



Työfysioterapeutin palvelut Työplussassa

Työfysioterapeutin suora- vastaanotto

Työfysioterapeutin suoravastaanotolla tarkoitetaan **tuki- ja liikuntaelinoireisen asiakkaan ensikäyntiä**, jolle asiakas varaa itse ajan silloin, kun suoravastaanotosta on **työnantajan kanssa sovittu**.

Akuuttien vammojen tai tapaturmien hoito eivät kuulu suoravastaanotolle.

Suoravastaanotokoulutuksen saanut työfysioterapeutti selvittää huolellisen oirekartoituksen ja kliinisen tutkimisen avulla tule-oireen syytä, arvioi jatkohoidon tarvetta ja antaa yksilölliset täsmäohjeet omahoitoon ja kivun hoitoon.

Työfysioterapeutti rohkaisee aktiivisuuteen ja tekee suunnitelman toiminta- ja työkyvyn edistämiseksi, arvioi työn vaikutusta tuki- ja liikuntaelinoireisiin ja vaikuttaa aktiivisesti asiakkaan työtapoihin ja työoloihin sekä ehdottaa tarvittaessa muutoksia.

Kuntoutustoimenpiteet käynnistetään mahdollisimman nopeasti toiminta- ja työkyvyn palauttamiseksi.

Fysioterapeutti voi tarvittaessa myöntää sairauslomaa 1-5 päivää. Työfysioterapeutilla on mahdollisuus konsultoida lääkäriä ja tarvittaessa asiakas ohjataan lääkärin vastaanotolle.

Toiminnalla voidaan ehkäistä oireiden pitkittymistä ja nopeuttaa työhön paluuta. Nopea kipuun liittyvien pelkojen hälventäminen ehkäisee oireiden pitkittymistä ja vähentää tule-oireisten passiivisuutta. Kun tietää miten kivun kanssa voi toimia ja miten siihen voi itse vaikuttaa, saa yksilölliset ja turvalliset täsmäohjeet omaharjoitteluun ja toimintakyvyn palauttamiseen, lisää tämä aktiivisuutta, lyhentää sairauslomien tarvetta ja toimintakyvyn alenemaa.

Suoravastaanotto toiminta tehostaa toimintaa ja lisää kustannussäästöjä mm. vähentämällä sairauslomapäiviä ja nopeuttamalla kuntoutumista ja työhön palaamista. Myös tarve ei-suositusten mukaisille jatkotutkimuksille vähenee.

Työfysioterapeutin suoravastaanotosta on sovittava asiakasyrityksen kanssa ja palvelun toteuttaminen on kirjattava työterveyshuollon toimintasuunnitelmaan.

Työfysioterapeutti voi tarvittaessa sopia asiakkaan kanssa seurantakäynnistä sekä antaa työn ja työolojen arvioon perustuvaa työkykyä edistävää neuvontaa ja ohjausta tarvittaessa myös asiakkaan työpaikalla.



Työfysioterapeutin palvelut Työplussassa

Työfysioterapeutin terveystarkastus

Työfysioterapeutin terveystarkastusten tavoitteena on seurata, tukea ja edistää työntekijöiden terveyttä sekä työ- ja toimintakykyä työn fyysiset kuormitustekijät huomioiden.

Terveystarkastusten sisältö ja tavoite suunnitellaan **työterveyshuollon moniammatillisen tiimin ja työpaikan edustajien kanssa yhdessä**. Lisäksi työfysioterapeutit tekevät tarkempia fyysisen toimintakyvyn kartoituksia osana moniammatillista työkykyarviota, kun havaitaan riski fyysisen työkyvyn alentumiseen.

Työntekijän työkykyä ja mahdollista epäsuhtaa työn vaatimusten ja toimintakyvyn välillä selvitetään fysioterapeuttisen tutkimisen ja tarvittaessa **fyysisen toimintakykytestien** avulla. Tulosten perusteella ohjataan työntekijää työ- ja toimintakyvyn ylläpitämiseen ja parantamiseen ja tehdään työkykyä parantavia toimenpitehdotuksia työhön ja työympäristöön liittyen.

Tavoitteena on mahdollisen työkykyriskin varhainen toteaminen ja työkykyyn vaikuttavien sairauksien ennaltaehkäisy sekä riskitekijöiden vähentäminen.

Työtehtävän asettaessa työntekijälle fyysisen toimintakyvyn erityisvaatimuksia valitaan tarvittavat fyysiset suoritus- ja toimintakykytestit jokaiselle työntekijälle ja työntekijäryhmälle kohdennettuna.

