



# AKSONIN AAKKOSET

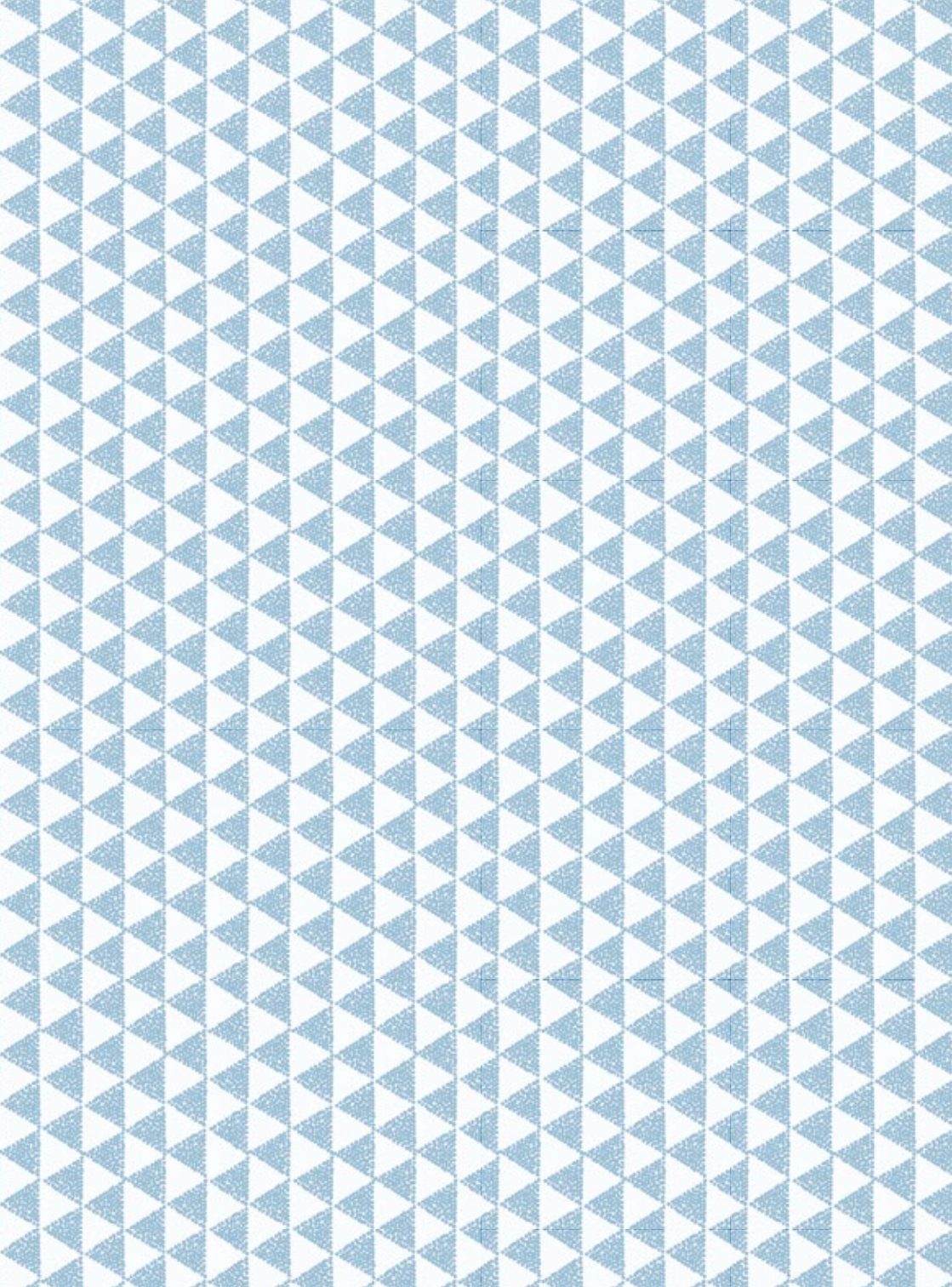
---

Tähän irrotettavan osioon on koottu merkittäviä ja usein esiintyviä sanoja selkäydinvammasta puhuttaessa.

Päivitämme aakkosia [www.aksonry.fi](http://www.aksonry.fi) sivustolle.

Aakkoset on tulostettavissa myös sieltä.

---





# Aksonin aakkoset

## A

**AIS-luokitus** = ASIA Impairment Scale, AIS. American Spinal Injury Associationin luoma menetelmä, jolla kartoitetaan selkäydinvaurion laatu eli vamman taso ja osittaisuus/täydellisyys.

**Ajoneuvovero** = Ajoneuvoveron perusverosta voi hakea vapautusta vammaisuuden perusteella. Vapautus myönnetään henkilölle, joka on ajoneuvosta verovelvollinen ([www.trafi.fi](http://www.trafi.fi)).

