

Tittelinä musiikkifysioterapeutti

Selvitys Suomessa toimivien
musiikkifysioterapeuttien koulutustaustasta
ja työnkuvasta

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja terveysala
Fysioterapian koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Kevät 2018
Emma Söderlund

Lahden ammattikorkeakoulu
Fysioterapian koulutusohjelma

SÖDERLUND, EMMA:

Tittelinä musiikkifysioterapeutti

Selvitys Suomessa toimivien
musiikkifysioterapeuttien
koulutustaustasta ja työnkuvasta

Fysioterapian koulutusohjelman opinnäytetyö, 23 sivua, 3 liitesivua

Kevät 2018

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Suomen Musiikkilääketieteen Yhdistykselle (SMULY ry) tietoa suomalaisten musiikkifysioterapeuttien koulutustaustasta, jotta musiikkifysioterapeutin erityispätevyyskriteerit pystyttiin täydentämään ja päivittämään. Suomessa toimii tällä hetkellä viisi musiikkifysioterapeuttia, joille SMULY ry on vuosina 2010-2011 myöntänyt kyseisen erityispätevyyden. Opinnäytetyö on kyselytutkimuksena toteutettu selvitys, johon osallistuivat kaikki viisi suomalaista musiikkifysioterapeuttia. Aineistoa analysoitiin sisällönanalyysin avulla.

Sisällönanalyysin keinoin muodostettu pääkategoria, musiikkifysioterapeutin tietotaito, sisältää kolme yläkategoriaa, jotka ovat kattava koulutus tuki- ja liikuntaelimityksen ja muusikon terveystietämysten saralla, monipuolinen työnkuva ja henkilökohtaiset kokemukset. Tiedonantajien kesken vallitsi yhteinen näkemys siitä, että musiikkifysioterapeutilta vaaditaan vankka tuki- ja liikuntaelimityksen tuntemus sekä soitinten ja niiden ergonomian ja muun tyofysiologian tuntemus. Lisäksi vastauksissa oltiin yhtä mieltä siitä, että muusikkoja hoitavan fysioterapeutin on tunnettava muusikon työn moninaiset paineet.

Työn tarkoituksena oli musiikkifysioterapeutin erityispätevyyskriteerien pohjatyönä taata tulevaisuudessa muusikkojen saaman fysioterapian laatua sekä lisätä tietoisuutta muusikkojen terveydestä. Muusikoihin erikoistuneen musiikkifysioterapeutin antaman fysioterapian vaikuttavuuteen puretuvaa tutkimusta tarvitaan lisää, jotta musiikkifysioterapian erityisala voisi vakiinnuttaa asemaansa Suomessa ja maailmalla.

Asiasanat: musiikkifysioterapia, musiikkifysioterapeutti, musiikkilääketiede, fysioterapia, muusikko, musiikki, koulutus, erityispätevyys, erikoistuminen

Lahti University of Applied Sciences
Degree Programme in physiotherapy

SÖDERLUND, EMMA:

Physiotherapist for musicians

The education and job description of
Finnish physiotherapists for
musicians

Bachelor's Thesis in Physiotherapy, 23 pages, 3 pages of appendices

Spring 2018

ABSTRACT

The objective of the thesis was to collect information about the education of Finnish physiotherapists for musicians. The client of the thesis was the Finnish Musicians' Medicine Association, which used the information from the thesis to update the criteria of becoming a physiotherapist for musicians. At the moment there are five physiotherapists in Finland to whom the Finnish Musicians' Medicine Association has granted the qualification during years 2010 and 2011. The thesis was a survey in which each of the five musicians' physiotherapists from Finland participated.

Questionnaires were processed by means of content analysis and the main category "the competence of a physiotherapist for musicians" was formed. The main category includes three generic categories, which are comprehensive further training in musculoskeletal physiotherapy and musicians' health, diversified job content and personal experiences. All physiotherapists agreed that a physiotherapist for musicians must have a sound understanding of the musculoskeletal system and understand the ergonomics of different instruments. Furthermore, the survey results indicate that a musicians' physiotherapist should understand the joy and the pain of being a musician.

The updated criteria of becoming a physiotherapist for musicians is partly based on the thesis. The purpose of the thesis was to guarantee the quality of the physiotherapy received by musicians and, furthermore, to increase knowledge about musicians' health. The effectiveness of specialized physiotherapy for musicians should be further researched to establish that musicians' physiotherapy is a special field in its own right.

Key words: physiotherapist for musicians, physiotherapy for musicians, physiotherapy, musicians' medicine, musician, education, specialization

Sisältö

1	JOHDANTO	1
2	TYÖN TOIMEKSIANTAJA, TAVOITE JA TARKOITUS	2
2.1	Toimeksiantaja	2
2.2	Tarkoitus, tavoite ja rajaus	2
3	TIETOPERUSTA	3
3.1	Erytispätevyys fysioterapia-alalla	3
3.2	Erikoistumisen tavoitteet	3
3.3	Musiikkilääketiede	4
3.4	Musiikkilääketieteen erityispätevyys	4
3.5	Muusikon ammatin erityispiirteitä	5
3.6	Muusikot vaativat terveydenalan ammattilaisilta erityisosaamista	6
3.7	Muusikkojen fysioterapian erityispiirteitä	6
3.8	Tutkimuksia muusikoiden vaivoista ja niiden hoidosta	7
4	MENETELMÄT	11
4.1	Opinnäytetyökysymys	11
4.2	Aineistonkeruumenetelmä	11
4.3	Systemaattinen tiedonhakuprosessi tietoperustaa varten	12
4.4	Aineiston analyysimenetelmänä sisällönanalyysi	13
4.5	Tulokset	17
5	POHDINTA	18
5.1	Tulosten pohdinta	18
5.2	Opinnäytetyöprosessin pohdinta	19
5.3	Jatkokehittämismahdollisuudet	20
	LÄHTEET	21
	LIITTEET	24

1 JOHDANTO

Vaikka musiikkilääketiede on kohtuullisen uusi ala, on muusikoiden vaivoista jo kuitenkin paljon tutkimusta. Suomessa on myös tehty useita fysioterapian opinnäytetöitä muusikoiden tuki- ja liikuntaelinvaivoista ja niiden hoidosta. Opinnäytetyössä ei haluttu toistaa jo tehtyä työtä, vaan toiveena oli luoda uutta tietoa, jonka myötä ala voisi kehittyä.

Opinnäytetyön aloitushetkellä Suomen Musiikkilääketieteen Yhdistyksellä (jatkossa SMULY ry) oli käytössään suppeat musiikkifysioterapeutin erityispätevyyskriteerit, jotka oli luotu vuonna 2010. Näiden kriteerien perusteella erityispätevyys myönnettiin viidelle fysioterapeutille vuosina 2010-2011. SMULY ry on luonut yhteistyössä Lääkäriliiton kanssa koulutuspolun musiikkilääkäriin erityispätevyyden saamiseksi, ja samankaltaista pätevyysmahdollisuutta SMULY ry halusi tarjota myös muusikoiden hoidosta kiinnostuneille fysioterapeuteille.

Opinnäytetyö on SMULY ry:n tilaama selvitys tämän hetkisten suomalaisten musiikkifysioterapeuttien koulutustaustasta ja työnkuvasta. Yhdistyksen tarkoituksena oli käyttää opinnäytetyötä pohjana musiikkifysioterapeutin kriteerien päivittämiseen. Opinnäytetyö toteutettiin kyselytutkimuksena, jossa tiedonantajina toimivat kaikki viisi suomalaista SMULY ry:n virallistamaa musiikkifysioterapeuttia.

