

2009-2011

LIIKUNTALÄÄKETIEDE

Vastuuhenkilö: Dos. Heikki Tikkanen

KLL/ Kirurgian osasto/Liikuntalääketieteen yksikkö/Urheilulääketieteen säätiön,
Helsingin urheilulääkäriasema,
Paasikivenkatu 4, 00250 Helsinki,
puh. (09) 434 2100, heikki.tikkanen@helsinki.fi

Tavoitteet

Koulutusohjelman suoritettuaan liikuntalääketieteen erikoislääkärin tulee:

- tuntea liikunnan terveysvaikutukset ja osata käyttää liikuntaa ja liikuntahoitoa terveyden edistämässä sekä sairauksien ennaltaehkäisyssä ja hoidossa
- hallita liikunnan yhteydet yksilön ja väestön terveyteen ja liikunnan vaikutusten suuntaaminen siten, että sillä on terveyttä säilyttävää, edistävää tai kuntouttavaa vaikutusta
- hallita terveyden, toimintakyvyn ja fyysisen suorituskyvyn mittaamisessa, selvittämisessä ja diagnostiikassa keskeisten arviointi-, mittaus- ja diagnostisten menetelmien käytön ja teorian (käyttöalueet, ominaisuudet, suoritustapa, tulosten tulkinta, palvelujen saatavuus)
- hallita liikuntaan liittyvien riskitekijöiden ennaltaehkäisyä, diagnostiikkaa ja hoidon
- hallita liikunta- ja urheiluvammojen diagnostiikkaa, hoidon ja kuntoutuksen sopivien menetelmien käyttöä samoin kuin vammojen ennaltaehkäisymahdollisuudet
- kyetä luennonomaan ja välittämään tietoa alansa erityiskysymyksistä hallitsemalla alan tietoinekset ja menetelmät alan keskeisen tiedon välittämiseksi terveydenhuollon henkilöstölle, alan opiskelijoille, potilaille, liikunnan ja urheilun harrastajille ja näiden ohjaus- sekä valmennustehtävissä toimiville
- hallita antidoping-säännöstö ja doping-kontrollien toteuttaminen
- pystyä toimimaan urheilujoukkueen, -seuran tai -lajiliiton lääkärimä
- kyetä alan tiedon seuraamiseen ja kriittiseen arviointiin sekä hallita liikuntalääketieteellisen tutkimustyön periaatteet
- kyetä osallistumaan alansa kehittämiseen ja suunnitteluun
- olla perehtynyt terveydenhuollon hallintoon sekä liikuntaan ja urheiluun liittyvään hallintoon

KOULUTUSOHJELMAN RAKENNE

Koulutusohjelman kokonaispituus on 5 vuotta, josta vähintään puolet tulee suorittaa yliopistosairaalan ulkopuolella. Yliopistosairaalan ulkopuolisiin koulutuspaikkoihin voidaan katsoa kuuluvaksi sellaiset terveydenhuollon toimintayksiköt, jotka on liitetty yliopistosairaalaan 1.1.2000 tai sen jälkeen (Jorvin, Peijaksen, Hesperian, Kättilöopiston ja Marian sairaalat).

Terveyskeskuspalvelu (9 kk)

Erikoistumiskoulutus (4 v 3 kk)

Koulutukseen (joko täydentävään tai eriytyvään) voidaan hyväksyä 1–6 kk toimimista päätoimisessa liikuntalääketieteeseen liittyvässä tutkimustyössä, johon on nimetty ohjaaja, joka toimii myös kouluttajana.

Täydentävä palvelu (1 v 9 kk – 2 v 3 kk)

Liikuntalääketieteen poikkitieteellisyydestä johtuen täydentävä koulutus suunnitellaan henkilökohtaisesti erikoistuvan kanssa seuraavasti: Täydentävä palvelu (1 v 9 kk – 2 v 3 kk) voidaan suorittaa työskentelemällä sairaalalääkärinä vähintään kahdella mutta suositeltavasti kolmella tai neljällä seuraavista erikoisaloista (1–6 kk/valittu erikoisala) siten, että sopiva painotus suunnitellaan vastuuhenkilön kanssa: anestesiologia ja tehohoito, fysiatria, geriatria, kardiologia, keuhkosairaudet ja allergologia, kliininen fysiologia ja isotooppiilääketiede, kliininen kemia, korva-, nenä- ja kurkkutaudit, lastentaudit, naistentaudit ja synnytys, neurologia, ortopedia ja traumatologia, radiologia, sisätaudit, työterveyshuolto, yleiskirurgia, yleislääketiede. Muiden alojen kelpaaminen palveluna (enintään 1 kk) harkitaan tapauskohtaisesti. Mahdollisina koulutuspaikkoina ovat HUS -piirin sairaalat (HYKS, Jorvin sairaala, Peijaksen sairaala, aluesairaalat) sekä Helsingin yliopiston lääketieteellisen tiedekunnan muiden erikoistumisalojen koulutukseen hyväksyttävät toimipisteet. Henkilökohtaiset kouluttajat ja ohjaajat näiden valinnaisten erikoistumispisteiden osalta nimetään samassa yhteydessä kun henkilökohtainen erikoistumissuunnitelma täsmennetään

Eriytyvä koulutus (2 v – 2 v 6 kk)

Erikoistumiskoulutuksesta pääosa (2 v – 2v 6 kk) suoritetaan Urheilulääketieteen säätiön Helsingin urheilulääkäriaseman tähän koulutukseen osoittamassa ja sosiaali- ja terveyshallituksen hyväksymässä erikoistumistoimessa. Tässä toimessa erikoistuvan lääkärin työnkuva painottuu urheiluvammojen hoitoon, liikuntaa rajoittavien sairauksien diagnostiikkaan ja hoitoon, kliinisen fysiologian ja kliinisen kemian diagnostiisiin menetelmiin sekä suorituskyvyn testaukseen, liikuntalääketieteelliseen koulutus- ja tutkimustoimintaan.

Toimipaikkakoulutus

Erikoistuvan tulee osallistua täydentävän palvelun toimipisteissä toimipaikan koulutustilaisuuksiin. Eriytyvän koulutuksen aikana käytännön työtä täydentävät säännölliset, viikottaiset ohjatut toimipaikkakoulutustilaisuudet, joiden tarkoituksena on syventää tietämystä erikoisalasta. Toimipaikkakoulutusta järjestetään 2–5 tuntia viikossa

Koulutussairaalat ja kouluttajat:

<http://www.med.helsinki.fi/erikoislaakari/>

Teoreettinen kurssimuotoinen koulutus (60 tuntia)

Teoreettista kurssimuotoista koulutusta tulee suorittaa vähintään 80 tuntia, josta oman erikoisalan koulutusta vähintään 60 tuntia. Koulutus tulee hankkia siten, että se muodostaa tarkoituksenmukaisen, erikoistuvan suuntautumista tukevan kokonaisuuden.

