



SUOMEN
Fysioterapeutit



*Koululaisten
toimintakyvyssä
tikittää aikapommi!*



Kouluterveyskyselyn, Move!-mittausten ja LIITU-tutkimuksen mukaan:

8-25 % koululaisista kokee tuki- ja liikuntaelinoireita
30 %:lla 5.-8.-luokkalaisista on alentunut fyysinen toimintakyky

70 % peruskoululaisista liikkuu liian vähän

20-30 % lapsista ja nuorista tarvitsee erityistä tukea toimintakykynsä kohottamiseksi

Mitä rajoittunut toimintakyky tarkoittaa?

Toimintakyvyn rajoitteella tarkoitetaan jonkinlaista fyysistä tai muuta toimintaa rajoittavaa tekijää millä tahansa päivittäisten toimintojen alueella. Tällainen voi olla esimerkiksi ylipaino, jokin vamma tai vaikkapa lapsen tai nuoren arkea hankaloittavat keskittymiskyvyn ja ajanhallinnan ongelmat.

Käytännössä toimintakyvyn este voi ilmetä esimerkiksi yleisenä jaksamattomuutena, rauhattomuutena, motivaation puutteena liikkumiseen, käsin kirjoittamisen työläytenä tai vaikeutena kantaa kouluvälineitä ja liikkua koulumatkat omatoimisesti. Se voi ilmetä myös

yhteisiin peleihin osallistumisen vaikeutena välitunneilla. Toisinaan lapsen toimintakyvyn ongelmat eivät heti näy voimakkaasti arjessa, vaan aiheuttavat isompia haasteita vasta myöhemmällä iällä.

Koululaisten ja opiskelijoiden fyysisen toimintakyvyn parantuminen on välttämätöntä heidän tulevan työkykyisyytensä turvaamiseksi. Painopisteen siirtäminen ennaltaehkäisevään toimintaan ja varhaiseen puuttumiseen on koululaisten ja opiskelijoiden kannalta keskeistä. Se on myös yhteiskunnan näkökulmasta kustannustehokasta.



Opettajille vuonna 2019* tehdyn kyselyn mukaan:

- 98 %** oli huolissaan oppilaiden keskittymiskyvyn ongelmista
- 80 %** oli huolissaan oppilaiden ongelmista sosiaalisissa suhteissa
- 70 %** arvioi, että oppilaiden fyysisen toimintakyvyn heikkous näkyy työssä melko paljon tai paljon
- 50 %** koki, että oppilaat tarvitsivat paljon tukea kehollisten toimintojen kanssa
- 68 %** katsoi, että koulussa oli melko paljon tai paljon tarvetta fysioterapeutille, joka voisi luoda oppilaille yksilöllisiä harjoitusohjelmia ja tukea heitä fyysisen toimintakyvyn ylläpidossa

* Suomen Fysioterapeutit ry, Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry ja Suomen Tuki- ja liikuntaelinliitto Tule ry toteuttivat kyselyn yhteistyössä opettajien ammattiliitto OAJ:n seitsemän paikallis- ja alayhdistyksen kanssa.

Meillä on testattu ratkaisu, joka toimii!

Fysioterapia tarjoaa tehokkaat keinot ongelman ratkaisemiseksi. Nyt tarvitaan toimenpiteitä, jotta koululaiset ja opiskelijat pääsevät vaivatta fysioterapeutin vastaanotolle.

Kouluilla ja oppilaitoksissa työskentelevän fysioterapeutin tehtäväkuvaan kuuluvat sekä ennaltaehkäisevät toimet koululaisten ja opiskelijoiden fyysisen toimintakyvyn lisäämiseksi että varhainen puuttuminen mm. tuki- ja liikuntaelinoireisiin.

Kouluilla ja oppilaitoksissa toteutuva fysioterapeutin vastaanotto nopeuttaa ja sujuvoittaa koulun ja opiskeluterveydenhuollon moniammatillista yhteistyötä.

Mallia, jossa fysioterapeutti pitää vastaanottoa koulun tiloissa on testattu onnistuneesti mm. Riihimäellä ja Kemissä. Mallin käyttöönotto ei välttämättä tarkoita resurssien lisäämistä. Se voi olla myös niiden kohdistamista uudella tavalla.

Näin tehtiin Riihimäellä

Riihimäellä perusterveydenhuollossa työskentelevä fysioterapeutti **Sirkka Ruokonen** on tehnyt töitä koululaisten parissa jo 15 vuotta.

Riihimäen terveyskeskuksen kuntayhtymä siirsi hänen työpisteensä terveyskeskuksesta yläkouluille ensin kahdeksi vuodeksi. Kokeilu nähtiin onnistuneena ja tarpeellisenä, joten järjestely vakiinnutettiin.

Näin tehtiin Kemissä

Kemiläinen fysioterapeutti **Jari Poikela** on toiminut Kemien koulun fysioterapeuttina seitsemän vuotta. Työn pääpaino on erityistarpeita omaavissa ala- ja yläkouluikäisissä lapsissa ja nuorissa.

Poikelan päätoimi on yksityisen sektorin fysioterapiayrityksessä. Tämän ohella hän työskentelee Kemien kunnan palkkaamana koululla 5 + 5 tuntia kuukaudessa.



Lisätietoja:

**Suomen Fysioterapeutit -
Finlands Fysioterapeuter ry**
p. 0207 199 590
toimisto@suomenfysioterapeutit.fi
www.suomenfysioterapeutit.fi

Neuvontaa toimintamalleista:

Anu Pollari
varapuheenjohtaja
p. 0400 210 890
anu.pollari@suomenfysioterapeutit.fi

» www.suomenfysioterapeutit.fi/fysioterapeutitkouluilla