Uudet huhtikuussa 2018 julkaistut kriteerit pohjautuvat muun muassa opinnäytetyössä tehtyihin kyselyihin ja niiden tuloksiin. Kriteerit löytyvät opinnäytetyön liitteistä (Liite 1). Opinnäytetyö antaa kuvan siitä, millaista osaamista musiikkifysioterapeutilta vaaditaan, jotta muusikoiden saama fysioterapia olisi laadukasta ja ammatin lukuisat erityispiirteet huomioon ottavaa. Kriteerien pohjatyönä opinnäytetyö on takaamassa muusikkojen erikoisryhmän saaman fysioterapian laatua sekä lisäämässä tietoisuutta muusikkojen terveydestä. Työ on myös omalta osaltaan vakiinnuttamassa musiikkifysioterapian erityisalaa Suomeen.

2 TYÖN TOIMEKSIANTAJA, TAVOITE JA TARKOITUS

2.1 Toimeksiantaja

Työn kohdeorganisaationa ja toimeksiantajana oli Suomen Musiikkilääketieteen yhdistys eli SMULY ry. Opinnäytetyön ohjaajana toimeksiantajan puolelta toimi yhdistyksen hallituksen sihteeri OMT- ja musiikkifysioterapeutti Satu Palo.

Vuonna 2000 perustettu yhdistys koostuu terveydenhuoltoalan ammattilaisista ja muusikoista. Yhteisenä tavoitteena on muusikkojen terveydenhuollon kehittäminen ja muusikoiden terveysongelmien tietoisuuden lisääminen niin muusikoiden kuin terveydenalan ammattilaisten kesken. Yhdistys kouluttaa lääkäreitä ja fysioterapeutteja osaamaan enemmän kipeän muusikkoasiakkaan tullessa vastaanotolle. (Musiikkilääketiede 2018.)

2.2 Tarkoitus, tavoite ja rajaus

Työn tarkoituksena on musiikkifysioterapeutin erityispätevyyskriteerien pohjatyönä taata tulevaisuudessa muusikkojen erikoisryhmän saaman fysioterapian laatua sekä lisätä tietoisuutta muusikkojen terveydestä ja musiikkifysioterapiasta erityisalana. Tavoitteena on tuottaa SMULY ry:lle tietoa suomalaisten musiikkifysioterapeuttien koulutustaustasta ja työnkuvasta, jotta mm. sen pohjalta voitaisiin päivittää kriteeristö kyseisen tittelin myöntämiseksi. Selvitys on rajattu suomalaisiin muusikkoja hoitaviin fysioterapeutteihin, joille SMULY ry on myöntänyt musiikkifysioterapeutin tittelin.

3 TIETOPERUSTA

3.1 Erityispätevyys fysioterapia-alalla

Fysioterapian asiantuntijuuden määrittelyyn, työuralla etenemiseen ja palkkauksen kehittämiseen tarvitaan ammattikunnan yhteinen kanta. Vuonna 2001 Suomen Fysioterapeutit valmisteli linjauksen fysioterapian erikoisosajasta. Tällä hetkellä käytössä oleva nimike fysioterapian erikoisosajalle on fysioterapian erikoisasiantuntija. (Fysioterapian erikoisasiantuntija 2016, 3.) Suojattuja Fysioterapialiiton myöntämiä erikoisasiantuntijapäteyyksiä ovat tällä hetkellä tuki- ja liikuntaelimestön fysioterapia, aikuisten neurologinen fysioterapia, lasten fysioterapia, kipufysioterapia, perusterveydenhuollon fysioterapia ja työfysioterapia (Fysioterapian erikoisasiantuntija 2016, 2).

3.2 Erikoistumisen tavoitteet

Fysioterapeutilla on terveydenhuollon alalla itsenäinen asema (Fysioterapian erikoisasiantuntija 2016, 8). Sen myötä fysioterapeutilla on vastuu työnsä suunnittelusta, toteuttamastaan terapiasta, arvioinnista ja kehittämisestä (Fysioterapia ammattina 2014). Erikoistuminen tähtää mm. siihen, että fysioterapeutilla on kyky valita päteviä ja luotettavia menetelmiä fysioterapian toteutuksessa ja näin taata palvelun laatua. (Fysioterapian erikoisasiantuntija 2016, 7).

Tutkimustiedon jatkuvasti lisääntyvä määrä tekee mahdolliseksi fysioterapeutin oman teoreettisen ja tieteellisen tiedon alituisen syventämisen. Niin yhteiskunnassa, sosiaali- ja terveysalalla kuin toimintaympäristöissä tapahtuvat muutokset vaativat fysioterapeutilta kykyä hallita erikoisan terapiataidot. Se aiheuttaa myös tarpeen kehittää ja laajentaa osaamista omalla erikoisalueellaan. Erikoistuminen tähtää myös fysioterapeutin kykyyn tarkastella kriittisesti omaa toimintaansa osaamisalueensa sisällä. Lisäksi erikoistunut fysioterapeutti on oman alansa aktiivinen kehittäjä, joka voi ilmentyä esimerkiksi muiden

ohjauksena, opettamisena ja kirjallisen materiaalin tuottamisena.
(Fysioterapian erikoisasiantuntija 2016, 7-8.)

3.3 Musiikkilääketiede

Koska Suomessa ei ole luotu vielä virallista kriteeristöä musiikkifysioterapeutin erityispätevyyden saamiselle, esittelen pohjana selvitykselleni musiikkilääketieteen historiaa sekä musiikkilääketieteen erityispätevyyden.

Maailmanlaajuisesti muusikoiden ongelmiin herättiin 1980-luvulla. Yhdysvalloissa, Englannissa, Ranskassa ja Saksassa perustettiin tällöin muusikoiden hoidosta kiinnostuneiden käsikirurgien, neurologien ja fysiatrien aloitteesta alan lääketieteellisiä yhdistyksiä. (Peltomaa 2013, 2.) Keskeinen musiikkilääketieteellinen julkaisu *Medical Problems of Performing Artists* on ilmestynyt vuodesta 1987 (Blum ym. 2002, 2). Vuonna 2000 sai alkunsa Suomen Musiikkilääketieteen Yhdistys, SMULY ry. Yhdistykseen kuuluu mm. lääkäreitä, fysioterapeutteja, muita hoitoalan henkilöitä, muusikoita ja soitonopettajia. (Peltomaa 2013, 2.)

Musiikkilääketieteen tutkimuksen kohteena on muusikko samoin kuin urheilulääketieteen kohde on urheilija. Molemmat tieteenalat tutkivat kohteensa suorituksia, sairauksia sekä niiden ehkäisyä ja hoitoa. (Blum ym. 2002). Musiikkilääketiede on monen erikoisalan yhteistyötä vaativa alue, jota mikään yksi erikoisala ei kata. Näin ollen muusikkopotilaiden lisääntyttä päätettiin alan kehityksen varmistamiseksi ja muusikoiden hoidon laadun takaamiseksi perustaa musiikkilääketieteen erityispätevyys lääkäreille Suomessa vuonna 2004. (Peltomaa 2013, 2.)