Työfysioterapeutin ohjaus- ja neuvontakäynti

Työfysioterapeutti tutkii ja arvioi fyysistä toimintakykyä työn näkökulmasta. Fysioterapeuttisen tutkimisen perusteella neuvotaan ja ohjataan työntekijöitä hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn ylläpitämiseen esim. sopivien työasentojen ja työtapojen ja sujuvaan työskentelyyn ohjaaminen, yksilöllisten itsehoito-ohjeiden ohjaus sekä terveys- ja liikuntaohjaus.

Ohjauksen sisältö suunnitellaan työpaikan työn ja työolojen tuntemuksen sekä työntekijöiden terveydentilan ja työ- ja toimintakyvyn perusteella yhdessä työterveyshuollon moniammatillisen tiimin kanssa.

Tavoitteena on ehkäistä, vähentää tai poistaa työstä johtuvaa haitallista kuormitusta sekä tukea työkykyä kokonaisvaltaisesti. Tuki- ja liikuntaelimestön toimintakyky työssä, työssä tarvittava fyysinen suorituskyky, ergonomia sekä riittävä palautuminen työvuorojen välissä ovat keskeisiä ohjauksikäynnillä käsiteltäviä asioita.

Ohjauksikäynnit toteutetaan **yksilöllisesti** tai **ryhmäohjauksena** tilanteissa, joissa usealla työntekijällä on työssään samat kuormitustekijät. Ergonomiaohjauksella työfysioterapeutti vaikuttaa työoloihin sekä ennaltaehkäisevästi että korjaavasti.



Työfysioterapeutin palvelut Työplussassa

Työfysioterapeutin työpaikkakäynti

Perustyöpaikkaselvitys

Työfysioterapeutti osallistuu perusselvitykseen silloin, kun kohteena on työpaikka, jossa **esitietojen tai toimialan perusteella on erityisesti fyysistä kuormitusta**. Työfysioterapeutin erityisosaamista on **fyysisen kuormituksen arviointi** osana moniammatillista työterveyshuollon tiimiä.

Yhteistyössä työpaikan kanssa työfysioterapeutti osallistuu työtilojen ja -välineiden kehittämiseen ja ergonomian suunnitteluun, mikä edistää terveyttä ja hyvinvointia työssä.

Työpaikkaselvitys sisältää arvion fyysisten kuormitustekijöiden terveydellisestä merkityksestä ja niiden merkityksestä työkyvyille, mikä on keskeisin osa työpaikkaselvitystä ja kuuluu työfysioterapeutin erityisosaamiseen.

Työpaikkaselvitys tehdään työn ja työolosuhteiden merkityksestä työntekijän terveyteen ja työkykyyn yleisesti eikä siinä arvioida työntekijöiden ominaisuuksia. Arvion perusteella laaditaan toimenpidesuosituksen, joiden tavoitteena on auttaa työpaikkaa vahvistamaan työn voimavarakäyttäjät ja poistamaan tai vähentämään työn fyysisiä kuormitustekijöitä.

Työfysioterapeutin suunnattu selvitys

Työfysioterapeutin suunnattu selvitys on prosessi, joka kytkeytyy muihin työterveyshuollon prosesseihin. Suunnattu selvitys tehdään tarpeen mukaan perustyöpaikkaselvityksen perusteella, erityistarpeen tai esiin tulevan ongelman tai terveysriskin perusteella.

Se voi olla esimerkiksi työn fyysisen kuormituksen ja ergonomian arviointi, yhden työntekijän työssä selviytyminen tai osatyökykyisen työn muokkaaminen.

Tavoitteena on antaa työtapoihin ja ergonomiaan liittyvää ohjausta sekä opastaa työntekijöitä valitsemaan työhön parhaiten sopivat, vähiten tuki- ja liikuntaelimestöä kuormittavat työasennot ja työtavat.

Työnäkemiseen liittyvissä ongelmissa kartoitetaan näyttöpäätte-ergonomia ja tarkistetaan työpisteen säädöt ja valaistus. Mikäli työpisteen säätämisen jälkeen on edelleen ongelmia näkemisen suhteen, voidaan kirjoittaa lähete työnäkemiseen erikoistuneelle optikolle, mikäli kyseessä on näyttöpäätetyöntekijä ja omat yleislasit ovat ajantasaisten.

Lue lisää Työplussan palveluista www.tyoplus.fi