

Kiropraktikko hoitaa tuki- ja liikuntaelimestön liikehäiriöitä

Kiropraktikko on terveydenhuollon ammattilainen, joka tutkii ja hoitaa tuki- ja liikuntaelimestön vaivoja. Selkävaivat ovat näistä yleisimpiä, mutta hoito ja tutkiminen kohdistetaan myös muihin niveliin.

Suomessa toimii vain noin 100 koulutettua kiropraktikkoo. Tämä johtuu lähinnä siitä, että maassamme ei ole tarjolla alan koulutusta. Suomalaiset kiropraktikot ovat pääasiassa valmistuneet joko Englannista tai Yhdysvalloista.

Kiropraktikon työhön kuuluu tutkia potilas kokonaisvaltaisesti, koska se on osa hyvää hoitoa. Hyvin tehty haastattelu, tarkka tutkiminen ja oikein kohdistettu ja valittu hoito takaavat parhaimman tuloksen. Hoidossa käytetään usein kiropraktisia hoitopöytäjä, jotka auttavat paljon sekä tutkimisessa että hoidossa. Hoito on tavallisesti kivutonta, ellei käsiteltävä alue ole kovin tulehtunut.

Kiropraktinen hoito perustuu taitoon, ei voiman käyttöön. Hyvällä hoitajalla on oltava käytössä monia eri hoitotekniikoita, koska samaa tekniikkaa ei voi käyttää jokaiselle. Kaikki potilaat ovat yksilöllisiä, vaikka oireet voisivatkin kuulostaa samanlaisilta.

Kiropraktikon tärkein taito on osata palauttaa liike alueelle, joka ei jostain syystä toimi normaalisti. Tätä kutsutaan manipulaatioksi. Se on erittäin tehokas hoitomuoto oikein tehtynä ja käytettynä. Se vaatii myös kokemusta. Aina jonkin nive-

len saa naksauttamaan, jos haluaa, mutta sillä on korkeintaan psykologista vaikutusta. Tärkeintä on kuitenkin, että hoito pystytään kohdistamaan juuri oikeaan kohtaan, jos halutaan saada oikeasti hyviä tuloksia. Lisäksi voidaan tehdä faskia- ja triggerpistehoitoja lihasjännityksen purkamiseksi ja hoidon tehostamiseksi. Potilaille on myös hyvä antaa itsehoitoharjoituksia. Yleensä kuitenkin hoidossa ollut henkilö passivoituu ja harjoitukset jäävät tekemättä, kun oireet helpottuvat.

Miten nopeasti hoito auttaa?

Akuuteissa vaivoissa muutama hoitokerta osaavan kiropraktikon käsittelyssä riittää. Mutta tässäkin on poikkeuksia, sillä eri ihmiset reagoivat eri tavalla hoitoihin.



Kiropraktinen hoito perustuu taitoon, ei voiman käyttöön.”

Kroonisemmissä vaivoissa hoitokertoja tarvitaan yleensä enemmän. Hoitojen määrään vaikuttaa myös potilaan yleiskunto ja se, kuinka paha kipu on.

Kokemukseni mukaan 4–5 hoitokerran jälkeen pitäisi kokea jo muutosta, jotta hoitoa olisi järkevä jatkaa. Kannattaa myös muistaa, että hoidossa saatetaan tar-

Mikä kiropraktikko?

- Suomessa toimivat kiropraktikot ovat yleensä opiskelleet Englannissa tai Yhdysvalloissa, sillä Suomessa ei ole alan koulutusta. Lähimmät yliopistot Euroopassa ovat Tanskassa, Ison-Britanniassa, Espanjassa, Ranskassa ja Sveitsissä.
- Kiropraktikon koulutus kestää 4–5 vuotta ja on täysipäiväistä. Tutkintoon sisältyy vuoden pituinen klinikaharjoittelu.
- Koulutuksessa keskitytään tuki- ja liikuntaelinvaikeiden manuaalisiin hoitoihin. Koulutus vastaa esiklinisen vaiheen osalta lääkärinkoulutuksen vaatimuksia.
- Suomen Kiropraktikkoliiton jäsenillä on muiden Euroopan liittojen tapaan velvollisuus osallistua jatkokoulutusohjelmaan.
- Kiropraktikon nimikettä voivat käyttää ainoastaan ne henkilöt, jotka ovat suorittaneet Terveydenhuollon oikeusturvakeskuksen hyväksymän koulutuksen. Koulutetut kiropraktikot on rekisteröity terveydenhuollon ammattihenkilöiden keskusrekisteriin.
- Kela ei korvaa kiropraktikon hoitoa. Hoitoon voi tulla myös ilman lähetettä.