3.4 Musiikkilääketieteen erityispätevyys

Vuonna 2004 luotu musiikkilääketieteen erityispätevyys koulutus koostuu pohjakoulutuksesta, käytännöstä, teoreettisesta kurssimuotoisesta koulutuksesta ja erityispätevyyskoulutuksesta. Sen ydintavoitteena on

taata muusikoiden korkeatasoinen hoito, samaan tapaan kuin urheilulääketiede takaa urheilijoiden hoidon laadun. (Peltomaa 2013, 2.)

Erityispätevyyden suorittavalta lääkäriltä vaaditaan perehtyneisyyttä muusikoiden, niin soittajien ja laulajien kuin säveltäjien ja kapellimestareidenkin ammattiin liittyviin sairauksiin. Kokelaalta vaaditaan muusikon biomekaniikan perusteiden hallintaa ja itsenäinen muusikon vaivojen tutkimis-, diagnosointi- ja hoitokyky. Lisäksi tulee olla perehtynyt riittävän laajasti eri instrumentteihin ja niiden soittotekniikoihin sekä soittamiseen liittyviin riskitekijöihin. Musiikkilääkärin erityispätevyyden saava tunnistaa oman osaamisensa rajat ja on riittävän perehtynyt muihin muusikoiden hoitoon liittyvien erityisalojen alustavaan diagnosointiin ja hoitoon sekä potilaan eteenpäin ohjaukseen. Muusikoiden työympäristö ja työyhteisö terveydellisine haasteineen on edelleen hakijalle tuttu. (Peltomaa 2013, 2-3.) Musiikkilääkärin pitää näin ollen ymmärtää muusikkona olemisen iloa ja tuskaa ja lisäksi hallita muusikon terveyskysymykset ja niiden tutkimus. Lääkäriltä ei vaadita soitto- tai laulutaustaa, mutta siitä ei varmasti ole haittaan. (Blum ym. 2002, 1631.)

3.5 Muusikon ammatin erityispiirteitä

Muusikon ammatti on yleisesti ymmärrettyä fyysisempi (Blum ym. 2002, 1609). Se vaatii soittajan keholta ja mieleltä äärimmäisen paljon. Mahdollisimman virheetöntä ja monimutkaista hienomotoriikkaa tavoitellaan päivittäisellä, tuntikausia jatkuvalla soitolla vuosi toisensa jälkeen. (Chan & Ackermann 2014, 2.) Harjoittelu sisältää jatkuvasti toistuvia nopeita ja yksipuolisia liikkeitä staattisissa asennoissa. Tämä johtaa usein siihen, että kudosten kestävyys on jatkuvasti äärirajoilla ja lopulta erilaiset tuki- ja liikuntaelimistön ongelmat provosoituvat. (Peltomaa 2013, 1.)

Tyypillisiä muusikoiden vaivoja ovat mm. yläraajojen rasisperäiset tukielinvaivat, liian soittamisen myötä ilmenevät neurologiset vaivat, työskentelyasentoon ja ergonomiaan liittyvät ongelmat, laulajien

ääniongelmat ja kuulon ongelmat. Lisäksi muusikot ovat nuoruudestaan lähtien alttiina kovan kilpailun tuomalle stressille ja monet muusikot oireilevat psyykkisesti. Kaikki edellä mainitut vaivat uhkaavat muusikoiden työssäjaksamista ja työkykyä. (Peltomaa 2013, 1-2.)

Muusikon toimintaympäristön tunteminen on myös oleellisessa osassa puhuttaessa muusikkojen fysioterapiasta. Muusikon toimintaympäristö on poikkeuksellinen; mikään muu ammatti ei vastaa sitä. Lisäksi muusikon ammatin sisällä on useita eri toimintaympäristöjä. Pelkästään se, soittaako orkesterimuusikko lavalla vai lavan eteen rakennetussa montussa, muuttaa toimintaympäristöä ja näin ollen vaikuttaa soiton fysiologiaan (Kenny, Driscoll & Ackermann 2016).

3.6 Muusikot vaativat terveydenalan ammattilaisilta erityisosaamista

Seuraavissa kappaleissa avataan tutkimusten valossa sitä, miksi muusikot ovat terveydenalan ammattilaisilta erityisosaamista vaativa asiakasryhmä.

Blum ym. artikkelissaan *Musiikkilääketiede – Muusikon terveydeksi* esittää, että muusikolle soittimen koosta ja muodosta aiheutuneet terveyshaitat ovat ehkäistävissä. Tähän tarvitaan yhteistyötä niin soittajan, soitonopettajan, muusikoiden vaivoihin perehtyneen musiikkilääkäriin ja soitinrakentajan kanssa (Blum ym. 2002, 5). Kirjoittajan kokemus muusikkona sekä musiikkifysioterapian harjoittelijana on täysin sama. Samoin kuin hoitavan lääkärin on oltava perehtynyt muusikon toimintaympäristöön ja vaivoihin, on myös hoitavan fysioterapeutin hyvä olla muusikoiden hoitoon perehtynyt, jotta hoito olisi tehokasta, näyttöön perustuvaa ja turvallista sekä tulos kestävä.

3.7 Muusikkojen fysioterapian erityispiirteitä

Chan ja Ackerman (2014) katsauksessaan *Evidence Informed Physical Therapy Management Of Performance Related Musculoskeletal Disorders In Musicians* esittelevät tutkittua tietoa muusikoiden fysioterapiasta.

Fysioterapeutti on koulutettu hoitamaan ja kuntouttamaan monenlaisia erilaisia vaivoja neurologisista sairauksista tuki- ja liikuntaelinvaihoihin. Katsauksen mukaan fysioterapeuttien manuaalista osaamista, harjoitteluosaamista, biomekaniikan osaamista ja monenlaista muuta osaamista on järkevää hyödyntää myös muusikoiden soittoon liittyvien vaivojen hoitoon. (Chan ym. 2014, 2.) Fysioterapeuttien näkökulmaa kuntoutukseen täytyy kuitenkin laajentaa ja spesialisoida, jotta se vastaisi paremmin muusikoiden tarpeita. Ammattimuusikoiden kanssa työskennellessä on pystyttävä tarjoamaan erityisesti muusikoille räätälöityä ja tarkoituksenmukaista hoitoa ja ohjeistusta, jotta muusikko voi myös jatkossa säilyttää kykynsä soittaa ammattinsa vaatimalla tasolla (Chan ym. 2014, 3, 9).

Muusikoita hoitavia fysioterapeutteja on kuitenkin verrattuna esimerkiksi urheilijoita hoitaviin fysioterapeutteihin vähän. Tähän vaikuttaa paljon se, että muusikoihin spesialisoitua fysioterapiakoulutusta on vielä niukasti tarjolla. (Chan ym. 2014, 1.) Koulutusta on onneksi saatavilla koko ajan enemmän, ja esimerkiksi syksyllä 2018 Saksassa järjestetään jo toinen musiikkifysioterapian maailmankonferenssi (Hochschule Osnabrück 2018). Kesällä 2018 SMULY ry järjestää Helsingissä kolmannen Pohjoismaisen Musiikkilääketieteen Konferenssin, joka sisältää ohjelmaa myös fysioterapeuteille (Musicians' Health and Performance 2018).

3.8 Tutkimuksia muusikoiden vaivoista ja niiden hoidosta

Seuraavaksi esitetään tutkimuksia, jotka realisoivat muusikkojen ongelmien laajuutta niin harraste-, opiskelija- kuin ammattimuusikoilla.

