



# ”Ratsastusterapia kivun hoidon tukena ja kuntoutusmuotona”

ISOPÖLLY rinnakkaissessio 2  
31.10.2018 klo klo10.30-10.55  
GC päivät 2018, Vuokatti

---

Sanna Mattila-Rautiainen

Biolääketieteen tohtorikoulutettava, Terveystieteiden Maisteri, fysioterapeutti, ratsastusterapeutti-SRT

T:mi Fysio- ja ratsastusterapia Sanna Mattila

[www.kainuunratsastusterapia.fi](http://www.kainuunratsastusterapia.fi)

[www.horisonttikajaani.com](http://www.horisonttikajaani.com)

FB: horisontti-terveyden ja hyvinvoinnin keskus

0405069180

[sanna@kainuunratsastusterapia.fi](mailto:sanna@kainuunratsastusterapia.fi)



# Taustaa

- 1999-2000 yhteistyötä Kainuun keskussairaalan kanssa
- 4 pitkäaikaissairasta/ alaselkäkipu/ 8 vk- 3x vko
- Mittaukset: 30% lisäys lihasvoimassa
- Symmetria
- 3/4 töihin tai työkokeiluun



- Yhteistyö jatkuu KASS kanssa 2000-
- Tasaisesti alaselkäkipupotilaita
- Mittaukset
- Case- tutkimusta vastaavat tulokset



# 2010-2012 Shared learning Opportunities

- Ratsastusterapian teoriamallin kehittäminen





# 2014 Saksa

- Tutkimushypoteesin testaamista kollegoiden kanssa ja tulosten esittelyä Saksalaisessa seminaarissa.
- Edelleen tulokset linjassa aikaisempien havaintojen kanssa.
- Hevosen oikean rytmin ja suunnan testaamista- hypoteesi kuntouttavalle vaikutukselle



# Tutkimuksen tarkoitus

- Tarkoituksena on tutkia 12- viikkoisen ryhmämuotoisen ratsastusterapiaintervention ja kontrolloidun hevosen liikkeen vaikutusta alaselkäkipuisten potilaiden fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen kuntoutumiseen.



# Aineisto

- Monikeskustutkimus 2016-2017 Salo 14 (11) ja Kajaani 12 ( 11) kuntoutujaa
- 4 miestä, 22 naista
- 9 tervettä naisverrokkia + 4 koeasetelman verrokkia
- Sairaanhoidopiirin valitsemat potilaat
- Eettinen arvio, Helsingin julistus