Tiedekunnan järjestämien yhteisten kurssien lisäksi kurssimuotoisen koulutuksen aihepiireinä voivat olla: biomekaniikka ja kinesiologia, endokrinologia, epidemiologia, erityisryhmien liikunta, laboratoriodiagnostiikka, liikuntafysiologia, liikuntajärjestöjen toiminta, liikuntasosiologia ja -psykologia, liikuntatraumatologia ja liikuntaortopedia, nuorten valmennus ja terveys, ravitsemustiede, terveysneuvonta (mukaan lukien metodiikka), tärkeimmät urheilumuodot ja niiden säännöt, valmennusoppi, antidoping-koulutus. Kurssimuotoiseksi teoreettiseksi koulutukseksi voidaan myös hyväksyä yllämainittuja aiheita käsitteleviä kansainvälisiä symposiumeja ja kursseja.

Lähijohtajakoulutus (30 opintopistettä)

Koulutuksen rungon muodostaa johtamisportfolio, johon kirjataan henkilökohtaiset tavoitteet, omat havainnot työpaikalta ja siihen liittyvä pohdinta, merkinnät tapaamisista ohjaajien kanssa, kerätty palaute sekä koulutusohjelman mukaiset tehtävät ja opintosuoritteet. Koulutukseen lasketaan hyväksi perusterveydenhuollon lisäkoulutukseen kuuluva hallinnollinen koulutus. Koulutukseen kuuluvat myös kirjallisen esityksen opetus, harjoitus ja hyväksytyt suoritus.

Sen lisäksi koulutukseen kuuluu kolme kaikille erikoisaloille yhteistä kaksipäiväistä lähiovetusjaksoa sekä vähintään kaksi erikoisaloista lähiovetuspäivää (tai 4 iltapäivää) (yht. 10 op), itsenäisten kehittymistehtävien laadinta ja kirjallisuusosio. Koulutuksen voi suorittaa 2-6 vuoden aikana.

10 lähiovetuspäivää = 10 op	Kehittymistehtävät 10 op	Kirjallisuustehtävät 5 op	Portfolio 5 op
--	-------------------------------------	--------------------------------------	-----------------------

Lisätietoja: www.med.helsinki.fi/erikoislaakari/johtamiskoulutus ja <http://blogs.helsinki.fi/lahijohtajakoulutus>.

Oppimisprosessin seuranta ja arvioinnin välineet

Perustan muodostaa lokikirja sekä vastuuhenkilön ja erikoistuvan väliset tapaamiset. Ennen valinnaisia jaksoja vastuuhenkilö, kouluttaja ja erikoistuva asettavat lokikirjaan merkittävät tavoitteet ko. koulutusjaksolle ja jakson kuluessa ja sen päätyttyä tavoitteiden toteutumista arvioidaan.

Erikoistuva lääkäri osallistuu lukukausittain valtakunnalliseen liikuntalääketieteen kouluttajien ja erikoistuvien yhteiskokoukseen, jossa samassa yhteydessä annetaan teoreettista koulutusta ja arvioidaan koulutuksen toimivuutta. Vastuuhenkilö tapaa erikoistuvan eriytyvän koulutuksen perusjakson aikana lähes päivittäin Helsingin urheilulääkäriasemalla ja valinnaisten jaksoiden aikana vähintään lukukausittain, jolloin koulutuksen toimivuutta myös voidaan analysoida.

Valtakunnallinen kuulustelu

Kirjat (viimeisin painos)

1. Wilmore J.H. & Costill D.L.: Physiology of sport and exercise (Human Kinetics)
tai
McArdle W.D., Katch F.I. & Katch V.L.: Exercise physiology. Energy, nutrition and human performance (Lea & Febiger)
2. Sovijärvi A., Ahonen A., Hartiala J., Länsimies E., Savolainen S., Turjanmaa V. & Vanninen E. (toim.):
Kliininen fysiologia ja isotooppilääketiede (Kustannus Oy Duodecim, 2003)
3. Bar-Or O.: Pediatric sports medicine for the practitioner (Springer Verlag)
4. Vuori I., Taimela S. & Kujala U.: Liikuntalääketiede (Kustannus Oy Duodecim, 3. uudistettu painos 2005)
5. Rokkanen P., Slätis P., Alho A., Ryöppy S. & Huittinen V.-M.: Traumatologia
(Kandidaattikustannus)
6. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin johtoryhmän asettama työryhmä: Liikunta. Käypä hoito –suositus
(online www.kaypahoito.fi) 9.10.2008
7. DeLee J.C. & Drez D., Jr.: Orthopaedic sports medicine. Principles and practice. Vol.1-2.
(Saunders)
tai
Peltokallio P.: Tyypilliset urheiluvammat. Osat I ja II (Medipel Oy)
8. Physical Activity Guidelines Advisory Committee: Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report,
2008. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, 2008.
www.health.gov/paguidelines/Report/pdf/CommitteeReport.pdf (683 s.)

Lehdet (tenttiä edeltävän kolmen vuoden lehdet)

1. American Journal of Sports Medicine
2. Medicine and Science in Sports and Exercise
3. Sports Medicine

Liikuntalääketieteeseen soveltuvin osin:

1. Circulation
2. British Medical Journal
3. JAMA
4. Lancet
5. New England Journal of Medicine

Lainsäädäntö soveltuvin osin

2007-2009

LIIKUNTALÄÄKETIEDE

Vastuhenkilö: Dos. Heikki Tikkanen

KLL/ Kirurgian osasto/Liikuntalääketieteen yksikkö/Urheilulääketieteen säätiön,
Helsingin urheilulääkäriasema,
Paasikivenkatu 4, 00250 Helsinki,
puh. (09) 434 2100, heikki.tikkanen@helsinki.fi

Tavoitteet

Koulutusohjelman suoritettuaan liikuntalääketieteen erikoislääkärin tulee:

– tuntea liikunnan terveysvaikutukset ja osata käyttää liikuntaa ja liikuntahoitoa terveyden edistämässä sekä sairauksien ennaltaehkäisyssä ja hoidossa

- hallita liikunnan yhteydet yksilön ja väestön terveyteen ja liikunnan vaikutusten suuntaaminen siten, että sillä on terveyttä säilyttävää, edistävää tai kuntouttavaa vaikutusta
- hallita terveyden, toimintakyvyn ja fyysisen suorituskyvyn mittaamisessa, selvittämisessä ja diagnostiikassa keskeisten arviointi-, mittaus- ja diagnostisten menetelmien käytön ja teorian (käyttöalueet, ominaisuudet, suoritustapa, tulosten tulkinta, palvelujen saatavuus)
- hallita liikuntaan liittyvien riskitekijöiden ennaltaehkäisyä, diagnostiikan ja hoidon
- hallita liikunta- ja urheiluvammojen diagnostiikan, hoidon ja kuntoutuksen sopivien menetelmien käyttöä samoin kuin vammojen ennaltaehkäisymahdollisuudet
- kyetä luennoimaan ja välittämään tietoa alansa erityiskysymyksistä hallitsemalla alan tietoa-aineokset ja menetelmät alan keskeisen tiedon välittämiseksi terveydenhuollon henkilöstölle, alan opiskelijoille, potilaille, liikunnan ja urheilun harrastajille ja näiden ohjaus- sekä valmennustehtävissä toimiville
- hallita antidoping-säännöstöä ja doping-kontrollien toteuttaminen
- pystyä toimimaan urheilujoukkueen, -seuran tai -lajiliiton lääkärimäisesti
- kyetä alan tiedon seuraamiseen ja kriittiseen arviointiin sekä hallita liikuntalääketieteellisen tutkimustyön periaatteet
- kyetä osallistumaan alansa kehittämiseen ja suunnitteluun
- olla perehtynyt terveydenhuollon hallintoon sekä liikuntaan ja urheiluun liittyvään hallintoon