Artikkelissaan *Pain and Posture of Children and Adolescents Who Learn the Accordion as Compared with Non-Musician Students* Aparicio, Lã ja Silva (2016) esittelevät tutkimuksensa nuorista harmonikan soittajista. Tutkimuksessa havainnointiin harmonikan soiton vaikutuksia lapsien ja nuorten kehon asentoon ja kipuihin. Soittajien kipuja ja asentoja verrattiin lapsiin ja nuoriin, joilla ei ollut musiikkiharrastusta. Harmonikkaa soittavalla

kohderyhmällä havaittiin huomattavasti enemmän kipuja hartiasseudulla, ranteessa/kädessä sekä rintarangan alueella. Myös pään eteen työntynyttä asentoa ja alaselän lordoosin korostumista ilmeni soittajilla huomattavasti enemmän kuin verrokkiryhmällä. (Aparicio, Lã ja Silva 2016, 187.)

Koko ajan kasvavassa kehossa harmonikan soitto voi ilman asianmukaista ohjausta vaikuttaa fyysiseen kehitykseen. Soittoajat ovat ammattilaiseksi tähdätessä suuria, soittoasennot staattisia ja soittoon vaadittavat liikkeet yksipuolisia. Lisäksi harmonikka soittimena on yksi isoimmista ja painavimmista instrumenteista, joita soittajat joutuvat kannattelemaan. Tutkimus vahvistaa näkemystä siitä, että musiikkioppilaitoksissa on tarvetta soiton aiheuttamien tuki- ja liikuntaelinvaivoja ennaltaehkäisylle. (Aparicio, Lã ja Silva 2016, 187, 191.) Ennaltaehkäisyn puolesta puhuvat myös Chan & Ackermann (2014, 10), joiden mukaan tietoa soittajien vaivoista ja niiden ehkäisystä tulisi tarjota soittajille jo varhaisesta vaiheesta lähtien.

Joensuu ja Vastamäki (2008, 2865) selvittivät tutkimuksessaan, millaisten vaivojen vuoksi suomalaiset harraste- ja ammattimuusikot olivat hakeutuneet musiikkilääketieteeseen perehtyneen käsikirurgin vastaanotolle. Lisäksi selvitettiin, kuinka heitä pystytään kirurgin vastaanotolla auttamaan. Aineisto koostui 148 potilaasta, joista kolmannes oli musiikin harrastajia ja kaksi kolmannesta ammattimuusikoita. Keski-ikä oli 34 vuotta. Tulokset paljastavat, että yleisin diagnoosi oli TOS-oireyhtymä ja soittajan rasituskäsi. Yleisimmät syyt oireille olivat soittomäärien lisääntyminen ja riittämätön palautuminen. 11% tutkimukseen osallistuneista päädyttiin lopulta hoitamaan leikkauksella. (Joensuu & Vastamäki 2008, 2865.)

Vain noin joka kymmenes kirurgin pakeille tulleista muusikoista jouduttiin siis hoitamaan operatiivisesti. Nykyisen hoitosuuntauksen painotus esimerkiksi muusikoiden TOS-vaivoissa onkin toiminnallisessa konservatiivisessa kuntoutuksessa. Tutkimukseen osallistuneista TOS-

potilaista 18% jouduttiin operoimaan, koska konservatiivinen hoito ei auttanut riittävästi. (Joensuu & Vastamäki 2008, 2868.)

Ensinnäkin huomion arvoista tutkimuksessa on se, että käsikirurgille tullessaan useimmille TOS-potilaille oli aikaisemmassa hoitopaikassa diagnosoitu jännetulehdus tai vastaava vaiva, joilla on aivan eri hoito kuin TOS-oireyhtymällä. Nykyinen hoitosuuntaus muusikoiden toiminnallisessa TOS-vaivassa onkin toiminnallinen fysioterapia, joka keskittyy ergonomiaan ja soittotekniikkaan. (Joensuu & Vastamäki 2008, 2868.) Toiseksi, tutkimukseen osallistuneiden keski-ikä kertoo ongelman laajuudesta jo nuorten muusikoiden kohdalla.

Lisäksi TOS-potilaiden osalta tutkimusta tarkastellessa paljastuu erityisryhmään perehtyneisyyden välttämättömyys muusikoiden hoidossa. Hoidon laadun takaamiseksi muusikkoja hoitavan ammattilaisen tulisi tuntea muusikkojen yleisimmät vaivat ja osata tunnistaa mahdollinen virhediagnoosi. Esimerkiksi musiikkifysioterapeutin olisi hyvä olla perehtynyt eri soitinten soittotekniikkaan ja -asentoon, jotta hoito olisi tuloksellista.

Vastamäki ja Joukamo-Ampuja (2007) toteavat tutkimuksessaan *Soittoon liittyvät tukielinvaivat tavallisia jo Sibelius-Akatemian opiskelijoilla*, että puolet opiskelijoista ovat viimeisen vuoden sisällä käyneet lääkärissä soittamiseen liittyvän vaivan vuoksi. Lisäksi ilmeni, että opiskelijat oireilevat runsaasti psyykkisesti, sillä soiton opiskelu ja keskinäinen kilpailu ovat psyykkisesti kuormittavia tekijöitä. Lähes puolet muusikoista ilmoittivat tällä hetkellä olevansa paljon tai jonkin verran stressaantuneita. Hälyttävää on myös, että 11 % opiskelijoista koki joskus kärsineensä henkisestä väkivallasta eli jatkuvasta, toistuvasta kiusaamisesta, sortamisesta tai loukkaavasta kohtelusta. (Vastamäki & Joukamo-Ampuja 2007.)

Instrumentin soitto on hyvin kokonaisvaltainen tapahtuma. Jokainen opiskelija laittaa jo opiskellessaan koko persoonansa peliin ja näin ollen epäonnistumiset soitossa otetaan raskaasti. Ongelmatilanteissa

opiskelijan keino on virheellisesti lisätä harjoittelun määrää laadun sijasta. Tämä kuitenkin säännönmukaisesti pahentaa tilannetta. Se näkyy usein mahdollisen tuki- ja liikuntaelin vaivan pahenemisena tai puhkeamisena. Näin syntyy tilanne, jossa pienikin soittoa haittaava tukielinvaiva saattaa romahduttaa paljon. (Vastamäki & Joukamo-Ampuja 2007.) Tutkimuksen pohjalta voisi ehdottaa seuraavaa. Jotta hoitava alan ammattilainen pystyy ymmärtämään muusikon oireita ja puuttumaan muusikon ammatin monimutkaisiin ongelmiin, täytyy hänen olla perehtynyt ammatin fyysisiin, psyykkisiin sekä sosiaalisiin rasitustekijöihin. Fysioterapeutin muusikoiden vaivoihin perehtyneisyyttä korostavat myös Chan, Driscoll, & Ackermann (2012, 1,7) tutkimuksessaan orkesterimuusikoista Australiassa.

4 MENETELMÄT

4.1 Opinnäytetyökysymys

Opinnäytetyökysymykseksi valikoitui toimeksiantajan toiveiden mukaisesti spesifisti musiikkifysioterapian erityisalaan pureutuva kysymys: *Millaista osaamista suomalaisilla musiikkifysioterapeuteilla on?* Tähän kysymykseen vastataan kyselyiden tuloksia analysoitaessa, sekä johtopäätöksissä.