**Akson ry** = Selkäydinvammaisten eli SYVien oma järjestö. Selkäydinvammaiset Akson ry on perustettu 2009 ([www.aksonry.fi](http://www.aksonry.fi)).

**Aksoni** = Viejähaarake eli aksoni tai hermosäie on hermosolun eli neuronin osa. Selkäydinvammassa ensisijainen ongelma on aksonin katkeaminen.

**Allasterapia** = Allasterapia on fysioterapi-aa, jossa käytetään hyväksi veden vastusta ja kehoa kannattelevia ominaisuuksia.

**Apuväline** = Apuväline on väline, laite tai muu ratkaisu, joka edistää, tukee tai ylläpitää henkilön toimintakykyä ja osallistumista silloin, kun se on vamman, sairau- den tai ikääntymisen vuoksi heikentynyt ([www.thl.fi](http://www.thl.fi)).

**Apuvälinemessut** = Parittomina vuosina Tampereella järjestettävä alan tapahtuma.

**Apuvälinepalvelu** = Apuvälinepalveluun kuuluu apuvälinetarpeen arviointi, apuväli- neen sovitus ja hankinta, mahdolliset muu- tostyöt, käytön opetus ja seuranta sekä huolto ja korjaus ([www.thl.fi](http://www.thl.fi)).

**Assistentti.info** = Erilaisista toimijoista koot- tu henkilökohtaisen avun valtakunnallinen

verkosto, joka on neuvontaa, tiedottavaa koulutusta ja aineistoa tuottava itsenäinen toimija ([www.assistentti.info](http://www.assistentti.info)).

**Asunnon muutostyöt** = Asunnon muutostöillä helpotetaan omatoimista selviytymistä kotona. Vammaispalvelulain mukaan vaikeavammaiselle henkilölle on korvattava asunnon muutostöistä sekä asuntoon kuuluvien välineiden ja laitteiden hankkimisesta hänelle aiheutuvat kohtuulliset kustannukset.

**Autonominen dysrefleksia** = AD-oireyhtymä voi esiintyä korkeilla vammoilla. Johtuu pääasiassa sympaattisen hermoston yli-toiminnasta, jonka laukaisee jokin ärsyke vammataso alapuolelta. Tyypillisiä oireita ovat jyskyttävä päänsärky, ihokarvojen pystyyn nousu, vilunväreet, runsas hikoilu ja rytmihäiriöt. Oireyhtymän laukaisee yleensä jokin ongelma vaikkapa rakossa ([www.aksonry.fi](http://www.aksonry.fi)).

**Autovero** = Vammaisen henkilö voi saada autoveroa takaisin autosta, joka tulee hänen omaan käyttöönsä ja rekisteröidään ensimmäistä kertaa Suomessa. Tulli myöntää autoveron palautuksen ([www.tulli.fi](http://www.tulli.fi)).

**Avanne** = Avanne on tulos leikkauksesta, jonka tarkoituksena on poistaa sairaus tai lievittää oireita. Keinotekoinen aukko, jonka kautta ulosteet tai virtsa pääsevät poistumaan suolesta tai virtsateistä ([www.avanne.fi](http://www.avanne.fi)).

**Avokuntoutus** = Avokuntoutukseen kuuluvat mm. fysioterapia, toimintaterapia, puheterapia, psykoterapia, musiikkiterapia, neuropsykologinen kuntoutus, monimuotoryhmäterapia, päivä kuntoutus. Ks. Laitoskuntoutus.

**Avustaja** = Ks. Henkilökohtainen avustaja.

**Avustajakoira** = Avustajakoira on fyysisesti toimintarajoitteisten käyttäjien yksilöllisiä tarpeita vastaavaksi koulutettu apuväline, joka avustaa käyttäjänsä päivittäisissä toimissa. Avustajakoira edistää ja ylläpitää käyttäjänsä fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä ([www.invalidiliitto.fi](http://www.invalidiliitto.fi)).

## B

**Baclofen-pumppu** = Baclofen-pumppua käytetään henkilöille, joiden spastisuus eli lihasjänteys on lisääntynyt ja lihaksen jäykkyys aiheuttaa merkittävää haittaa ja joilla suunkautta otettava lääkitys ei riittävästi tehoa. Laite koostuu pumpusta ja katetrista, jotka lääkäri asettaa potilaan ihon alle nukutuksessa. Leikkaukseen ja nukutukseen liittyvät haitat ja riskit kuten infektioriski, on myös huomioitava. Pumpun saaminen edellyttää myös sitoutumista hoitoon eli pumppu täytyy täyttää määrärajoin.

**Botox** = Botuliinitoksiini, hermomyrky, jolla hoidetaan voimakkaita lihasjännityksiä sekä virtsarakon toimintahäiriöitä. Anetaan pistoksena lihakseen.