KOULUTUSOHJELMAN RAKENNE

Koulutusohjelman kokonaispituus on 5 vuotta, josta vähintään puolet tulee suorittaa yliopistosairaalan ulkopuolella. Yliopistosairaalan ulkopuolisiin koulutuspaikkoihin voidaan katsoa kuuluvaksi sellaiset terveydenhuollon toimintayksiköt, jotka on liitetty yliopistosairaalaan 1.1.2000 tai sen jälkeen (Jorvin, Peijaksen, Hesperian, Kätilöopiston ja Marian sairaalat).

Terveyskeskuspalvelu (9 kk)

Erikoistumiskoulutus (4 v 3 kk)

Koulutukseen (joko täydentävään tai eriytyvään) voidaan hyväksyä 1–6 kk toimimista päätoimisessa liikuntalääketieteeseen liittyvässä tutkimustyössä, johon on nimetty ohjaaja, joka toimii myös kouluttajana.

Täydentävä palvelu (1 v 9 kk – 2 v 3 kk)

Liikuntalääketieteen poikkitieteellisyydestä johtuen täydentävä koulutus suunnitellaan henkilökohtaisesti erikoistuvan kanssa seuraavasti: Täydentävä palvelu (1 v 9 kk – 2 v 3 kk) voidaan suorittaa työskentelemällä sairaalalääkärinä vähintään kahdella mutta suositeltavasti kolmella tai neljällä seuraavista erikoisaloista (1–6 kk/valittu erikoisala) siten, että sopiva painotus suunnitellaan vastuuhenkilön kanssa: anestesiologia ja tehohoito, fysiatria, geriatria, kardiologia, keuhkosairaudet ja allergologia, kliininen fysiologia ja isotooppilääketiede, kliininen kemia, korva-, nenä- ja kurkkutaudit, lastentaudit, naistentaudit ja synnytys, neurologia, ortopedia ja traumatologia, radiologia, sisätaudit, työterveyshuolto, yleiskirurgia, yleislääketiede. Muiden alojen kelpaaminen palveluna (enintään 1 kk) harkitaan tapauskohtaisesti. Mahdollisina koulutuspaikkoina ovat HUS -piirin sairaalat (HYKS, Jorvin sairaala, Peijaksen sairaala, alue sairaalat) sekä Helsingin yliopiston lääketieteellisen tiedekunnan muiden erikoistumisalojen koulutukseen hyväksyttävät toimipisteet. Henkilökohtaiset kouluttajat ja ohjaajat näiden valinnaisten erikoistumispaikkojen osalta nimetään samassa yhteydessä kun henkilökohtainen erikoistumissuunnitelma täsmennetään

Eriytyvä koulutus (2 v – 2 v 6 kk)

Erikoistumiskoulutuksesta pääosa (2 v – 2v 6 kk) suoritetaan Urheilulääketieteen säätiön Helsingin urheilulääkäriaseman tähän koulutukseen osoittamassa ja sosiaali- ja terveyshallituksen hyväksymässä erikoistumistoimissa. Tässä toimessa erikoistuvan lääkärin työnkuva painottuu urheiluvammojen hoitoon, liikuntaa rajoittavien sairauksien diagnostiikkaan ja hoitoon, kliinisen fysiologian ja kliinisen kemian diagnostisiin menetelmiin sekä suorituskyvyn testaukseen, liikuntalääketieteelliseen koulutus- ja tutkimustoimintaan.

Toimipaikkakoulutus

Erikoistuvan tulee osallistua täydentävän palvelun toimipisteissä toimipaikan koulutustilaisuuksiin. Eriytyvän koulutuksen aikana käytännön työtä täydentävät säännölliset, viikottaiset ohjatut toimipaikkakoulutustilaisuudet, joiden tarkoituksena on syventää tietämystä erikoisalasta. Toimipaikkakoulutusta järjestetään 2–5 tuntia viikossa

Koulutussairaalat ja kouluttajat:

<http://www.med.helsinki.fi/erikoislaakari/>

Teoreettinen kurssimuotoinen koulutus (60+20 tuntia)

Teoreettista kurssimuotoista koulutusta tulee suorittaa vähintään 80 tuntia, josta terveydenhuollon hallintoon perehdyttävää koulutusta 20 tuntia ja oman erikoisalan koulutusta vähintään 60 tuntia. Koulutus tulee hankkia siten, että se muodostaa tarkoituksenmukaisen, erikoistuvan suuntautumista tukevan kokonaisuuden.

Tiedekunnan järjestämien yhteisten kurssien lisäksi kurssimuotoisen koulutuksen aihepiireinä voivat olla: biomekaniikka ja kinesiologia, endokrinologia, epidemiologia, erityisryhmien liikunta, laboratoriodiagnostiikka, liikuntafysiologia, liikuntajärjestöjen toiminta, liikuntasosiologia ja -psykologia, liikuntatraumatologia ja liikuntaortopedia, nuorten valmennus ja terveys, ravitsemustiede, terveysneuvonta (mukaan lukien metodiikka), tärkeimmät urheilumuodot ja niiden säännöt, valmennusoppi, antidoping-koulutus. Kurssimuotoiseksi teoreettiseksi koulutukseksi voidaan myös hyväksyä yllämainittuja aiheita käsitteleviä kansainvälisiä symposiumeja ja kursseja.

Oppimisprosessin seuranta ja arvioinnin välineet

Perustan muodostaa lokikirja sekä vastuuhenkilön ja erikoistuvan väliset tapaamiset. Ennen valinnaisia jaksoja vastuuhenkilö, kouluttaja ja erikoistuva asettavat lokikirjaan merkittävät tavoitteet ko. koulutusjaksolle ja jakson kuluessa ja sen päätyttyä tavoitteiden toteutumista arvioidaan.

Erikoistuva lääkäri osallistuu lukukausittain valtakunnalliseen liikuntalääketieteen kouluttajien ja erikoistuvien yhteiskokoukseen, jossa samassa yhteydessä annetaan teoreettista koulutusta ja arvioidaan koulutuksen toimivuutta. Vastuuhenkilö tapaa erikoistuvan eriytyvän koulutuksen perusjakson aikana lähes päivittäin Helsingin urheilulääkäriasemalla ja valinnaisten jaksojen aikana vähintään lukukausittain, jolloin koulutuksen toimivuutta myös voidaan analysoida.