4.2 Aineistonkeruumenetelmä

Aineistona selvityksessä toimii syksyllä 2017 kerättyjen kyselyjen vastaukset. Toimeksiantajan toiveena oli saada tietoa nykyisten musiikkifysioterapeuttien työnkuvasta ja koulutuksesta. Kyselylomake löytyy liitteistä (Liite 2).

Suomessa toimii tällä hetkellä viisi musiikkifysioterapeuttia, ja tarkoituksena oli lähettää sähköinen kysely jokaiselle heistä. Ennen kyselyjen tekemistä perehdyttiin kokonaisuudessaan musiikkifysioterapian maailmaan ja tutustuttiin vastaajien tilanteisiin, jotta voitaisiin varmistua siitä, että he ovat juuri oikea ryhmä antamaan tietoa selvityksen kohteena olevista asioista. Kriteereinä vastaajalle oli, että hän on musiikkifysioterapeutti ja on toiminut niissä työtehtävissä lähimenneisyydessä tai toimii edelleen.

Kaikille viidelle musiikkifysioterapeuteille päädyttiin lähettämään kutsu kyselyyn osallistumiseen. Kaikki olivat halukkaita vastaamaan, ja kysely toteutettiin sähköpostitse. Nopeaa aikataulua suosiva ja selkeä kysely vastasi parhaiten toimeksiantajan päämääriä ja toiveita. Kysymykset olivat sekä määrällisiä että laadullisia, ja ne antoivat tilaa tiedonantajien omalle äänelle ja ajatuksille.

4.3 Systemaattinen tiedonhakuprosessi tietoperustaa varten

Tietoperustan muodostamista varten toteutettiin systemaattinen tiedonhakuprosessi, jossa pyrittiin löytämään suuresta määrästä tutkimustietoa luotettavat ja opinnäytetyön aiheen kannalta relevantit lähteet. Internetistä etsittiin tutkimuksia seuraavista tietokannoista: PubMed, Mastofinna ja Google Scholar. Musiikkifysioterapian ollessa käytännössä täysin uusi ja vielä epävirallinen ala, sopivia tutkimuksia siitä haettaessa hakusanoilla *musiikkifysioterapia* ja *music physiotherapy* löytyi kaksi. Kriteerinä oli, että tutkimuksissa tuodaan esille muusikkojen hoidon erityisvaatimuksia myös fysioterapian näkökulmasta. Pelkästään muusikkojen vaivoista kertovia tutkimuksia ei otettu mukaan kirjallisuuskatsaukseen.

Hyödyllisiä artikkeleita etsittiin Sibelius-Akatemian kirjastosta lehdestä *Medical Problems of Performing Artists*. Lehden artikkeleista kaksi valikoitui mukaan kirjallisuuskatsaukseen, sillä ne olivat tuoreita sekä tähdensivät muusikkoja hoitavien ammattilaisten erikoistumisen tärkeyttä, ja näin sopivat opinnäytetyön näkökulmaan.

Mukaan valikoitui neljä englanninkielistä tutkimusta, kaksi tietokantahausta ja kaksi ammattilehdestä *Medical Problems of Performing Artists*. Aikakauskirja Duodecimin sivuilta valittiin kolme muusikoiden terveyteen liittyvää artikkelia suomeksi. Työssä on hyödynnetty myös mm. Suomen Fysioterapeuttien liiton ja Lääkäriliiton sivuja erityispätevyyksiin liittyvässä tiedonhaussa.

Tarkoituksena oli käyttää mahdollisimman uutta ja luotettavaa tietoa, ja alkuperäinen suunnitelma oli sulkea pois yli 10 vuotta vanhat tutkimukset. Lopulta työhön valikoituneista lähteistä kaksi on yli 10 vuotta vanhoja saatavilla olevan tutkimuksen vähäisyyden vuoksi. Tieto on niissä kuitenkin ajantasaista verrattuna uudempiin artikkeleihin samoista aiheista.

4.4 Aineiston analyysimenetelmänä sisällönanalyysi

Tuloksia analysoitiin sisällönanalyysin keinoin. Sisällönanalyysi valikoitui menetelmäksi siksi, että sen avulla pystytään kontrolloidulla tavalla luomaan selkeyttä aineistoon, ensin hajottamalla se pieniin osiin ja lopuksi kokoamalla uudestaan kokonaisuudeksi. Menetelmä tuntui sopivalta sen mahdollistaessa selkeiden ja mahdollisimman objektiivisten johtopäätösten teon.

Sisällönanalyysin ensimmäinen vaihe on pelkistäminen eli redusointi (Tuomi & Sarajärvi 2013, 109). Analysoitava informaationa toimi sähköpostitse kerätty kyselyaineisto. Pelkistämässä käytin analyysiyksikkönä sanaa tai lyhyttä ilmausta, joka liittyy tutkimuskysymykseen ”Millasta osaamista suomalaisilla musiikkifysioterapeuteilla on?”.

Pelkistäminen jälkeen seuraa pelkistetyn aineiston ryhmittely eli klusterointi. Ryhmät muodostavat aineiston alakategoriat. Tämän jälkeen muodostetaan alakategorioille vielä yläkategoriat, ja lopulta saadaan tulokseksi pääkategoria. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 109-112.)

Seuraavaksi esitellään klusteroinnin seurauksena muodostuneet ryhmät ja niiden sisältämiä pelkistettyjä ilmauksia. Pelkistetyistä koulutusta kuvaavista ilmauksista kuten *työfysioterapeutti*, *OMT-fysioterapeutti*, *TULE-fysioterapian erikoisasantuntija*, syntyi ryhmä ”Kouluttautuminen fysioterapian saralla”. Musiikkilääketieteeseen kohdistuvista ilmauksista kuten *SMULY ry:n toiminta*, *musiikkitalon muusikkopoliklinikka*, *musiikkilääketieteen konferenssit*, syntyi Kouluttautuminen musiikkilääketieteen saralla -ryhmä. Ryhmään ”Muu koulutus” valikoitui redusoinnissa musiikkifysioterapeutin ammattitaitoon vaikuttavien muiden koulutusten ilmaukset. Tässä tapauksessa sellainen oli *musiikin maisterin tutkinto*. Nämä kolme pelkistämisestä seurannutta ryhmää muodostavat keskenään taas keskenään yläkategorian ”Kattava koulutus tuki- ja liikuntaelimestön ja muusikoiden terveystieteiden saralla”. Taulukko 1.

Pelkistäminen ja ryhmittely havainnollistaa pelkistämisen tulosten ryhmittelyä alakategorioihin.

Taulukko 1. Pelkistäminen ja ryhmittely.