## E

**Erikoissairaanhoito** = Julkinen terveydenhuolto toimii kahdella tasolla. Vastaavasti terveydenhuollon palvelut on porrastettu kahdelle tasolle. Esimerkiksi apuvälinepalvelussa porrastus näkyy niin, että sähköiset liikkumisen apuvälineet kuten sähköpyörätuoli ja vaativimmat lasten apuvälineet

ovat erikoissairaanhoidon vastuulla. Vastaavasti aikuisten käsikäyttöiset pyörätuolit kuuluvat perusterveydenhuollon järjestämiin apuvälineisiin. Erikoissairaanhoidon yleensä erikoislääkärin tai sairaalan antama hoitoa.

**ESCIF** = European Spinal Cord Injury Federation, eurooppalaisten selkäydinvammajärjestöjen kattojärjestö. Akson on ESCIFin jäsen ([www.escif.org](http://www.escif.org)).

**ESKE** = Invalidiliiton Esteettömyyskeskus ESKE. ESKEn asiantuntijat ovat käytettävissä luennoitsijoina eri tahojen järjestämissä koulutustilaisuuksissa. Tarvittaessa he myös konsultoivat rakennuttajia sekä arkkitehtejä ja muita suunnittelijoita esteettömän rakennetun ympäristön aikaansaamiseksi ([www.esteeton.fi](http://www.esteeton.fi)).

**Esteettömyys** = Laaja kokonaisuus, joka tarkoittaa kaikkien kansalaisten sujuvaa osallistumista työntekoon, harrastuksiin, kulttuuriin ja opiskeluun. Esteettömyys merkitsee mm. palvelujen saatavuutta, välineiden käytettävyyttä, tiedon ymmärrettävyyttä, mahdollisuutta osallistua itseään koskevaan päätöksentekoon ([www.invalidiliitto.fi](http://www.invalidiliitto.fi)).

## F

**Fysioterapia** = Terapiaa, jonka keskeisenä tavoitteena on ylläpitää ja parantaa ihmisten toimintakykyä ja liikkumista.

## H

**Haitta-aste** = Lääkäri arvioi vamman tai sairauden aiheuttaman haitan sosiaali- ja

terveysministeriön ohjeen mukaan tehdyn haittaluokituksen perusteella. Haittaluokat ovat 1–20. Haittaluokka muutetaan tuloverolain tarkoittamaksi invaliditeetti-prosentiksi kertomalla haittaluokka viidellä. 30%:n haitta-aste vastaa siis haittaluokkaa 6. Haitta-asteen arviointi on melko helppoa, kun kyseessä on yhden haitan arviointi. Samalla henkilöllä saattaa kuitenkin olla monia ongelmia, joiden yhteenlaskettu haitta tulisi myös arvioida erikseen ([www.invalidiliitto.fi](http://www.invalidiliitto.fi), [www.thl.fi](http://www.thl.fi)).

**Haittaluokka** = Ks. edellinen.

**Hengityshalvauspotilas** = Henkilö, jonka erikoissairaanhoidon alainen ylilääkäri tai asiantuntijaryhmä on määritellyt hengityshalvauspotilaaksi jatkuvan ja pitkäaikaisen hengityskonetarpeen nojalla ([www.thl.fi](http://www.thl.fi)).

**Henkilökohtainen apu/avustaja** = Henkilökohtainen apu kohdistuu niihin toimiin, jotka henkilö tekisi itse, mutta ei niistä vamman tai sairauden vuoksi selviä. Henkilökohtaista apua voidaan järjestää mm. avustajan avulla, kotipalvelun tai molempien yhdessä. Henkilökohtainen apu ei ole hoivaa, hoitoa tai valvontaa. Henkilökohtaista apua järjestetään vammaispalvelulain perusteella.

**Henkilönostin** = Terveidenhuollossa henkilönostimella tarkoitetaan apuvälinettä, jolla autettava henkilöä voidaan siirtää paikasta toiseen. Henkilönostimet voivat mekaanisia tai sähkömoottorilla toimivia. Henkilönostimet voivat olla siirreltäviä ja mittasuhteiltaan esimerkiksi autoon siirtymistä varten suunniteltuja, tai esimerkiksi kattoon kiinteästi asennettuja. Mekaaniset henkilönostimet siirtävät tyyppillisesti avustettavan henkilön istuma tai



pystyasennossa. Sähkötoimisissa henkilönostimissa käytetään erilaisiin tilanteisiin suunniteltuja nostoliinoja.

**HETA** = Henkilökohtaisten Avustajien Työntajien Liitto ry. HETA kehittää ja valvoo henkilökohtaisten avustajien työnantajien etuja ja asemaa ([www.heta-liitto.fi](http://www.heta-liitto.fi)).

