

## **RAPORTTI SUORITETUSTA KOULUTUKSESTA – SASH SÄÄTIÖN APURAHAPÄÄTÖKSEN LIITTEEKSI**

### **Koulutuksen tiedot:**

Detect & Treat Pain – länsimaisen akupunktion täydennyskoulutus - Oulu

Kontaktiopetus järjestettiin Novamedic Oy: toimesta Tuiran Fysio Oy:n tiloissa osoitteessa Linnankatu 8, Oulu. Pääkouluttajana toimi Ari-Matti Huotari. Huotarin koulutustaustana anestesian erikoislääkäri, kivunhoidon erikoispätevyys, EMDR- ja hypnoterapeutti sekä kognitiivisen psykoterapian lyhytterapia pätevyys. Lisäksi apukouluttajan toimi fysioterapeutti Kaarina Karjalainen. Koulutus oli järjestyksessään 8. vastaava täydennyskoulutus. Kurssin hinta oli 400€/opintomoduli.

### **Koulutuksen sisältö ja rakenne:**

Koulutus järjestettiin kolmessa erillisessä koulutusmoduulissa kevään 2018 aikana seuraavasti

#### Akupunktiokoulutus I-moduuli 24.-25.3.2018 klo 9-16

- Akupunktio hoitomuotona, käyttötilanteet, vasta-aiheet ja komplikaatiot, kivun perusfysiologia
- Kiinalaisen akupunktion tärkeimmät pisteet ja niiden käyttötilanteet
- Ideologia pistevalinnoissa
- Tutkimusnäyttö akupunktiohoidoista
- Kipua lievittävien ja rauhoittavien pisteiden käyttö

#### Akupunktiokoulutus II-moduuli 21.-22.4.2018 klo 9-16

- Länsimainen akupunktio ja triggerpisteiden neulotus, myofaskiaalisen kivun erityispiirteet
- Selkäkipu, suurten nivelten oireet

#### Akupunktiokoulutus III-moduuli 26.-27.5.2018 klo 9-16

- Neuropaattisen kivun erityispiirteet
- Tärkeimpien neurologisten oireiden hoito, pareesit, plegiat, päänsäryt, niskakipu

Jokainen koulutusviikonloppu sisälsi ensin teoriaopetusta kyseisestä aihe alueesta ja sen jälkeen käytännön harjoittelua parityöskentelynä. Kurssilla painotettiin erityisesti pistotekniikoiden turvallisuutta ja akupunktiopisteiden turvallista paikantamista erilaisten lihasrakenteiden ja anatomisten maamerkkien avulla. Lisäksi kurssin toisella ja kolmannella moduulilla käsiteltiin paljon erilaisten tutkimusmenetelmien käyttöä kipuongelmien syiden paikallistamisessa sekä kontraindikaatioita akupunktiolla ja erotusdiagnoosia sen osalta, millaisten oireiden ilmaantuessa potilas tulisi ohjata lääkäriin.

Painopiste akupunktio opetuksessa oli nimenomaisesti länsimaalaisessa akupunktiossa. Tämä tarkoittaa siis sitä, että akupunktiota voidaan käyttää hoitomuotona tilanteissa, joiden kohdalla on

pystytty osoittamaan akupunktiolla olevan tieteellinen tutkimusnäyttö sen hyödyistä.

### **Koulutuksen anti -mitä jäi käteen**

Huolimatta siitä, täydennyskoulutus oli suunnattu pääasiallisesti fysioterapeuteille, minulla oli onni päästä mukaan koulutukseen ja koin, että sain koulutuksesta paljon uusia eväitä omaan hoitotyöhöni. Koulutuksessa käytiin läpi myös paljon itse kivun psyko-sosiaalisia аспекteja, ja yksilöllisiä vaikutuksia mm arjessa.

Kuten apuraha hakemuksessani mainitsin, olen täydennyskouluttani itseäni omatoimisesti jo muutaman vuoden ajan. Taustaltani löytyy mm lymfaterapeutin opinnot, shiatsuterapeutin opinnot sekä erilaisia kivun hoidollisia koulutuksia, joita olen käynyt mm Tampereen kesäyliopistossa. Näiden lisäksi opiskelen ns. perinteistä kiinalaista lääketiedettä parasta aikaa Suomen Neijing koulussa. Lisäkoulutusteni myötä olen muutaman vuoden ajan myös pyörittänyt sivutoimista yritystäni Avena Hyvinvointipalvelut. Mm tätä kautta olen aina ollut kiinnostunut kivun hoidosta ja erilaisista vaihtoehdoista sekä hoidollisista näkökulmista.

Oma yritykseni tarjosi oivan mahdollisuuden, että pääsin heti ottamaan nämä koulutuksessa oppimani uudet käden taidot käyttöön. Koulutuksen aikana etsin asiakkaikseni ”uskalikkoja”, jotka ovat kiinnostuneita akupunktiosta ja sain muutaman innokkaan osallistujan. Kaikkiaan nämä asiakkaat sitoutuivat 5 kerran hoitojatkumoon, jolloin pystyin paremmin näkemään mahdolliset hoitotulokset ja sain asiakkailtani arvokasta palautetta hoitokokonaisuuksista. Riippuen asiakkaiden ongelmista, sain ihan mukavaa palautetta. Mm asiakkaani saivat helpotusta, pohje kramppeihin, alaselän pitkittyneeseen kipuun sekä niska-hartiaongelmiin. Muutamalla tähän hoitoryhmään kuuluvalla asiakkaalla on vielä pari hoitokertaa jäljellä, joten odotan myös innolla heiltä saamaani palautetta akupunktiosta.

Koulutuksen innoittamani tarkoitukseni olisi tulevana syksynä tehdä erillinen kokeiluerä migreeni – päänsärky asiakkaiden kanssa. Tämän lisäksi suunnittelen lähitulevaisuudessa osallistuvani Ari-Matti Huotarin järjestämään neurologisen potilaan tutkimus ja status- koulutukseen, koska koen näin sairaanhoitajana, että kaipaisin tässä lisäopetusta ja saisin myös tästä lisäarvoa omille asiakkailleni. Tämän lisäksi suunnittelen osallistuvani syksyllä järjestettävään kipuyhdistyksen koulutukseen Tampereella. Tähän koulutukseen osallistumismahdollisuutta on tarjottu myös minun nykyisen päätoimisen työnantajani toimesta.

Akupunktio tarjoaa mielestäni hyvän tukihoitomuodon kipupotilaille. Yhdistettynä tehokkaaseen lääkehoitoon, psykososiaaliseen terapia muotoon sekä mahdolliseen toiminta tai fysioterapiaan, näkisin akupunktion olevan myös hyvä lisä tähän kivunhoidolliseen arsenaaliin. Koen, että koulutuksesta olisi erityisesti hyötyä esimerkiksi kipupoliklinikoilla työskenteleville sairaanhoitajille. Suosittelen koulutusta myös leikkausosastolla työskenteleville anestesiahoitajille, jotka ovat kiinnostuneista myös erilaisista vaihtoehdoista / tukihoitomuodoista kipupotilaita hoidettaessa.

17.6.17 Kyröskoskella  
Anne Lehtonen