Pelkistäminen	Alakategoria
<ul style="list-style-type: none"> - Työfysioterapeutti - OMT-fysioterapeutti - TULE-fysioterapian erikoisasiantuntija - SOMTY:n kurssit (kipu-, neuraalikudos- ja harjoitekurssit) - Muiden järjestäjien fysioterapia-alan kursseja - Voicemassage-terapeutti - PhysioTrainer 	Kouluttautuminen fysioterapian saralla
<ul style="list-style-type: none"> - SMULY ry:n toiminta - Musiikkitalon muusikkopoliklinikka - Musiikkilääketieteen konferenssit/tapahtumat/koulutukset Suomessa ja ulkomailla - Opintomatkat 	Kouluttautuminen musiikkilääketieteen saralla
<ul style="list-style-type: none"> - Musiikin maisteri 	Muu koulutus
<ul style="list-style-type: none"> - Vastaanotto 15-25 muusikkoa viikossa - Soittoasennon arviointi ja ohjaus - Spesifioitu terapeutin harjoittelu - Manuaalinen terapia - Toiminnallisten ääniongelmien hoito ja parentafysiologiset tukihoidot 	Kliininen vastaanottotyö muusikkoasiakkaiden ammattispesifiin fysioterapiaan painottuen
<ul style="list-style-type: none"> - Opetusta musiikkioppilaitoksissa yksilöohjauksesta ryhmäohjauksiin ja luennointiin - Muu luennointi- ja koulutustyö - Musikon ergonomia -kurssit useissa oppilaitoksissa - Saliohjaukset - Viulisti- ja huilistiklinikat SibA:lla 	Opetus, kehittämis- ja luennointityö musiikkioppilaitoksissa
<ul style="list-style-type: none"> - Musikon ergonomia -kurssit useissa oppilaitoksissa - Saliohjaukset yhteistyössä oppilaitosten kanssa 	Uraaurtava kehitystyö muusikoiden terveyden parissa

- Viulisti- ja huilistiklinikat SibA:lla	
- Henkilökohtainen kiinnostus musiikkiin - Oma kokemus muusikon ammatista - vahva soitintuntemus - Muusikoiden ammattiin tutustuminen (konsertit, kiertueet, harjoittelu, paineet)	Muusikon työn syvä tunteminen
- Vankka tuki- ja liikuntaelin ongelmien tuntemus - vahva harjoitteluterapian tuntemus - harjoitusfysiologian asiantuntemus - kykenee tarvittaessa manuaaliseen hoitoon - hyvin verkostoitunut sekä erilaisten terapeuttien että lääkäreiden kanssa - työfysiologian ja ergonomian tuntemus - Suomen terveydenhoitaja vakuutus järjestelmän tunteminen	Vankka fysioterapeuttinen osaaminen
- Tervejärkinen - Arjen realiteetit hyväksyvä - Nöyrä - Hyvä havainnointikyky - Moniammatillinen yhteistyökyky - Asiakslähtöisyyttä toteuttava - jatkuvasti oppiva - Ei arvaile, vaan tietää mitä tekee - hyvä ihmistuntija ja psyykinen tukia	Henkilökohtaiset ominaisuudet

Taulukosta 1 nähdään, että pelkistetyistä ilmauksista muodostui lopulta 10 alakategoriaa. Nämä alakategoriat ovat kouluttautuminen fysioterapian saralla, kouluttautuminen musiikkilääketieteen saralla, muu koulutus, kliininen vastaanottotyö muusikkoasiakkaiden ammattispesifiin fysioterapiaan painottuen, opetus, kehittämis- ja luennointityö musiikkioppilaitoksissa, uraauurtava kehitystyö muusikoiden terveyden parissa, muusikon työn syvä tunteminen, vankka fysioterapeuttinen osaaminen ja henkilökohtaiset ominaisuudet.

Alakategoriat jakautuvat edelleen kolmeen yläkategoriaan, jotka ovat kattava koulutus tuki- ja liikuntaelimestön ja muusikon terveystieteiden saralla, monipuolinen työnkuva ja kokemukset. Yhdessä yläkategorioista muodostuu pääkategoria, jolle annettiin nimi musiikkifysioterapeutin tietotaito (Taulukko 2. s. 20).

Taulukko 2. Pääkategorian muodostuminen.

Alakategoria	Yläkategoria	Pääkategoria
Kouluttautuminen fysioterapian saralla	Kattava koulutus tuki- ja liikuntaelimestön ja muusikon terveystieteiden saralla	Musiikkifysioterapeutin tietotaito
Kouluttautuminen musiikkilääketieteen saralla		
Muu koulutus		
Kliininen vastaanottotyö muusikkoasiakkaiden ammattispesifiin fysioterapiaan painottuen	Monipuolinen työnkuva	
Opetus, kehittämis- ja luennointityö musiikkioppilaitoksissa		
Uraaurtava kehitystyö muusikoiden terveyden parissa		
Muusikon työn syvä tunteminen	Henkilökohtaiset kokemukset	
Vankka fysioterapeuttinen osaaminen		
Henkilökohtaiset ominaisuudet		

4.5 Tulokset

Fysioterapeutti on terveydenhuoltoalan ammattilainen, jonka erityisosaamisalueita ovat terveys, liikkuminen ja toimintakyky. Fysioterapeutin ammattitaitoon kuuluu muun muassa terveyttä ja toimintakykyä edistävä ohjaus ja neuvonta, terapeuttisen harjoittelun ohjaus ja manuaalinen terapia. (Mitä on fysioterapia 2018.) Kyselyjen analysoinnin perusteella nähdään, että musiikkifysioterapeutin osaaminen koostuu pääosin samoista elementeistä, kuin peruskoulutuksen suorittaneen fysioterapeutin osaaminen. Peruskoulutuksen lisäksi kaikilta musiikkifysioterapeuteilta löytyy huomattavasti lisäkouluttautumista tuki- ja liikuntaelimestön saralla, sekä erityisesti musiikkilääketieteen erikoisalalla. Kolme viidestä musiikkifysioterapeutista on suorittanut myös työfysioterapeutin koulutuksen.

Kolmella viidestä tiedonantajasta asiakaskunta koostuu suurimmaksi osaksi muusikoista, ja kokemusta muusikkojen hoidosta on vuosikymmenten ajalta. He tekevät paljon yhteistyötä niin musiikkioppilaitosten kuin ammattiorkesterien kanssa, ja ovat kehittäneet urauurtavia konsepteja soittajien terveyden edistämiseen. Kaksi vastanneista musiikkifysioterapeuteista on tällä hetkellä muissa tehtävissä, joka selittää sen, ettei heillä tällä hetkellä ole yhtä paljon muusikkoasiakkaita ja yhteistyöprojekteja.

Kaikkia vastanneita yhdistää kiinnostus musiikkiin ja muusikon elämän syvään tuntemiseen ja ymmärtämiseen. Kaksi musiikkifysioterapeuteista mainitsi omasta taustastaan soittajana.

Vastanneiden kesken vallitsi selkeä yhteinen näkemys siitä, että musiikkifysioterapeutilta vaaditaan vankka tuki- ja liikuntaelimestön tuntemus sekä soitinten ja niiden ergonomian ja muun työfysiologian tuntemus. Lisäksi kaikki olivat yhtä mieltä siitä, että hoitavan fysioterapeutin on tunnettava muusikon työn moninaiset paineet, kuten jo nuoruusiällä alkanut kova kilpailu sekä niin fyysisesti kuin psyykkisesti kuormittava työnkuva.

5 POHDINTA

5.1 Tulosten pohdinta

Laulajia lukuun ottamatta, muusikot soittavat pääasiassa jotain instrumenttia. Kalliita arvosoitimia varjellaan läpi elämän, jotta soittaminen on mahdollista seuraavissakin harjoituksissa ja esiintymisissä. Kuitenkin niin kuin juoksija juoksee jaloillaan, soittaa esimerkiksi pianisti yläraajoillaan. Hän ottaa tukea yläraajojen toimintaan koko kehostaan sekä eläytyy musiikkiin koko kehollaan. Mitä tapahtuu, jos soittimen sijaan rikki meneekin vielä monimutkaisempi luomus, soittajan keho?