**Hissi** = Henkilöhissi, ns. tavallinen hissimalli. Porrashissi on portaisiin asennettava laite, jonka avulla voi nousta ja laskeutua portaita pitkin. Lavahississä (tasonostin) on lava, johon voidaan ajaa pyörätuolilla. Porrashissi liikkuu johdeputken tai -kiskon varassa, ja kisko voidaan asentaa esimerkiksi portaikon seinään tai kaiteisiin. Tuoli-hissi on liikkuva istuin. Kevythissi toimii kuten tavallinen hissi, mutta on hitaampi ja tilavaatimuksiltaan pienempi. Hissiporras on porras ja hissi samassa laitteessa. Askemat muuntuvat nostotasoksi.

**Hoitotarvikkeet** = Sairauden hoitoon liittyvät hoitotarvikkeet mm. katetrit, urinallit, vaipat ja narupussit ovat käyttäjilleen maksuttomia.

**HUS/HYKS** = Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri. HUS on jaettu viiteen sairaanhoitoalueeseen. HUS:issa on myös selkäydinvammakeskus. HYKS on yksi Suomen viidestä yliopistosairaalasta.

## I

**Influenssarokote** = Vaikea kausi-influenssa on raju tauti, joka vie nopeasti huonoon kuntoon ja saattaa vaatia sairaalahoitoa. Influenssarokotus on paras keino ehkäistä influenssaan sairastumista, rokotteen teho on osoitettu myös selkäydinvammallisilla.

Selkäydinvammaiset ovat oikeutettuja maksuttomaan kausi-influenssarokotukseen. Lue lisää Selkäydinvamma-lehti 2/2015 ([www.aksonry.fi](http://www.aksonry.fi)).

**Invalidiliitto ry** = Invalidiliitto on fyysisesti vammaisten ihmisten valtakunnallinen vaikuttamisen ja palvelutoiminnan monialajärjestö. Aksonin jäsenyyden kautta henkilö on myös tämän järjestön jäsen ([www.invalidiliitto.fi](http://www.invalidiliitto.fi)).

**Invaliditeetti** = Ks. Haitta-aste.

**Invalidivähennys** = Verojärjestelmän kautta annettava tuki, josta säädetään tuloverolaissa. Verovelvollinen saa vähennystä maksamastaan ansiotuloverosta, jos hänellä on sairaudesta, viasta tai vammasta aiheutuva pysyvä haitta. Verovähennyksen saamisen edellytyksenä on vähintään 30 % haitta-aste. ([www.invalidiliitto.fi](http://www.invalidiliitto.fi))

**IPSCI** = International Perspectives on Spinal Cord Injury, WHO:n raportti (2013), johon on kerätty tietoa selkäydinvammasista sekä annettu suositukset hoidosta ja kuntoutuksesta.

**ISCoS** = The International Spinal Cord Society on kansainvälinen tieteellinen selkäydinvammayhteisö, joka edistää selkäydinvamman hoitoa ja hoitomenetelmiä ympäri maailman. Yhteisö koostuu lääkäreistä ja tutkijoista sekä muista ammattilaisista, joilla on vankka SYV-tuntemus. ISCoS:in sivuilta [www.iscos.org.uk](http://www.iscos.org.uk) löytyy tietoa selkäydinvammoista. ISCoS julkaisi vuonna 2015 kokonaisvaltaisen kuvauksen selkäydinvammasta englanninkielisessä teoksessa ISCoS Textbook on Comprehensive Management of Spinal Cord Injuries.

**Istuinkyhmy** = Istuinluun kaaren uloin osa. Istuinkyhmyt sijaitsevat takapuolessa kohdassa, jossa ihon hoitoon ja istumapaineeseen on kiinnitettävä erityistä huomiota. Ks. Painehaava.

**Istuma-asento** = Istuma-asentoon tulee kiinnittää erityistä huomiota varsinkin apuvälineen valinnan yhteydessä sekä vammautuneen arkipäivän toimintojen/toimintakyvyn kannalta. Virheellinen asento lisää mm. vartalon kiputiloja, skolioosia, rangan vääntymistä, puutumista, paineavariskia ja spastisuutta.

**Istumapaine** = Hyvässä istuma-asennossa istumapaine jakautuu mahdollisimman laajalle alueelle symmetrisesti. Istumapainetta voidaan mitata siihen erityisesti valmistetulla painematolla. Mittauksia tehdään mm. selkäydinvammakeskuksissa ja kuntoutuslaitoksissa.