Valtakunnallinen kuulustelu

Kirjat (viimeisin painos)

1. Wilmore J.H. & Costill D.L.: Physiology of sport and exercise (Human Kinetics)

tai

McArdle W.D., Katch F.I. & Katch V.L.: Exercise physiology. Energy, nutrition and human performance (Lea & Febiger)

2. Sovijärvi A., Uusitalo A., Länsimies E. & Vuori I. (toim.): Kliininen fysiologia (Duodecim)

3. Bar-Or O.: Pediatric sports medicine for the practitioner (Springer Verlag)

4. Vuori I. & Taimela S.: Liikuntalääketiede (Duodecim)

5. Rokkanen P., Slätis P., Alho A., Ryöppy S. & Huittinen V.-M.: Traumatologia (Kandidaattikustannus)

6. Bouchard C., Shephard R.J., Stephens T., Sutton J.R. & McPherson B. (Eds.):

Exercise, fitness, and health. A consencuc of current knowledge (Human Kinetics)

tai

Physical Activity and health. A report of the Surgeon General. U.S.Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion 1996

7. DeLee J.C. & Drez D., Jr.: Orthopaedic sports medicine. Principles and practice. Vol. 1–2.

(Saunders)

tai

Peltokallio P.: Tyypilliset urheiluvammat. Osat I ja II (Medipel OY)

8. Dose-Response Issues Concerning Physical Activity and Health: An evidence-based symposium. Medicine and Science in Sports and Exercise. 2001:33(6), Supplement

Lehdet (tenttiä edeltävän kolmen vuoden lehdet)

1. American Journal of Sports Medicine

2. Medicine and Science in Sports and Exercise

3. Sports Medicine

Liikuntalääketieteeseen soveltuvin osin:

1. Circulation

2. British Medical Journal

3. JAMA

4. Lancet

5. New England Journal of Medicine

Lainsäädäntö soveltuvin osin

2005-2007

LIIKUNTALÄÄKETIEDE

Vastuhenkilö: Dos. Heikki Tikkanen

KLL/ Kirurgian osasto/Liikuntalääketieteen yksikkö/Urheilulääketieteen säätiön,
Helsingin urheilulääkäriasema,
Paasikivenkatu 4, 00250 Helsinki,
puh. (09) 434 2100, heikki.tikkanen@helsinki.fi

Tavoitteet

Koulutusohjelman suoritettuaan liikuntalääketieteen erikoislääkärin tulee:

- tuntee liikunnan terveysvaikutukset ja osata käyttää liikuntaa ja liikuntahoitoa terveyden edistämässä sekä sairauksien ennaltaehkäisyssä ja hoidossa
- hallita liikunnan yhteydet yksilön ja väestön terveyteen ja liikunnan vaikutusten suuntaaminen siten, että sillä on terveyttä säilyttävää, edistävää tai kuntouttavaa vaikutusta
- hallita terveyden, toimintakyvyn ja fyysisen suorituskyvyn mittaamisessa, selvittämisessä ja diagnostiikassa keskeisten arviointi-, mittaus- ja diagnostisten menetelmien käytön ja teorian (käyttöalueet, ominaisuudet, suoritustapa, tulosten tulkinta, palvelujen saatavuus)
- hallita liikuntaan liittyvien riskitekijöiden ennaltaehkäisyä, diagnostiikkaa ja hoidon
- hallita liikunta- ja urheiluvammojen diagnostiikkaa, hoidon ja kuntoutuksen sopivien menetelmien käyttöä samoin kuin vammojen ennaltaehkäisymahdollisuudet
- kyetä luennoimaan ja välittämään tietoa alansa erityiskysymyksistä hallitsemalla alan tietoainekset ja menetelmät alan keskeisen tiedon välittämiseksi terveydenhuollon henkilöstölle, alan opiskelijoille, potilaille, liikunnan ja urheilun harrastajille ja näiden ohjaus- sekä valmennustehtävissä toimiville
- hallita antidoping -säännöstöä ja doping-kontrollien toteuttaminen
- pystyä toimimaan urheilujoukkueen, -seuran tai -lajiliiton lääkärimäisesti
- kyetä alan tiedon seuraamiseen ja kriittiseen arviointiin sekä hallita liikuntalääketieteellisen tutkimustyön periaatteet
- kyetä osallistumaan alansa kehittämiseen ja suunnitteluun
- olla perehtynyt terveydenhuollon hallintoon sekä liikuntaan ja urheiluun liittyvään hallintoon

KOULUTUSOHJELMAN RAKENNE

Koulutusohjelman kokonaispituus on 5 vuotta, josta vähintään puolet tulee suorittaa yliopistosairaalan ulkopuolella. Yliopistosairaalan ulkopuolisiin koulutuspaikkoihin voidaan katsoa kuuluvaksi sellaiset terveydenhuollon toimintayksiköt, jotka on liitetty yliopistosairaalaan 1.1.2000 tai sen jälkeen (Jorvin, Peijaksen, Hesperian, Kätilöopiston ja Marian sairaalat).

Terveyskeskuspalvelu (9 kk)

Erikoistumiskoulutus (4 v 3 kk)

Koulutukseen (joko täydentävään tai eriytyvään) voidaan hyväksyä 1-6 kk toimimista päätoimisessa liikuntalääketieteeseen liittyvässä tutkimustyössä, johon on nimetty ohjaaja, joka toimii myös kouluttajana.

Täydentävä palvelu (1 v 9 kk – 2 v 3 kk)

Liikuntalääketieteen poikkitieteellisyydestä johtuen täydentävä koulutus suunnitellaan henkilökohtaisesti erikoistuvan kanssa seuraavasti: Täydentävä palvelu (1 v 9 kk – 2 v 3 kk) voidaan suorittaa työskentelemällä sairaalalääkärinä vähintään kahdella mutta suositeltavasti kolmella tai neljällä seuraavista erikoisaloista (1-6 kk/valittu erikoisala) siten, että sopiva painotus suunnitellaan vastuuhenkilön kanssa: anestesiologia ja tehohoito, fysiatria, geriatria, kardiologia, keuhkosairaudet ja allergologia, kliininen fysiologia ja isotooppilääketiede, kliininen kemia, korva-, nenä- ja kurkkutaudit, lastentaudit, naistentaudit ja synnytys, neurologia, ortopedia ja traumatologia, radiologia, sisätaudit, työterveyshuolto, yleiskirurgia, yleislääketiede. Muiden alojen kelpaaminen palveluna (enintään 1 kk) harkitaan tapauskohtaisesti. Mahdollisina koulutuspaikkoina ovat HUS -piirin sairaalat (HYKS, Jorvin sairaala, Peijaksen sairaala, aluesairaalat) sekä Helsingin yliopiston lääketieteellisen tiedekunnan muiden erikoistumisalojen koulutukseen hyväksyttävät toimipisteet. Henkilökohtaiset kouluttajat ja ohjaajat näiden valinnaisten erikoistumispaikkojen osalta nimetään samassa yhteydessä kun henkilökohtainen erikoistumissuunnitelma täsmennetään

Eriytyvä koulutus (2 v – 2 v 6 kk)

Erikoistumiskoulutuksesta pääosa (2 v - 2v 6 kk) suoritetaan Urheilulääketieteen säätiön Helsingin urheilulääkäriaseman tähän koulutukseen osoittamassa ja sosiaali- ja terveystieteiden hallituksen hyväksymässä

erikoistumistoimessa. Tässä toimessa erikoistuvan lääkärin työnkuva painottuu urheiluvammojen hoitoon, liikuntaa rajoittavien sairauksien diagnostiikkaan ja hoitoon, kliinisen fysiologian ja kliinisen kemian diagnostisiin menetelmiin sekä suorituskyvyn testaukseen, liikuntalääketieteelliseen koulutus- ja tutkimustoimintaan.

