

# Syventävää koulutusta ammattilaisille 2023

## Diabeetikon ihovaurion ja jalkahaavan keventäminen -koulutus



**Aika:** 21.4.2023, 14.9.2023 ja 10.11.2023

**Paikka:** Scandic City, Hämeenkatu 1, Tampere

**Hinta:** 170 euroa (alv 0 %) sisältää lounaan, päiväkahvin, opetuksen ja materiaalin.



” Jalkapohjaan kohdistuvan paineen kasvu johtaa painepiikkeihin, hankaukseen ja kitkaan jalkaterässä aiheuttaen ihomuutosten kuten kovettumien syntymisen. Näiden kitkavoimien vaikutuksesta syntyvät myös useimmat diabeetikon jalan krooniset haavatkin. Keventäminen tasaa jalkapohjaan kohdistuvaa kuormitusta ja vähentää hankausta. Erilaiset keventävät hoidot ja menetelmät kuuluvat välttämättömänä osana niin diabeetikon lievien ihomuutosten kuin myös kroonisten haavojen hoitoa.

Koulutuksessa pääset tutustumaan erilaisiin kevennysmenetelmiin ja opit käytännön tasolla tekemään ensiapuluonteisia kevennyksiä ihovaurioiden ja jo syntyneiden jalkahaavojen suojaksi. Nämä ovat taitoja, joita jokaisen haavojen kanssa tekemisessä olevien ammattilaisten tulee hallita. Niiden myötä haavojen paraneminen nopeutuu, samalla saadaan aikaan suuria säästöjä.

*Jalkojenhoitaja Jaana Huhtanen,  
kouluttaja, Diabetesliitto*

### Ohjelma

10.15-10.30 Ilmoittautuminen  
10.30-12.00 Koulutuksen ohjelma alkaa  
12.00-12.45 Lounas  
12.45-14.45 Koulutuksen ohjelma jatkuu/kahvi  
Koulutus päättyy kello 14.45

#### Miksi keventää?

- Neuropatian aiheuttamien oireiden sekä sidekudoksessa tapahtuvien muutosten vaikutus jalkapohjan kuormitukseen.
- Jalkaterän palpaatioharjoituksia.

#### Miten keventää - käytännön harjoituksia!

- Kevennysmenetelmät: hoitokengät, haavaortoosit, jalkaan puettavat, jalkaan liimattavat sekä kenkään laitettavat pohjalliset.
- Huopakevennyksen tekemistä yleisimpiin varpaiden, päkiän alueen ja kantapään ihovaurioihin ja haavoihin.

Max. osallistujamäärä 16 henkilöä/koulutus

Kysy lisää ja ilmoittaudu: Koulutussihteeri Malla Honkanen, p. 050 310 6614, koulutussihteeri@diabetes.fi

### Valmistaudu näin

Lähetämme sinulle ennakkomateriaalia tutustuttavaksi ennen koulutusta.

Pue koulutuspäivänä päällesi helposti riisuttavat sukat ja laita jalkaasi tilavat jalkineet.

**Muistiinpanovälineiden lisäksi ota mukaan omat saksat, joilla on hyvä leikata paksua materiaalia.**

[diabetes.fi/ammattilaiset](https://diabetes.fi/ammattilaiset)