**Istumatyyny** = Pyörätuolissa käytettävä tyyny, joka valitaan yksilöllisten tarpeiden mukaan. Tyynyjä on paljon erilaisia: vaahdotuovilla, ilmalla, geelillä ja näiden erilaisilla yhdistelmillä täytettyjä. Hyvä tyyny vaikuttaa istuma-asentoon ja istumapaineeseen (Ks. edellinen) sekä ehkäisee paineavaoja.

**IT-lehti** = Invalidiliitto ry:n julkaisema Invalidityö -lehti. Aksonin jäsen saa lehden jäsenetuna itselleen.

## K

**Kanta.fi** = Sähköinen palvelu, josta voit katsoa omia terveys- ja reseptitietojasi. Muun muassa lääkärinlausunnot ([www.kanta.fi](http://www.kanta.fi)).

**Kantasoluhoito** = Kantasoluista toivotaan parannuskeinoa mm. halvaantuneille. Tämä onkin jo onnistunut laboratoriokeissa rotilla, joiden halvaantuneet raajat saatiin toimimaan kantasoluhoidolla. Kantasoluhoidon tarkkoja vaikutusmekanismeja aksoni-vaurion hoidossa SYV:in parantamiseksi ei kuitenkaan kovin hyvin vielä tunneta.

**KELA** = Kansaneläkelaitos, myöntää mm. kuntoutusta, eläkettä, hoitotukea, vammaistukea, kuntoutustukea. [www.kela.fi](http://www.kela.fi)

**Kelauksen keventäjät/avut** = Kelauksen keventäjät ovat ajomoottorilla varustetut pyörätuolin renkaat, jolloin kelaaminen vaatii vähemmän voimaa. Kelausapu on väline, joka helpottaa esim. ylämäessä kelaamista. Se kiinnitetään tuolin runkoon. Työntöapumoottori tuo helpotusta avustajalle.

**Kelaus** = Työntö eli tapa, jolla manuaalipyörätuolia liikutetaan eli kelataan. Vammaisurheilulajin nimitys on ratakelaus.

**Kertakatetrointi** = Toistokatetrointi, itsekatetrointi. Katetrointi suoritetaan kertaluonteisesti muutamia kertoja päivässä. Rakko tyhjenetään ”pillin” kaltaisella pehmeällä silikoni/muoviputkella ([www.katetri.fi](http://www.katetri.fi)).

**Kestokatetri** = Suprapubinen katetri esim. Cystofix. Suprapubisen katetrin asettaa lääkäri ja se vaihdetaan noin kolmen kuukauden välein. Katetrin varressa on nesteellä täytettävä pallo, joka pitää katetrin paikoillaan rakossa. Katetri on aina liitettävä virtsankeräyspussiin. Virtsankeräyspussi tulee tyhjentää riittävän usein, koska painava pussi saattaa vetää katetrin pois

paikaltaan. Virtsankeräyspussi on vaihdettava kerran viikossa.

**Kipu** = Epämiellyttävä kokemus, joka liittyy kudosaaurioon tai sen uhkaan tai jota kuvataan kudosaaurion käsittein. Yleistä selkäydinvammaisilla. ([www.kaypahoito.fi](http://www.kaypahoito.fi)).

**Kohtuulliset mukautukset** = Järjestelyt, joka mahdollistaisivat vammaisen henkilön yhdenvertaisen kohtelun toteutumisen. Konkreettisessa tilanteessa henkilöä varten tehtäviä toimenpiteitä. Mukautukset täydentävät esteettömyystoimenpiteitä. Arvioitava tilannekohtaisesti kohtuunäkökohdat huomioon ottaen ([www.yhdenvertaisuus.fi](http://www.yhdenvertaisuus.fi)).

**Kotisairaanhoito** = Kotisairaanhoito on potilaan kotiin vietyä sairaanhoitoa. Sen tarkoituksena on helpottaa sairaalasta kotiutumista, sairaan henkilön kotona selviytymistä ja tukea omaisia sairaan henkilön kotihoitossa. Kotisairaanhoitoa ovat erilaiset lääkärin määräämät sairaanhoidon toimenpiteet, kuten näyttöjen ottaminen, mittaukset, lääkityksen valvominen ja asiakkaan voinnin seuraaminen sekä kivun helpottaminen ([www.smt.fi](http://www.smt.fi)).

**Kuljetuspalvelu** = Kuljetuspalvelu on kunnan erityiseen järjestämisvelvollisuuteen kuuluva palvelu. Kunnan on järjestettävä vaikeavammaiselle henkilölle kuljetuspalveluja määrärahoista riippumatta, koska kuljetuspalvelu on subjektiivinen oikeus. Kuljetuspalveluihin ja niihin liittyvine saat-tajapalveluihin kuuluvat vaikeavammaisen henkilön tarpeelliset, jokapäiväiseen elämään kuuluvat kuljetukset, jotka liittyvät työssä käymiseen, opiskeluun, asioimiseen, yhteiskunnalliseen osallistumiseen, virkistykseen, tai muuhun sellaiseen

syhyhyn. Kuljetukset kattavat henkilön asuinkunnan alueella tapahtuvat tai lähikuntiin ulottuvat kuljetukset. Kuljetuksia myönnetään 18 yhdensuuntaista matkaa kuukaudessa. Niitä voi tarvittaessa anoa lisää ([www.thl.fi](http://www.thl.fi)).