Toimipaikkakoulutus

Erikoistuvan tulee osallistua täydentävän palvelun toimipisteissä toimipaikan koulutustilaisuuksiin. Eriytyvän koulutuksen aikana käytännön työtä täydentävät säännölliset, viikottaiset ohjatut toimipaikkakoulutustilaisuudet, joiden tarkoituksena on syventää tietämystä erikoisalasta. Toimipaikkakoulutusta järjestetään 2-5 tuntia viikossa

Koulutussairaalat ja kouluttajat:

<http://www.med.helsinki.fi/erikoislaakari/>

Teoreettinen kurssimuotoinen koulutus (60+20 tuntia)

Teoreettista kurssimuotoista koulutusta tulee suorittaa vähintään 80 tuntia, josta terveydenhuollon hallintoon perehdyttävää koulutusta 20 tuntia ja oman erikoisalalan koulutusta vähintään 60 tuntia. Koulutus tulee hankkia siten, että se muodostaa tarkoituksenmukaisen, erikoistuvan suuntautumista tukevan kokonaisuuden.

Tiedekunnan järjestämien yhteisten kurssien lisäksi kurssimuotoisen koulutuksen aihepiireinä voivat olla: biomekaniikka ja kinesiologia, endokrinologia, epidemiologia, erityisryhmien liikunta, laboratoriodiagnostiikka, liikuntafysiologia, liikuntajärjestöjen toiminta, liikuntasosiologia ja -psykologia, liikuntatraumatologia ja liikuntaortopedia, nuorten valmennus ja terveys, ravitsemustiede, terveysneuvonta (mukaan lukien metodiikka), tärkeimmät urheilumuodot ja niiden säännöt, valmennusoppi, antidoping -koulutus. Kurssimuotoiseksi teoreettiseksi koulutukseksi voidaan myös hyväksyä yllämainittuja aiheita käsitteleviä kansainvälisiä symposiumeja ja kursseja.

Oppimisprosessin seuranta ja arvioinnin välineet

Perustan muodostaa lokikirja sekä vastuuhenkilön ja erikoistuvan väliset tapaamiset. Ennen valinnaisia jaksoja vastuuhenkilö, kouluttaja ja erikoistuva asettavat lokikirjaan merkittävät tavoitteet ko. koulutusjaksolle ja jakson kuluessa ja sen päätyttyä tavoitteiden toteutumista arvioidaan.

Erikoistuva lääkäri osallistuu lukukausittain valtakunnalliseen liikuntalääketieteen kouluttajien ja erikoistuvien yhteiskokoukseen, jossa samassa yhteydessä annetaan teoreettista koulutusta ja arvioidaan koulutuksen toimivuutta. Vastuuhenkilö tapaa erikoistuvan eriytyvän koulutuksen perusjakson aikana lähes päivittäin Helsingin urheilulääkäriasemalla ja valinnaisten jaksosten aikana vähintään lukukausittain, jolloin koulutuksen toimivuutta myös voidaan analysoida.

Valtakunnallinen kuulustelu

Kirjat (viimeisin painos)

1. Wilmore J.H. & Costill D.L.: Physiology of sport and exercise (Human Kinetics)

tai

McArdle W.D., Katch F.I. & Katch V.L.: Exercise physiology. Energy, nutrition and human performance (Lea & Febiger)

2. Sovijärvi A., Uusitalo A., Länsimies E. & Vuori I. (toim.): Kliininen fysiologia (Duodecim)

3. Bar-Or O.: Pediatric sports medicine for the practitioner (Springer Verlag)

4. Vuori I. & Taimela S.: Liikuntalääketiede (Duodecim)

5. Rokkanen P., Slätis P., Alho A., Ryöppy S. & Huittinen V.-M.: Traumatologia (Kandidaattikustannus)

6. Bouchard C., Shephard R.J., Stephens T., Sutton J.R. & McPherson B. (Eds.): Exercise, fitness, and health. A consensus of current knowledge (Human Kinetics)

tai

Physical Activity and health. A report of the Surgeon General. U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion 1996

7. DeLee J.C. & Drez D., Jr.: Orthopaedic sports medicine. Principles and practice. Vol.1-2. (Saunders)

tai

Peltokallio P.: Tyypilliset urheiluvammat. Osat I ja II (Medipel OY)

8. Dose-Response Issues Concerning Physical Activity and Health: An evidence-based symposium. Medicine and Science in Sports and Exercise. 2001:33(6), Supplement

Lehdet (tenttiä edeltävän kolmen vuoden lehdet)

1. American Journal of Sports Medicine
2. Medicine and Science in Sports and Exercise
3. Sports Medicine

Liikuntalääketieteeseen soveltuvin osin:

1. Circulation
2. British Medical Journal
3. JAMA
4. Lancet
5. New England Journal of Medicine

Lainsäädäntö soveltuvin osin

2003-2005

LASTENNEUROLOGIA

Vastuuhenkilö: Prof. Lennart von Wendt

KLL/Lastenneurologian yksikkö, Lastenlinnantie 2, PL 280, 00029 HUS

Puh. 471 80208, lennart.von.wendt@hus.fi

Tavoitteet

Koulutuksen tavoitteena on antaa erikoistuvalla tiedot, taidot ja asenteet itsenäisenä lastenneurologina toimintaa varten. Keskeiset yksityiskohtaiset tavoitteet ovat seuraavat:

Hyvät tiedot

- a) Hermoston normaali ja poikkeava kehitys, toiminta ja rakenne
- b) Kehitysiässä ilmenevät oireet: tajunnan häiriöt, liikunnallinen poikkeavuus, oppimisen vaikeus, kipu, huimaus, unihäiriö, aivohermojen toimintahäiriö, elimellinen käytöshäiriö, spinaalinen oireyhtymä, aivokuolema
- c) Pre-, peri- ja postnataaliset hankinnalliset ja perinnölliset lastenneurologiset taudit ja vammat ja niiden mekanismit. Tällaisia tiloja ovat: Keskushermoston rakenteelliset epämuodostumat, kromosomipoikkeavuudet, Särö-X-oireyhtymä, kallon epämuodostumat, sikiökauden neurologiset sairaudet, vastasyntyneen neurologiset sairaudet, CP-vammaisuus, hydrokefalia, selkäydinkohju, älyllinen kehitysvammaisuus, neurometaboliset ja degeneratiiviset taudit, kohtaukselliset aivotaudit, aistielinten sairaudet, puheen ja kielellisen kehityksen häiriöt, tarkkaavuus- ja oppimishäiriöt, autismikirjon sairaudet, neuromuskulaariset taudit, neurologiset hätätilanteet, verenkiertohäiriöt, kasvaimet, infektiot, demyelinaatiosairaudet, ekstrapyramidijärjestelmän sairaudet, ääreishermoston sairaudet, vammat ja niiden jälkitilat, huumeiden ja alkoholin aiheuttamat aivosairaudet
- d) Yleisten akuuttien lastenneurologisten tilojen hoito
- e) Kroonisten pitkäaikaisten lastenneurologisten tilojen hoito
- f) Lastenneurologinen kartoitus
- g) Kliininen neurofarmakologia
- h) Lastenneurologisten palvelujen saatavuuden ja työnjaon tuntemus