Kuva: Laura Tohmo



Kuvassa kiropraktikko tutkii rintarangan liikkuvuutta.

vita myös muiden ammattilaisten apua. Hyvä fysioterapeutti, selkävaivojen kanssa toimiva lääkäri ja hyvä hieroja ovat tärkeitä kumppaneita. Selkäkiput eivät aina ole yksinkertaisia asioita, joten moniammatillinen yhteistyö on tärkeää.

Kun on toiminut selkäpotilaiden kanssa jo kolme vuosikymmentä, aina silloin tällöin on tullut markkinoille jos jonkinlaisia hoitoja ja välineitä, joiden pitäisi ratkaista kaikki selkäkiput. Sitten kun kuluu joitakin vuosia, kukaan ei edes muista enää kyseistä asiaa. Selkäkipuisen on hyvä pitää mielessä, että missään konservatiivisessa hoidossa ei yleensä ole yhtä totuutta, on pikemminkin vain mielipiteitä. Tämä johtuu siitä, että suurin osa selkävaivoista on epäspesifisiä. Spesifisiä selkävaivoja on vain pieni määrä, esimerkiksi murtumat, kasvaimet ja hermojuuripuristukset.

Milloin kiropraktisesta hoidosta on hyötyä?

Epäspesifisistä selkävaivoista merkittävä osa mekaanisia, joissa nikamien nivelten toiminta on häiriintynyt. Toimintahäiriö voi olla saanut alkunsa tapaturmasta, toistuvasta asymmetrisestä liikkeestä tai liikkumattomuudesta. Tämän tyyppisiä tilanteita sattuu jokapäiväisessä elämässä, ja ne voivat aiheuttaa erilaisia kiputiloja ja särkyjä.

Hyvä tuki- ja liikuntaelimestön toiminta ja hallinta vähentää myös tapaturmariskiä. Kiropraktinen hoito sopii kaikenikäisille, mutta hoitotapoja pitää osata muuttaa tilanteen mukaan. Esimerkiksi monet urheilijat käyvät hoidossa, koska he haluavat, että nivelten liikeradat olisivat optimaalisia, mikä edesauttaa kilpailussa mahdollisimman hyvään tulokseen.



Yleensä hoidossa ollut henkilö passivoituu ja harjoitukset jäävät tekemättä, kun oireet helpottuvat.”

Hyvän kiropraktikon pitää myös olla rehellinen itselleen ja potilaalle, silloin kun epäilee, onko hoidosta hyötyä. Olennaista on sekin, että potilas pitää osata ohjata oikeaan osoitteeseen, jos hänen vaivansa ovat sellaisia, että hän tarvitsee muuta hoitoa tai lisätukimusta. Koulutetulla kiropraktikolla on valmiudet tehdä erotusdiagnosi ja olla tietoinen siitä, milloin potilasta ei pitäisi hoitaa.

Potilas on kuitenkin aina hyvä nähdä ensin ja tutkia. Pelkän lausunnon tai puhelinkeskustelun perusteella ei voi kertoa, kannattaako tulla hoitoon. Pitää myös tiedostaa, että varsinkin moniin pitkäaikaisiin selkäkipuihin liittyy usein psykosomaattisia tai psykososiaalisia ongelmia. Silloin kun kipu on hyvin akuutti, kannattaa odottaa muutama päivä ennen kuin menee hoitoon. On melko mahdotonta liikutella potilasta, jos kaikki asennot tuottavat paljon kipua. Hyvä sääntö on se, jos pystyy itse tulemaan vastaanotolle ilman apuvälineitä.

Jos jokin asia huolestuttaa joko ennen hoitoa, hoidon aikana tai hoidon jälkeen, on tärkeää kertoa siitä hoitavalle kiropraktikolle. Joskus hoidon jälkeen voi esiintyä lievää arkuutta tai kipua hetken aikaa. Yleensä hoidon jälkeen voi kuitenkin toimia normaalisti.



Reijo Neva
kiiropraktikko D.C.