**Kuntoutus** = Kuntoutuksella tuetaan ihmisten itsenäistä selviytymistä ja hyvinvointia sekä arkielämässä että elämänkaaren eri siirtymävaiheissa. Kuntoutuksen tavoitteena on myös edistää kuntoutujan osallistumismahdollisuuksia ja työllistymistä. Avomuotoisella kuntoutuksella tarkoitetaan kuntoutusta, joita ovat avojaksot ja käyntikerrat: avojaksojen ja käyntikertojen yhdistelmät, laitosjaksojen ja avojaksojen/käyntikertojen yhdistelmät. Laitoskuntoutus täydentää yleensä avomuotoista kuntoutusta ([www.kuntotusportti.fi](http://www.kuntotusportti.fi), [www.kela.fi](http://www.kela.fi)).

**Kuntoutussuunnitelma** = Suunnitelma laaditaan yhteistyössä terveydenhuollon ammattilaisten ja kuntoutujan kanssa. Tarvittaessa suunnitelman tekemiseen voivat osallistua myös omaiset ja läheiset. Kuntoutussuunnitelmassa ovat mm. laitos-/avokuntoutus, apuvälineet ja siihen kirjataan kaikki ne kuntoutussuositukset, joita henkilö tarvitsee. Kuntoutussuunnitelma voi olla osana hoitosuunnitelmaa sekä palvelusuunnitelmaa.

**Kynnys ry** = Eri tavoin vammaisten ihmisten perus- ja ihmisoikeusjärjestö, jonka perustivat vammaiset opiskelijat 1973. Osa kansainvälistä vammaisten itsenäisen elämän (Independent Living) liikettä.

**KYS** = Kuopion yliopistollinen sairaala.

**Käsihallintalaite** = Auton ajoa helpottava hallintalaite. Eri malleja, myös siirrettäviä.



Useat mallit vaativat automaattivaihteisen auton.

**Käsipolkupyörä** = Liikkumisen apuväline, joka voidaan kiinnittää pyörätuoliin tai kiinteä kokonaisuus, johon siirrytään. Käsillä liikutettava pyörä tuo monipuolista liikettä hartian seutuun ja sillä pääsee liikkumaan pyörätuolia vauhdikkaammin, jopa epätaisisella alustalla.

**Kävelyn apuvälineet** = Kävelyn apuvälineet jaetaan yhdellä kädellä käytettäviin ja kahdella kädellä käytettäviin apuvälineisiin. Ensimmäisiä ovat kävelykepit (myös kolmella tai useammalla tukijalalla), kynnärsauvat, kainalosauvat, istuimella varustetut kävelykepit ja kehon sivulla pidettävät kävelykehikot. Kahdella kädellä käytettäviä kävelyn apuvälineitä ovat kävelytelineet, rollaattorit, kävelytuolit ja kävelypöydät.

**Käypähoitosuositus** = Käypä hoito-suositukset ovat riippumattomia, tutkimusnäyttöön perustuvia kansallisia hoitosuosituksia ([www.kaypahoito.fi](http://www.kaypahoito.fi)).

## L

**Laitoskuntoutus** = Ks. Kuntoutus

**Liikuntavamma** = Liikuntavammaisuus aiheutuu muun muassa CP-vammaisuuden, lihassairauksien, synnynnäisten raajojen ja tukielinten epämuodostumien, raajan tai raajanosan puutosten, kasvu- ja luutumishäiriöiden, keskushermoston sairauksien, kasvainten, selkäytimen vaurioiden, lapsuusiän reuman, tapaturmien ja joskus leikkausten seurauksena. Liikuntavamma aiheuttaa aina haittaa jokapäiväisessä elämässä rajoittaen tai estäen liikkumista ja

itsenäistä toimintaa. Tila saattaa olla pysyvä, etenevä, paraneva tai vaihteleva ja sillä on vaikutuksia elämään ja sosiaaliinseen kanssakäymiseen. ([www.wikipedia.fi](http://www.wikipedia.fi))

**Liuska** = Ohut, monesti taipuisa esine, esim. paperiliuska.

**Luiska** = Luiska on kalteva rakennelma, joka helpottaa liikkumista eri korkeudella olevien tasanteiden välillä. Yleensä luiska korvaa portaat tai on niiden lisänä. Voidaan kutsua myös rampiksi. Esteettömyysmääräysten mukainen enimmäiskaltevuus 8 % (1:12,5).