# Väitöstutkimus

- Koeasetelman testaamista terveillä
- Laitteiden matkan yms. testaus



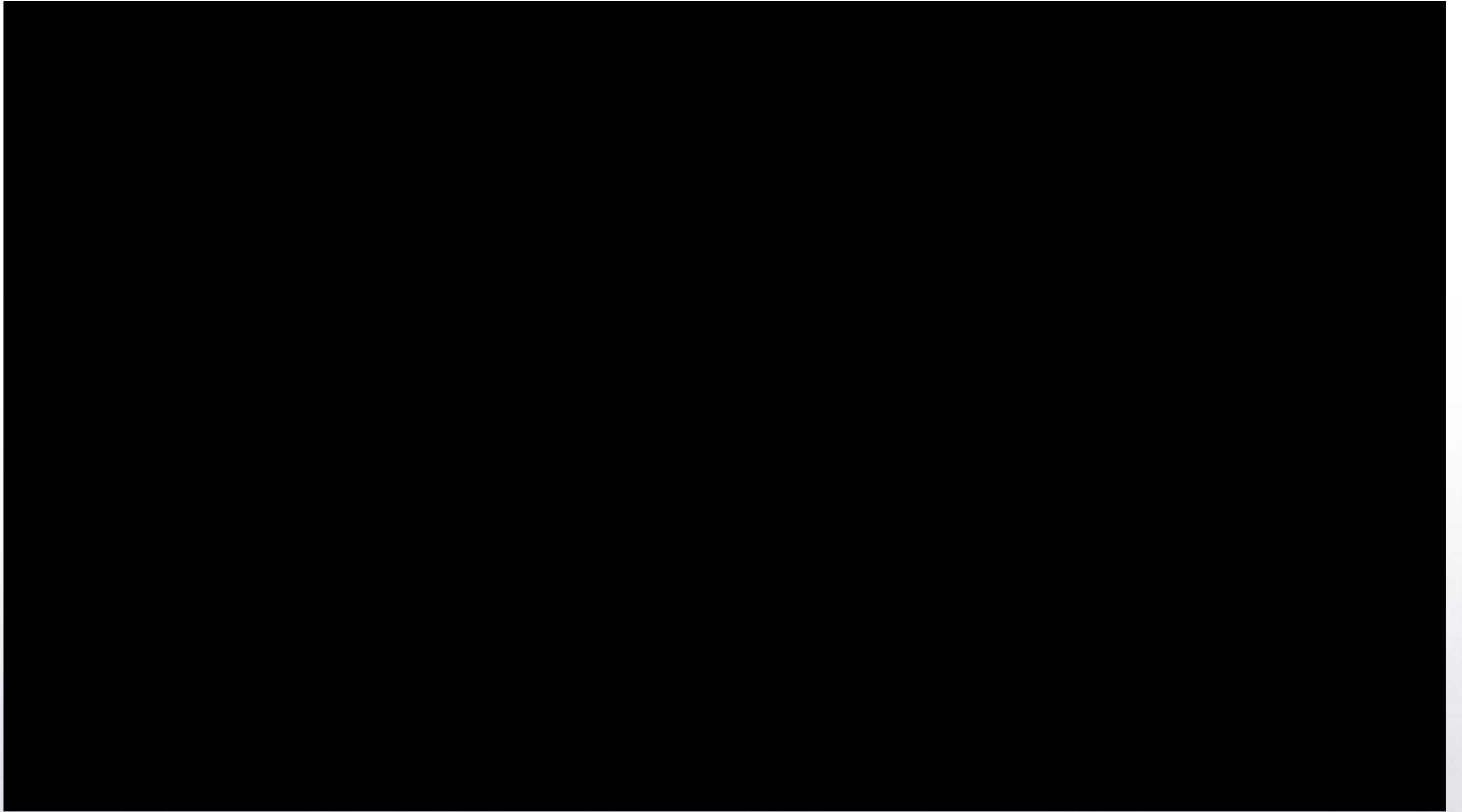




# Menetelmät



- ME 6000, 8-kanavainen & Megawin analyysijärjestelmä: Nested, Mixed methods
- 4 kameraa, aikasimuloitu
  - Kävely- ja ratsastusmittaus 10m kahteen suuntaan: Scoring: satunnaistettu
- VAS ( Visual Analogue Scale)-kivun kokeminen joka kerta alussa ja lopussa, Lineaarinen
- Kivun hyväksyminen CPAQn (Chronic Pain Acceptance Questionnaire),
- RAND-36 elämänlaatumittari,
- R-BDI- depressiokysely (Raitasalon muokkaama Beckin depressiokysely) sekä
- COPM- Toiminnan ongelmien tunnistamisen mittari ( Toimintaterapeutin tekemä).
- Sukupuoli, ikä, kehomittaukset, lämpötilat





- Terveiden ryhmä: 4 minuutin ratsastus aktivoi mm. multifiduksen
- Potilasryhmät: 8 minuutin aikainen (alkuverryttely) ratsastus aktivoi mm. multifiduksen
- Hevosen liikkeen laadun merkitys





# Tuloksia

- Palaute kirjallisena potilaalle ja lähettävälle taholle (yksilötason ja maksajan huomioiminen: Open science)



# Tuloksia

- BMI- lievä ylipaino, ei mitattu muutosta
- Kävelyn nopeus; hidastui osalla-  
laadullisuus lisääntyi useilla ( Scoring  
tulokset 1/2019)



# Tuloksia

- BECK: Ei masentuneita 8(38%)-  
11(53%)
- Lievästi masentunut mieliala n=6(29%)-  
N4(19%)
- Keskivaikeasti masentunut mieliala  
n5(24%)-n4(19%)
- Vakavasti masentunut mielialan2(9%)-  
2(9%)