Perustiedot

- a) Aivojen kuvantamisen pääperiaatteet ja kuvien alustava itsenäinen tulkinta
- b) Keskeiset tiedot lastentautien, neurologian, neurokirurgian, neuropatologian, neuroradiologian, geeniteknologian, kehitysvammalääketieteen, perinnöllisyyslääketieteen, kliinisen kemian, kliinisen neurofysiologian, neurobiologian, neuroendokrinologian, neuroimmunologian, lastenpsykiatrian ja nuorisopsykiatrian erikoisaloilta sekä neuropsykologian, fysioterapian, toimintaterapian, sosiaalitoimen, koulutoimen ja muiden läheisten paramedisiinisten toimien aloilta.
- c) Terveystieteiden etiikan, hallinnon ja suunnittelun tuntemus

Taidot

- a) Lapsen ja nuoren neurologinen tutkimus ja kehityksen arviointi eri ikäkausina

- b) Akuutisti sairastuneen tai tajuttoman lapsen ja nuoren kliininen tutkimus ja erotusdiagnostiikka
- c) Ei-akuutisti sairaan lapsen ja nuoren kliininen tutkimus ja erotusdiagnostiikka sekä seurantatutkimuksen suunnittelu ja koordinointi
- d) Lastenneurologisten akuuttien ja kroonisten tautien ja vammojen diagnostiikka, hoito, kuntoutus ja ehkäisy
- e) Lastenneurologiaan liittyvät tutkimus- ja hoitotoimenpiteet
- f) Lastenneurologiaan liittyvä perhekeskeinen ammattien välinen ryhmätyö
- g) Lastenneurologisten potilaiden tutkimukseen, hoitoon ja kuntoutukseen liittyvät ihmissuhdetaidot

Asenteet

- a) Perheen kohtaaminen vaikeasti vammautuvien ja/tai kuolemaan johtavien sairauksien yhteydessä
- b) Yhteistyö muiden lapsia hoitavien erikoisalojen, sosiaalihuollon ja kouluviranomaisten kanssa

Eriytyvän koulutuksen tavoitteena on siten antaa erikoistuvalla hyvät lastenneurologian erikoisalan valmiudet itsenäiseen toimintaan lastenneurologina.

KOULUTUSOHJELMAN RAKENNE

Koulutusohjelman kokonaispituus on 5 vuotta, josta vähintään puolet tulee suorittaa yliopistosairaalan ulkopuolella. Yliopistosairaalan ulkopuolisiin koulutuspaikkoihin voidaan katsoa kuuluvaksi edelleen sellaiset terveydenhuollon toimintayksiköt, jotka on liitetty yliopistosairaalaan 1.1.2000 tai sen jälkeen (Jorvin, Peijaksen, Hesperian, Kättilöopiston ja Marian sairaalat).

Terveyskeskuspalvelu (9 kk)

Runkokoulutus (1 v 3 kk)

Runkokoulutuksen tulee sisältää 4 kk sairaalalääkärin palvelua neurologian alalla tai vaihtoehtoisesti geeniteknologian, kehitysvammalääketieteen, kliinisen neurofysiologian, lastenpsykiatrian, neuroendokrinologian, neuroimmunologian, neurokirurgian, neuropatologian, neuroradiologian tai perinnöllisyyslääketieteen alalla ja 11 kuukautta sairaalalääkärin palvelua pääsääntöisesti yliopistosairaalan lastentautien yksikössä osana pediatria runkokoulutusta. Lääkärin ilmoittauduttua lastenneurologian koulutusohjelmaan, hänen tulee neuvotella lastentautien koulutusohjelman vastuuhenkilön kanssa pediatriksen koulutuksensa toteuttamisesta. Pediatriksen runkokoulutuksen tavoitteena on antaa erikoistuvalla riittävät tiedot, taidot ja asenteet lasten kasvusta, ravitsemuksesta, kardiologiasta, endokrinologiasta, gastroenterologiasta, nefrologiasta, hematologiasta, onkologiasta, reumatologiasta, allergologiasta, pulmologiasta, ihotaudeista, infektioitaudeista, kliinisestä farmakologiasta, psykosomatiikasta, kliinisestä genetiikasta, akutologiasta, neonatologiasta, nuorten terveydestä ja pediatriksesta etiikasta. Pediatriksen koulutuksen käytännön tavoitteena on, että yhteistyö sairasta lasta hoidettaessa sujuu lastenneurologin ja muiden lapsia hoitavien lääkäreiden kesken optimaalisesti lapsen ja hänen perheensä kannalta ja että erikoistuva pystyy osallistumaan pediatriksen yksikön päivystykseen.

Eriytyvä koulutus (3 v)

Eriytyvä koulutus annetaan pääsääntöisesti runkokoulutuksen jälkeen yliopistosairaalan Lastenneurologian yksikössä tai muussa tiedekunnan hyväksymässä opetussairaalassa tai erillisen sopimuksen mukaisessa kumppanisairaalassa. Ellei jälkimmäinen sairaala ole yliopistosairaala, sen antamaa koulutusta hyväksytään enintään vuosi. Yliopistosairaalapalvelua vaaditaan 36 kuukautta, josta 30 kuukautta lastenneurologian yksikössä ja kuusi kuukautta Neurologian yksikössä. Lastenneurologian koulutuksen tavoitteena on oppia kehitysiässä esiintyvien neurologisten sairauksien diagnostiikka, hoito, kuntoutus ja sairauksien ehkäisy sekä näihin ongelmiin liittyvät eettiset näkökohdat. Neurologisen koulutuksen tavoitteena on taas perehtyä vastaaviin ongelmiin aikuisiällä sekä suhtautumaan optimaalisesti pitkäaikaissairaahan nuoren siirtymiseen

lastenneurologilta neurologin hoitoon.

Eriytyvä koulutus annetaan Lastenneurologian yksikön vuodeosastoilla ja poliklinikoilla. Erikoistuvan on palveltava kussakin vastuuyksikössä (oppimis- ja kehityshäiriöt, epilepsia, liikuntavammaisuus ja akuutti lastenneurologia) vähintään kuusi kuukautta. Palvelu on järjestettävä niin yhtäjaksoiseksi kuin mahdollista. Ennen eriytyvän koulutuksen alkamista erikoistuville järjestetään pienryhmissä perehdytys työtehtäviin.