Fysioterapeutti on terveydenhuoltoalan henkilöistä usein se, jota muusikko tällaisessa tilanteessa tapaa tiheimmin. Se, että fysioterapeutti muusikon tavatessaan kykenee ymmärtämään esimerkiksi soittokiellossa olevan muusikon syvän tuskan ja pelon, on ensiarvoisen tärkeää luottamuksellisen hoitosuhteen syntymiselle.

Tiedonantajien vastauksissa korostuu odotetusti muusikon ammatin erityispiirteiden tunteminen ja muusikon elämän ilojen ja surujen ymmärtäminen. Oma kokemukseni niin muusikkona kuin fysioterapeuttiopiskelijana vastaa tiedonantajien näkemystä. Pelkästään kehon ja instrumenttien mekaaninen ymmärtäminen ei riitä hoidettaessa muusikkoja. Kuten missä tahansa muussa fysioterapiassa, tulisi muusikkoja hoitavan fysioterapeutin ymmärtää asiakastaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Muusikoita hoidettaessa tämä tarkoittaa muun muassa ymmärrystä musiikin ja soittamisen vaikutuksista muusikon identiteettiin ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.

Vastausten perusteella omasta muusikkotaustasta on muusikoiden hoidossa hyötyä. Tiedonantajien mukaan se ei kuitenkaan ole välttämätöntä, mutta taas henkilökohtainen kiinnostus musiikkiin on. Toisaalta, kuka haluaisi ryhtyä musiikkifysioterapeutiksi, jos ei olisi ollenkaan kiinnostunut musiikista tai muusikoista. Vastauksista kävi myös

ilmi, että musiikkifysioterapeutti-nimikkeen sisältä löytyy edelleen monia erikoistumismahdollisuuksia. Yksi tiedonantajista hoitaa eniten laulajia, toinen taas on hankkinut osaamista erityisesti jousisoittajien saralla. Vastauksista käy näin ilmi, että ei ole yhtä oikeaa koulutuspolkua opiskella musiikkifysioterapeutiksi, eikä ole yhtä ainoa tapaa toteuttaa musiikkifysioterapiaa.

Opinnäytetyössä saatiin vastaus tutkimuskysymykseen: ”Millaista osaamista suomalaisilla musiikkifysioterapeuteilla on?”. Lisäksi kyselyn tulokset kertovat suomalaisten musiikkifysioterapeuttien monipuolisesta työnkuvasta sekä heidän omistautuneesta ja innostuneesta asenteestaan musiikkifysioterapiaa kohtaan.

5.2 Opinnäytetyöprosessin pohdinta

Menetelmäksi valikoitunut kyselytutkimus sopi tutkimusmenetelmäksi hyvin, vaikkakin otanta oli pieni ja tulokset eivät ole yleistettävissä. Sekä tiedonantajien ja toimeksiantajan SMULY ry:n kiireistä aikataulua palveli myös parhaiten nopeasti tehtävissä oleva kysely, jotta kriteeriasia saatiin eteenpäin.

Opinnäytetyöprosessi on tämän opinnäytetyön kohdalla ollut monista syistä pitkä ja pirstaloitunut. Siitä huolimatta opinnäytetyöprosessi oli opettavainen ja se selkeytti erityisesti tutkimuksellisten asioiden ymmärtämistä. Pohjatyönä tehty muihin erityispätevyyksiin tutustuminen oli myös mielenkiintoista ja hyödyllistä tulevaisuutta ajatellen. Prosessi oli tekijän toiveiden mukaan hyvin työelämälähtöinen, ja opinnäytetyön tekijä valittiin loppujen lopuksi mukaan SMULY ry:n hallitukseen ja kriteerien päivittämisprosessiin.

Opinnäytetyön kaltaista tutkimusta ei musiikkifysioterapiasta Suomessa vielä ole tehty. Näin ollen opinnäytetyö tuo uutta tietoa musiikkifysioterapeuttien osaamisalueista ja työnkuvasta. Vaikka kyselyyn vastasivat kaikki Suomessa toimivat musiikkifysioterapeutit, vastauksia oli siitä huolimatta vain viisi. Tulokset eivät ole näin pienellä otannalla

yleistettävissä muiden maiden musiikkifysioterapeutteihin tai tuleviin suomalaisiin musiikkifysioterapeutteihin. Siitä huolimatta ne antavat suuntaviivoja siitä, millaista osaamista muusikkoja hoitavalta fysioterapeutilta vaaditaan. Sisällönanalyysissä syntyneiden kategorioiden nimeäminen oli opinnäytetyön tekijän harkinnan varassa, joten niihin tulee suhtautua sen mukaisesti. Kyselyn vastausten luokittelu kategorioihin toi kuitenkin tekijän näkökulmasta tiedon selkeämpään muotoon, ja se katsottiin siksi tarkoituksen mukaiseksi.

5.3 Jatkokehittämismahdollisuudet

Musiikkifysioterapian ollessa vielä uusi tulokas fysioterapia-alalla, siitä löytyy niukasti tutkimuksia. Tutkimuksia löytyy muusikoiden samasta fysioterapiasta, mutta jatkossa kaivattaisiin tutkimusta, jossa verrattaisiin erikoistumattoman fysioterapian ja muusikoihin erikoistuneen fysioterapian vaikuttavuutta muusikkoasiakkaille. Näin musiikkifysioterapia voisi vahvistaa asemaansa muusikoiden hoidossa niin Suomessa kuin maailmalla.

Myös ammattikorkeakoulutasolla olisi mahdollista tehdä enemmän musiikkifysioterapiaan liittyviä opinnäytetöitä. Hedelmällisiä aiheita olisivat esimerkiksi erilaiset ergonomia- tai taukojumppaoppaat musiikkiopistoihin, joiden avulla jo lapsena syntyviä haitallisia harjoittelutottumuksia voitaisiin ehkäistä.

LÄHTEET

Aparicio, L., Lã, FM. & Silva, AG. 2016. Pain and Posture of Children and Adolescents Who Learn the Accordion as Compared with Non-Musician Students. *Medical Problems of Performing Artists*, 31(4), 187-192.

Blum J. & Peltomaa M. 2002. Musiikkilääketiede–muusikon terveydeksi. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim*. 2002(15).1608-1614 [viitattu 11.1.2018.] Saatavissa:

<http://www.duodecimlehti.fi/lehti/2002/15/duo93089>

Chan C. & Ackermann, B. 2014. Evidence-informed physical therapy management of performance-related musculoskeletal disorders in musicians. *Frontiers in psychology*, 5 (artikkeli 706). [viitattu 29.1.2018.]