**Lääkinnällinen kuntoutus** = Lääkinnällinen kuntoutus on yksi neljästä kuntoutuksen lajista tavanomaisen jaottelun mukaan. Muita ovat ammatillinen, kasvatuksellinen ja sosiaalinen kuntoutus. Lääkinnällisellä kuntoutuksella pyritään parantamaan ja ylläpitämään kuntoutujan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä sekä tukemaan hänen elämäntilanteensa hallintaa ja hänen itsenäistä suoriutumistaan päivittäisissä toiminnoissa. Lääkinnällinen kuntoutus liittyy kiinteästi sairauden tai vamman hoitoon. ([www.wikipedia.fi](http://www.wikipedia.fi))

## M

**Maastoliikennelaki** = Laki, joka määrittää miten maastossa liikutaan. Antaa laajat oikeudet liikuntarajoitteiselle liikkua maastossa moottoriajoneuvolla ([www.finlex.fi](http://www.finlex.fi)).

**Maastorenkaat** = Leveät ja syväuraiset renkaat pyörätuoliin, pikakiinnityksellä helppo vaihtaa. Helpottavat vaikeassa ja pehmeässä maastossa liikkumista esim. talvella. Istuma-asento säilyy samana, jos

maastorenkaiden kanssa käyttää pienempää vannekokoa.

**Manuaalipyörätuoli** = Pyörätuoli, jota käytetään käsivoimin kelausvanteista pyörittämällä. Saatava kiinteärunkoisena, jossa on irrotettavat pyörät sekä taittuva selkänoja. Kokoon menevässä mallissa on irrotettavat pyörät ja runko menee kasaan. Manuaalipyörätuoliin voidaan kiinnittää erilaisia lisävarusteita kuten nokkapyörä, käsipyörä, kelausapu tai pikkusukset (Wheelblades).

**Matkailu** = Lentokentällä toimimiseen löydät hyvät ohjeet [www.finavia.fi](http://www.finavia.fi), etusivulta kohdasta pysäköinti (ilmaista vammaisen pysäköintiluvalla) sekä sivun alalaidasta kohdasta avustettavat matkustajat. Kun varaat lentolipun, muista ilmoittaa myös erityistarpeista, kuten avustuspalvelusta esim. [www.finnair.fi](http://www.finnair.fi) sivuilla kohdassa ”asiakastuki, valitse ”asiakaspalvelu verkossa” ja sieltä ”ilmoita erityis-/avuntarpeesta”. Valtion Rautatiet eli VR mahdollistaa junalla matkailun. Lisätiedot [www.vr.fi](http://www.vr.fi) ja palvelujen alta löydät mm. vammaispalvelut. Kannattaa varmistaa kaluston (bussit, junat) esteettömyys ennen lippujen hankkimista. Esteettämiä matkoja voi kysellä matkatuomistoista, mm. Matka-Agenteilla on esteettämiä kohteita eri maissa.

**Metsästys** = Vaikeavammaisen voi metsästää käyttäen apuna moottoriajoneuvoa. Poikkeuslupa vaaditaan lääkärintodistuksen vaikeavammaisuudesta ja kyvystä käsitellä asetta. Lisätietoja [www.riista.fi](http://www.riista.fi) (lomakkeet, poikkeusluvut).

**MMC** = Meningomyelosee (lat. meningo-myelosee) on synnynnäinen hermostoputken sulkeutumishäiriö. Käytetään myös nimityksiä selkäydintyrä, selkäydinkohju ja

selkärankahalkio. Vamma syntyy sikiöllä yksilönkehityksen varhaisessa vaiheessa, ja siihen liittyy aina osittainen selkäytimen vaurioituminen.

## N

**Nojapyörä** = Polkupyörän tapainen liikkuamisen apuväline, jota poljetaan istuen. Jarruttaminen tapahtuu käsin, jaloin tai sekä että. Erinomainen vaihtoehto liikkua vauhdikkaasti, vaikka tasapaino tai jalkojen toimintakyky on heikko.

**Nokkapyörä** = Apuväline, joka kiinnitetään manuaalipyörätuolin runkoon pikakiinnityksellä, joten helppo ottaa esimerkiksi mukaan. Nokkapyörä nostaa pyörätuolin pienet tukipyörät (etupyörät) ilmaan, jolloin on helpompi liikkua epätasaisilla alustoilla.

**NORR** = Nordiska ryggmärgsskadade Rådet, pohjoismainen selkäydinvammatyöryhmä (rekisteröimätön), joka kokoontuu noin joka toinen vuosi vaihtamaan ajatuksia ja ideoita. Mukana ovat kaikki Pohjoismaat.