Ohjelmaan otettavien lääkäreiden valinnasta päättää koulutuksen vastuuhenkilö HYKS:n johtosäännön ja sovittujen yhteisten menettelytapojen mukaan. Hakijoille on eduksi, jos heillä on yhden vuoden palvelu sairaalalääkärinä lastentautien koulutukseen hyväksytyssä yksikössä. Virkamääräyksen pituus on laskennallinen palveluaika erikoistumisineen. Tultuaan otetuksi koulutukseen erikoistuva laatii yhdessä vastuuhenkilön kanssa henkilökohtaisen koulutussuunnitelman. Vastuuhenkilö nimeää kullekin erikoistuvalla henkilökohtaisen ohjaajan.

Toimipaikkakoulutus

Käytännön työtä täydentävät säännölliset ohjatut toimipaikkakoulutustilaisuudet, joiden tarkoituksena on syventää tietämystä erikoisalasta. Toimipaikkakoulutusta järjestetään 2-5 tuntia viikossa.

Koulutussairaalat ja kouluttajat:

<http://www.ltdk.helsinki.fi/opiskelu/erikoislaakari/>

Teoreettinen kurssimuotoinen koulutus (80 tuntia)

Teoreettista kurssimuotoista koulutusta on hankittava vähintään 80 tuntia, josta kasvua ja kehitystä käsittelevä 15 tunnin osio suositellaan hankittavaksi runkokoulutuksen aikana. Lastenneurologian erikoisalan teoreettisessa koulutuksessa perehdytään keskeisiin lastenneurologian alueisiin (ks. edellä). Erikoistuva voi käyttää hyväkseen yliopistojen järjestämien kurssien lisäksi lastenneurologian ja sitä lähellä olevien erikoislääkäriyhdistysten kotimaisia ja kansainvälisiä koulutustilaisuuksia, joiden sisältö ja laajuus vastaavat teoreettisen kurssimuotoisen opetuksen tavoitteita. Hallinnollinen osio jakautuu kaikille erikoisaloille yhteisiin opintoihin, joiden laajuus on vähintään 20 tuntia ja joiden aihepiireihin kuuluvat terveydenhuollon organisaatio ja suunnittelu, terveydenhuollon hallinto sekä terveydenhuoltoa koskeva lainsäädäntö.

Oppimisprosessin seuranta ja arvioinnin välineet

Ohjaaja arvioi erikoistuvan edistymistä päivittäin työsuoritusten ja kahdenkeskisten keskustelujen perusteella. Kouluttaja käy arviointi- ja kehittämiskeskustelun erikoistuvan kanssa säännöllisin väliajoin kerran kuukaudessa. Erikoistuva tapaa vastuuhenkilön ainakin kerran runkokoulutuksen ja kerran eriytyvän koulutuksen aikana. Kouluttajan ja vastuuhenkilön kanssa käydyistä keskusteluista tehdään merkinnät erikoistuvan lokikirjaan. Sekä ohjaaja että kouluttaja voidaan perustellusta syystä vaihtaa. Koulutuksen tukena käytetään lokikirjaa tai portfolioa.

Valtakunnallinen kuulustelu

Kirjat (viimeisin painos)

I Lastenneurologian oppikirjat

1. Aicardi J.: Diseases of the nervous system in children and adolescents (Blackwell)

tai

Menkes J.H.: Textbook of child neurology (Lea & Febiger)

tai

Swaiman K.F. & Ashwal S.: Pediatric neurology I-II. Principles and practice (Mosby)

II Lastenneurologiseen tutkimukseen liittyvät oppikirjat

1. Illingworth I.: The development of the infant and young child, normal and abnormal (Churchill)

Livingstone)

2. Dubowitz, L. & Dubowitz V.: The neurological assessment of the pre-term and full-term newborn infant (Heinemann)

III Neuroanatomian kirja

1. Waxman S.G. & deGroot J.: Correlative neuroanatomy (Prentice-Hall International)

2. Duus P.: Topical diagnosis in neurology (Thieme-Stratton)

IV Epilepsiakirjallisuus

1. Aicardi J.: Epilepsy in children (Raven Press)

tai

Wallace S. (Ed.): Epilepsy in children (Chapman Hall Medical)

2. Roger J. et al.: Epileptic syndromes in infancy, childhood and adolescence (Libbey)

V Muu alaan liittyvä keskeinen kirjallisuus

Lehdet (tenttiä edeltävän kolmen vuoden lehdet)

1. Developmental Medicine and Child Neurology

2. Annals of Neurology

3. Journal of Pediatrics

4. Neuropediatrics

5. Duodecim ja Suomen Lääkärilehden alaan liittyvät artikkelit

Lääkintälainsäädäntö soveltuvin osin

2001-2003

LIIKUNTALÄÄKETIEDE

Vastuhenkilö: Dos. Urho Kujala

KLL/ Kirurgian osasto/Liikuntalääketieteen yksikkö/Urheilulääketieteen säätiön

Helsingin urheilulääkäriasema, Mannerheimintie 17, 00250 Helsinki

Puh. 434 2100, urho.kujala@helsinki.fi

Koulutusohjelman yleiskuvaus

Liikuntalääketieteen koulutusohjelman pituus on 5 vuotta. Siihen kuuluu 6 kuukautta terveyskeskuspalvelua. Erikoistumiskoulutuksen pituus on 4 vuotta 6 kuukautta, josta 6 kuukautta palvelua voi suorittaa kliinisessä työssä terveyskeskuksessa tai muussa avoterveydenhuollon yksikössä, työterveyshuollon yksikössä tai kuntoutuslääkärinä.

Käytännön työtä täydentävät säännölliset ohjatut toimipaikkakoulutustilaisuudet, joiden tarkoituksena on syventää tietämystä erikoisalasta. Toimipaikkakoulutusta järjestetään 2–5 tuntia viikossa.

Tavoitteet

Koulutusohjelman suoritettuaan liikuntalääketieteen erikoislääkärin tulee:

- tuntee liikunnan terveysvaikutukset ja osata käyttää liikuntaa ja liikuntahoitoa terveyden edistämiseksi sekä sairauksien ennaltaehkäisyssä ja hoidossa
- hallita liikunnan yhteydet yksilön ja väestön terveyteen ja liikunnan vaikutusten suuntaaminen siten, että sillä on terveyttä säilyttävää, edistävää tai kuntouttavaa vaikutusta

- hallita terveyden, toimintakyvyn ja fyysisen suorituskyvyn mittaamisessa, selvittämisessä ja diagnostiikassa keskeisten arviointi-, mittaus- ja diagnostisten menetelmien käytön ja teorian (käyttöalueet, ominaisuudet, suoritustapa, tulosten tulkinta, palvelujen saatavuus)
- hallita liikuntaan liittyvien riskitekijöiden ennaltaehkäisyä, diagnostiikan ja hoidon
- hallita liikunta- ja urheiluvammojen diagnostiikan, hoidon ja kuntoutuksen ja avoterveydenhuoltoon sopivien menetelmien käytön samoin kuin vammojen ennaltaehkäisymahdollisuudet
- kyetä luennoimaan ja välittämään tietoa alansa erityiskysymyksistä hallitsemalla alan tietoainekset ja menetelmät alan keskeisen tiedon välittämiseksi terveydenhuollon henkilöstölle, alan opiskelijoille, potilaille, liikunnan ja urheilun harrastajille ja näiden ohjaus- sekä valmennustehtävissä toimiville
- hallita doping-kontrollien toteuttaminen
- pystyä toimimaan urheilujoukkueen lääkärimänä
- kyetä alan tiedon seuraamiseen ja kriittiseen arviointiin sekä hallita liikuntalääketieteellisen tutkimustyön periaatteet
- kyetä osallistumaan alansa kehittämiseen ja suunnitteluun
- olla perehtynyt terveydenhuollon hallintoon

Koska liikuntalääketiede painottuu avoterveydenhuoltoon, palvelusta voi 6 kuukautta suorittaa kliinisessä työssä terveystieteiden tai myös muussa avoterveydenhuollon yksikössä, työterveyshuollon yksikössä tai kuntoutuslääkärinä.

