

# Fyysisen harjoittelun merkitysten rakentaminen geriatrisessa laitospotilaiden kuntoutuksessa

Wallin M.\*, Talvitie U.\*, Cattan M.† and Karppi S-L.‡

\* Terveystieteiden laitos, Jyväskylän yliopisto

† Centre for Health Promotion Research, Leeds Metropolitan University, UK

‡ Tutkimusosasto, Kansaneläkelaitos, Turku

## Taustaa

- Fyysinen aktiivisuus ja harjoittelu toimintakyvyn ylläpitämiseksi
- Elämäntapa muutos haasteellista
- Fysioterapiassa asiakkaan aktiivinen osallistuminen vähäistä

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ



## IKÄ-hanke

- IKÄ-hankkeen intervention tavoitteena edistää vanhusten arjessa selviytymistä
- Fysioterapian sisältö:
  - Liikuntaryhmiä
  - Yksilöterapiaa
  - Terveysneuvontaa fyysisen aktiivisuuteen
- Vanhuksen omaehtoisuuden ja aktiivisen osallistumisen edistäminen

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

## Tutkimuskysymys

- Miten fyysisen harjoittelun merkitystä rakennetaan **tekemisen ja puheen vuorovaikutuksessa** liikuntaryhmätilanteissa?

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

## Aineisto

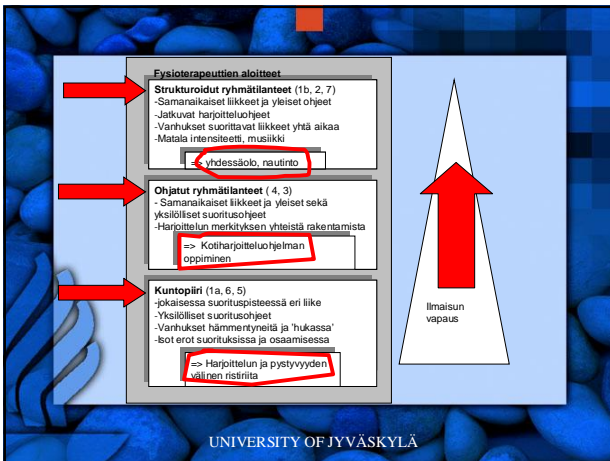
- Liikuntaryhmien videotallenteita (n=7)
  - Yksi kustakin kuntoutuslaitoksesta
  - Kesto 25-50 min
- Ryhmissä 52 kuntoutujaa (66–93 –v.) ja 11 kuntoutusalan ammattilaista (9ft, 1tt ja 1liik.ohj.)
- Nauhoitteet litteroitu sanasta sanaan, lisättyä tauoilla, päälle puhumisilla, epäroinneilla ja kehollisella toiminnalla

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

## Analyysi

- Diskurssianalyttinen lähestymistapa
  - kohteena on kuntoutujien ja fysioterapeutin hetkittäisen vuorovaikutuksen eteneminen ja yhteisten merkitysten muodostuminen puheen ja tekojen kautta
- Vuorovaikutus tilanteiden kerääminen
  - Tyypillisten ja harvinaisten episodien tarkastelu
- Tilanteiden rakenne, vuoroittaisuus, sanan valinnat ja epäsymmetrisyys

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ



## Harjoittelun perustelut

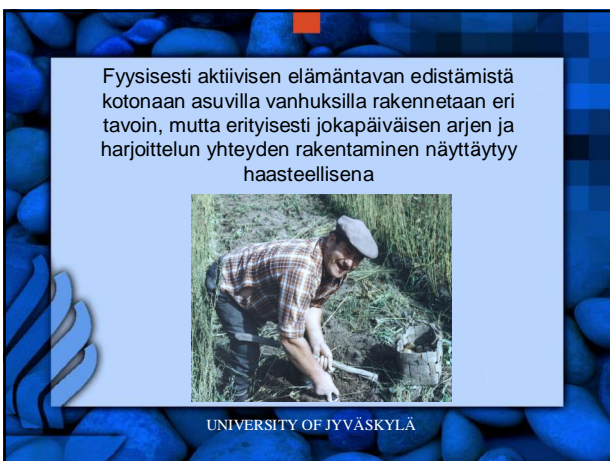
Fysioterapeutit perustelivat niukasti harjoitusohjeita (5/7) ja 2-8/tilanne perustelut olivat puhekielisiä mutta sanasto fysioterapeutista

Sanasto	Esiintyminen
Anatomia ja fysiologia (esim. lanneranka, pohjelihakset)	18
Oireitaehkäiseviä (e.g. turvotukset)	2
Apuvälineen käyttö (esim.kävelykepin käyttö ehkäisee käsien heilumisen)	2

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

- ## Pohdinta
- Vuorovaikutus noudatti pääsääntöisesti institutionaalisen puheen tapaa
    - Ohjaaja on asiantuntija ja kuntoutuja neuvoja tarvitseva asiakas.
  - Ohjaajien päähuomion vei harjoitusohjelman läpivieminen, satunnaisesti lisäksi asiantuntevien perusteiden kertominen.
- UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

- ## Pohdinta
- Kuntoutujat osallistuivat joka ryhmässä tekemällä fysioterapeutin ohjaamat liikkeet
  - Kuntoutujat tekivät aloitteita omista fyysisistä tuntemuksistaan ja kodin arjesta
- UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ



- ## Johtopäätökset
- Kuntoutujan osallistumisen edistäminen
  - Harjoittelun yhdistäminen kodin arkeen
    - Miten harjoitella kotona
    - Mitä apua harjoittelusta saa arjen askareiden sujumiseen, arjessa toimimiseen
- UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