Saatavissa: <https://www.ncbi-nlm-nih.gov/aineistot.lamk.fi/pmc/articles/PMC4086404/pdf/fpsyg-05-00706.pdf>

Chan, C., Driscoll, T & Ackermann, B. 2012. The usefulness of on-site physical therapy-led triage services for professional orchestral musicians – a national cohort study. *BMC Musculoskeletal Disorders* 2013(14). [viitattu 12.1.2018.] Saatavissa:

<https://bmcmusculoskeletaldisord.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2474-14-98>

Fysioterapia ammattina. 2014. Suomen Fysioterapeutit - Finlands Fysioterapeuter ry. [viitattu 29.1.2018.] Saatavissa:

<https://www.suomenfysioterapeutit.fi/index.php/fysioterapia-ammattina>

Fysioterapian erikoisasantuntija. 2016. Suomen Fysioterapeutit - Finlands Fysioterapeuter ry. [viitattu 29.1.2018.] Saatavissa:

<https://www.suomenfysioterapeutit.fi/index.php/materiaalisalkku/fysioterapia-ammattina/fysioterapian-erikoisasantuntijat/223-fysioterapian-erikoisasantuntija-2012-2015/file>

Hochschule Osnabrück. 2018. MusicPhysio-Kongress 2018. [viitattu 11.4.2018.] Saatavissa: <https://www.hs->

osnabrueck.de/de/binnenforschungsschwerpunkt-musikphysioanalysis/musicphysio-kongress/musicphysio-kongress-2018/

Joensuu, A. & Vastamäki, M. 2008. Muusikkopotilas käsikirurgin vastaanotolla. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 2010(24). 2865-70. [viitattu 11.4.2018.] Saatavissa:

http://www.terveysportti.fi/aineistot.lamk.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=duo99246&p_haku=muusikko

Kenny, DT., Driscoll, T. & Ackermann, BJ. 2016. Is Playing in the Pit Really the Pits? Pain, Strength, Music Performance Anxiety, and Workplace Satisfaction in Professional Musicians in Stage, Pit, and Combined Stage/Pit Orchestras. Medical Problems of Performing Artists, 31(1), 1-7.

Mitä on fysioterapia. 2018. Suomen Fysioterapeutit - Finlands Fysioterapeuter ry [viitattu 26.5.2018.] Saatavissa:

<https://www.suomenfysioterapeutit.fi/fysioterapia/fysioterapia-ammattina/mita-on-fysioterapia/>

Musicians' Health and Performance. 2018. Preliminary program. [viitattu 11.4.2018.] Saatavissa: <http://www.confedentevents.fi/mhpc2018/program/>

Musiikkilääketiede. 2018. Historiikki. [viitattu 16.1.2018] Saatavissa:

<http://www.musiikkilaaketiede.fi/yhdistys/historiikki>

Peltomaa, M. 2013. Musiikkilääketiede. Lääkäriliitto. [viitattu 23.5.2017.] Saatavissa:

<https://www.laakariliitto.fi/koulutus/erityispatevyydet/musiikkilaaketiede/>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusyhtiö Tammi. Helsinki.

Vastamäki, M. & Joukamo-Ampuja, E. 2007. Soittoon liittyvät tukielinvaivat tavallisia jo Sibelius-Akatemian opiskelijoilla. Suomen Lääkärilehti. 2007(18). 1872-1873. [viitattu 23.5.2017.] Saatavissa:

http://www.terveysportti.fi.aineistot.lamk.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=duo99246&p_haku=muusikko

LIITTEET

Liite 1 Musiikkifysioterapeutin erityispätevyyskriteerit

Kriteerit musiikkifysioterapeutin erityispätevyyden myöntämiseksi:

POHJAKOULUTUS: Fysioterapeutti AMK tai vastaava aikaisempi tutkinto

1. Jatkokouluttautuminen perustutkinnon jälkeen

Tuki- ja liikuntaelinosaaminen

- Tuki -ja liikuntaelimityökurssit ja kipukurssi. Mahdollisia kursseja ovat esimerkiksi: SOMTY:n C-kurssit, neuraalikudoskurssit, kipukurssit ja harjoitekurssit, FYSI:n TULE-fysioterapian täydennyskoulutukset ja AMK-täydennyskoulutukset.

Musiikkilääketieteellinen osaaminen

- Osallistuminen Musiikkopoliklinikan toimintaan 5-10 kertaa.

- Musiikkilääketieteen koulutukseen osallistuminen useamman koulutuksen verran. Mahdollisia koulutuksia ovat esimerkiksi: SMULY ry:n opintopäivät, Arts Medicine -symposiumit, Sibelius-Akatemian viulisti-/huilistiklinikan seuraaminen.

Muut eduksi katsottavat koulutukset

- Esimerkiksi: PhysioTrainer -koulutukset, pitkä pilates-ohjaaja -koulutus, Terveysverkon PhysioPilates, PilatesHealth (laaja) ja, Aleksander-tekniikan koulutus, Feldenkrais-menetelmän koulutus tai muut vastaavien menetelmien koulutukset lautakunnan harkinnan mukaan.

2. TYÖKOKEMUS

- TULE-fysioterapian toteutusta vähintään 2 vuoden ajan; erityistä kiinnostusta toiminnallista tutkimista ja spesifiä terapeuttista harjoittelua kohtaan.

- Riittävä kokemus muusikoiden hoidosta. Hakemukseen kuvataan lyhyesti muusikkojen fysioterapeuttisen hoidon ajankohta, kesto ja sisältö.

3. MUUSIKON TYÖN TUNTEMINEN

Instrumentteihin tutustuminen

- Hakija on tutustunut eri instrumentteihin sekä niiden soittotekniikkaan ja ergonomiaan

Muusikon työnkuvan tunteminen

- Hakija tuntee muusikon työn fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset paineet
- Hakija tuntee muusikoiden eri koulutuspolkuja

4. VERKOSTO-OSAAMINEN JA TYÖN KEHITTÄMISOSAAMINEN

Verkosto-osaaminen

SMULY ry:n jäsenyys

Yhteistyötä esim. musiikkioppilaitosten/orkestereiden kanssa

Muusikoiden hoitoon liittyvää yhdistystoimintaa

Moniammatillista verkostoitumista

Kehittämisaosaaminen

Hakija sitoutuu myös jatkossa kouluttautumaan muusikkojen hoidon saralla, mielellään myös ulkomailla

Hakija sitoutuu oman työn kriittiseen tarkasteluun ja jatkuvaan kehittämiseen

5. OSAAMISEN JAKAMINEN

- Näyttöä siitä, että hakija jakaa omaa osaamistaan eteenpäin (esim. luennoiden, opettaen, julkaisutoimintaa tehden, opiskelijaharjoitteluja ohjaten jne.).

Liite 2 Kyselylomake

Kyselyssä teitä pyydetään kuvailemaan tarkasti koulutustaustanne ja työnkuvaanne. Tiedot ovat erittäin tärkeitä, koska virallistettua kriteeristöä musiikkifysioterapeutin erityispätevyyden saamiseksi ollaan luomassa mm. tämän selvityksen pohjalta.

1. Milloin olette valmistunut fysioterapeutiksi?
2. Milloin teille on myönnetty musiikkifysioterapeutin titteli?
3. Onko teillä muita erityispätevyyksiä?
4. Mitä jatkokoulutuksia olette valmistumisen jälkeen käynyt?
5. Mihin muihin musiikkifysioterapeutin osaamista kartuttaviin tapahtumiin olette osallistuneet? Konferenssit? Yhdistystoiminta? Mitä muuta?
6. Kuinka kauan olette työskennelleet muusikoiden fysioterapian parissa?
7. Kuinka monta muusikkoa hoidatte viikossa? Entä päivässä?
8. Mitä kaikkea työnkuvaanne musiikkifysioterapeutina kuuluu?
9. Mitä yhteistyökumppaneita teillä on muusikoiden hoitoon liittyen?
10. Teettekö opetus- tai luennointityötä muusikkojen fysioterapiaan liittyen? Kuinka paljon? Missä?
11. Mitä erityisosaamista ja kokemusta teidän näkökulmastanne musiikkifysioterapeutilta vaaditaan?