KOULUTUSOHJELMAN RAKENNE

Terveyskeskuspalvelu (6 kk)

Erikoistumiskoulutus (4 v 6 kk)

Erikoistumiskoulutuksesta pääosa (2,5–3 vuotta) suoritetaan Urheilulääketieteen säätiön Helsingin urheilulääkäriaseman tähän koulutukseen osoittamassa ja sosiaali- ja terveyshallituksen hyväksymässä erikoistumisvirassa. Tässä virassa apulaislääkärin työnkuva painottuu urheiluvammojen hoitoon, liikuntaa rajoittavien sairauksien diagnostiikkaan ja hoitoon, kliinifysiologiaan diagnostiikkaan toimenpiteisiin sekä myös suorituskyvyn testaukseen, koulutustoimintaan ja liikuntalääketieteelliseen tutkimustoimintaan. Liikuntalääketieteen poikkitieteellisyydestä johtuen muu eriytyvä koulutus suunnitellaan henkilökohtaisesti erikoistuvan kanssa seuraavasti: Loput neljästä vuodesta voidaan suorittaa palveluna vähintään kahdella seuraavista erikoisaloista (1–6 kk/ valittu erikoisala) siten, että sopiva painotus suunnitellaan vastuhenkilön kanssa: fysiatria, yleiskirurgia, ortopedia, kliininen fysiologia, kliininen kemia, lastentaudit, neurologia, sisätaudit. Mahdollisina koulutuspaikkoina tältä osin ovat mm. HYKS, Jorvin sairaala, Peijas-Rekolan sairaala sekä Sairaala ORTON ja Kuntoutus ORTON. Henkilökohtaiset kouluttajat ja ohjaajat näiden valinnaisten erikoistumispisteiden osalta nimetään samassa yhteydessä kun henkilökohtainen erikoistumissuunnitelma täsmennetään. Eriytyvään koulutukseen voidaan hyväksyä 1–6 kk toimimista päätoimisessa liikuntalääketieteeseen liittyvässä tutkimustyössä.

Kouluttajat:

dos. Urho Kujala

Koulutussairaalat: <http://www.ltdk.helsinki.fi/opiskelu/erikoislaakari/>

Teoreettinen kurssimuotoinen koulutus (80 tuntia)

Teoreettista kurssimuotoista koulutusta tulee suorittaa vähintään 80 tuntia, josta terveydenhuollon hallintoon perehdyttävää koulutusta 20 tuntia ja oman erikoisalalan koulutusta vähintään 60 tuntia. Koulutus tulee hankkia siten, että se muodostaa tarkoituksenmukaisen, erikoistuvan suuntautumista tukevan kokonaisuuden.

Tiedekunnan järjestämien yhteisten kurssien lisäksi kurssimuotoisen koulutuksen aihepiireinä voivat olla: biomekaniikka ja kinesiologia, endokrinologia, epidemiologia, erityisryhmien liikunta, laboratoriodiagnostiikka, liikuntafysiologia, liikuntajärjestöjen toiminta, liikuntasosiologia ja -psykologia, liikuntatraumatologia ja liikuntaortopedia, nuorten valmennus ja terveys, ravitsemustiede, terveysneuvonta (mukaan lukien metodiikka), tärkeimmät urheilumuodot ja niiden säännöt, valmennusoppi.

Kurssimuotoiseksi teoreettiseksi koulutukseksi voidaan hyväksyä yllämainittuja aiheita käsitteleviä kansainvälisiä symposiumeja ja kursseja.

Oppimisprosessin seuranta ja arvioinnin välineet

Perustan muodostaa lokikirja sekä vastuuhenkilön ja erikoistuvan väliset tapaamiset. Ennen valinnaisia jaksoja vastuuhenkilö, kouluttaja ja erikoistuva asettavat lokikirjaan merkittävät tavoitteet ko. koulutusjaksolle ja jakson kuluessa ja sen päätyttyä tavoitteiden toteutumista arvioidaan.

Erikoistuva lääkäri osallistuu lukukausittain valtakunnalliseen liikuntalääketieteen kouluttajien ja erikoistuvien yhteiskokoukseen, jossa samassa yhteydessä annetaan teoreettista koulutusta ja arvioidaan koulutuksen toimivuutta. Vastuuhenkilö tapaa erikoistuvan eriytyvän koulutuksen perusjakson aikana lähes päivittäin Helsingin urheilulääkäriasemalla ja valinnaisten jaksosten aikana vähintään lukukausittain, jolloin koulutuksen toimivuutta myös voidaan analysoida.

Valtakunnallinen kuulustelu

Kirjat (viimeisin painos)

1. Wilmore J.H. & Costill D.L.: Physiology of sport and exercise (Human Kinetics)
tai

McArdle W.D., Katch F.I. & Katch V.L.: Exercise physiology. Energy, nutrition and human performance (Lea & Febiger)

2. Sovijärvi A., Uusitalo A., Länsimies E. & Vuori I. (toim.):

Kliininen fysiologia (Duodecim)

3. Bar-Or O.: Pediatric sports medicine for the practitioner (Springer Verlag)

4. Vuori I. & Taimela S.: Liikuntalääketiede (Duodecim)

5. Rokkanen P., Slätis P., Alho A., Ryöppy S. & Huittinen V.-M.: Traumatologia
(Kandidaattikustannus)

6. Bouchard C., Shephard R.J., Stephens T., Sutton J.R. & McPherson B. (Eds.): Exercise, fitness, and health. A consencuc of current knowledge (Human Kinetics)

7. DeLee J.C. & Drez D., Jr.: Orthopaedic sports medicine. Principles and practice. Vol.1–2.
(Saunders)

Lehdet (tenttiä edeltävän kolmen vuoden lehdet)

1. American Journal of Sports Medicine

2. Medicine and Science in Sports and Exercise
3. Sports Medicine

Liikuntalääketieteeseen soveltuvin osin:

1. Circulation
2. British Medical Journal
3. JAMA
4. Lancet
5. New England Journal of Medicine

Lainsäädäntö soveltuvin osin