sekä tiedottaminen asiakkaan hoidosta ja kuntoutuksesta muulle henkilökunnalle

Hoidon arviointi

Kuntoutujan sitoutuminen ja motivaatio kuntoutukseen

Fysioterapeuttinen arvio toimintakyvystä ja toimintatarjoitteista

Testaus- ja arviointitulokset

Kuntoutujan oma arvio

Läheisten arvio kuntoutuksesta

Apuvälineet

Jatkokuntoutustarpeen arvio

Arvioi toimintakyvyn muutosta suhteessa tavoitteisiin. Miten toimintakyvyn muutos näkyy kuntoutujan arjessa ja osallistumisessa.

Lisätietoja

(esim. kuntoutukseen tullut katkos toimintakyvyn muutoksen vuoksi tai sairaalahoidon vuoksi, kuntoutuja keskeyttänyt terapian, kuntoutussuunnitelmaa pyydetty tarkistamaan kesken kuntoutuspäätöstä

Jatkohoitoasiat

Kuntoutujalle suunniteltu käynti HUS Selkäydinvmmapoliklinikalle.
Kuntoutusta koordinoi kuntoutusohjaaja p. 050 3424161