**NoSCoS** = Nordic Spinal Cord Society, pohjoismainen selkäydinvammayhteisö, jonka kiinnostuksen kohteena ovat selkäytimeen liittyvät vammat ja sairaudet. Järjestää joka toinen vuosi ison seminaarin ([www.nosc.org](http://www.nosc.org)).

**Nostolaude** = Sähköllä toimiva laudehissi nostaa kylpijän löylynotolle sopivalle tasolle. Laude, johon pyörätuolista siirrytään lattiantasossa ja jolla siirrytään löylytasoon.

**Nostovyö** = Avustamistilanteessa käytettävä leveä ja tukeva vyö, jossa useissa

malleissa kahvat. Turvallisempi nostaa kuin ottaa kiinni vaatteista.

**Nosturi** = Ks. henkilönostin.

## O

**Osittainen selkäydinvamma** = Selvitetään AIS-luokituksella, jolloin AIS-luokka on B (vain tunnon suhteen osittainen) C tai D. Osittaisessa vammassa ainakin osa hermosäikeistä toimii vaurion kohdalla. Osittainen selkäydinvamma voi olla hyvin lievä, kävely sujuu moitteettomasti, rakko toimii normaalisti, ehkä lihakset ovat hieman kankeat. Toisaalta osittaisessa vammassa voi vain osa tuntosäikeistä olla toimivia, jolloin tila lähes vastaa käytännössä täydellistä vammaa (selkäydinvamma.fi). Osittaista selkäydinvammaa kutsuttiin ennen myös paresiksi.

**Osteopenia** = Osteopenia ei ole sairaus, mutta mikäli luun tiheyden alenema pahenee, voi diagnoosi muuttua osteoporoosiksi.

**Osteoporoosi** = Osteoporoosi eli luuston kalkkikato johtuu pääasiassa luuston normaalin pystysuuntaisen kuormituksen puutteesta. Näin ollen luiden haurastuminen on pyörätuolin käyttäjälle lähes vääjäämätön seuraamus. Myös muut tekijät, kuten ravinto ja hormonitasapainon muutokset vammautumisen jälkeen saattavat edistää osteoporoosia.

**OYS** = Oulun yliopistollinen sairaala. OYS:ssa on yksi kolmesta selkäydinvammakeksuksista. On yksi viidestä yliopistosairaalaista Suomessa.

## P

**Painehaava** = Painehaavalla tarkoitetaan ihon tai ihonalaisen kudoksen paikallista vauriota, jonka on aiheuttanut paine tai vertyminen tai hankaus, yhdessä tai erikseen. Haava kehittyy tyypillisesti sellaiseen kohtaan, jossa on luinen uloke, kuten lantion seutu sakraalisesti, lonkan alue, istuin-kyhmyjen alue, kantapää ja kehräsluu. Keskeisiä riskitekijöitä ovat liikkumattomuus, kosteus (hikoilu, haavaerite), inkontinenssi, vajaaravitsemus, anemia ja kehon lämpötilan lasku. Paineen oletetaan olevan ensisijainen syy painehaavojen syntyyn (verisuonikirurgit.yhdistysavain.fi).

**Palveluasuminen** = Kunnan on järjestettävä vaikeavammaiselle henkilölle palveluasuminen (esim. palvelutalossa), jos henkilö vammansa tai sairautensa johdosta välttämättä tarvitsee palvelua suoriutuakseen tavanomaisista elämän toiminnoista. Henkilön tulee täyttää vammaispalvelulaisa ja -asetuksessa asetetut myöntämiskriteerit. Kunta ei voi määrärahojen puutteeseen vedoten evätä palvelun saantia. Kunnalla on oikeus päättää palveluasumisen järjestämistavasta (www.thl.fi).

**Palvelusuunnitelma** = Sosiaalihuoltoa toteutettaessa laadittava suunnitelma, jossa on riittävän yksityiskohtaisesti käytävä ilmi asiakkaan yksilöllinen tilanne niiltä osin kuin se vaikuttaa palvelujen sisällöstä, järjestämistavasta ja määrästä päättämiseen. Vammaan ja sairauteen liittyvien seikkojen ohella asiakkaan yksilöllisen tilanteen selvittäminen vaatii huomion kiinnittämistä myös hänen sosiaaliseen asemaansa mm. työssäkäynti, opiskelu, asumismuoto, perhesuhteet (www.thl.fi, www.sosiaaliturvaopas.fi).

**Paralympialaiset** = ”Vammaisurheilun Olympialaiset”. Paralympialaisissa ovat mukana liikunta- ja näkövammaiset sekä muutamissa lajeissa kehitysvammaiset urheilijat. ([www.sport.fi/paralympiakomitea](http://www.sport.fi/paralympiakomitea)).

**Paraplegia** = Alaraajojen halvaus. Selkäydinvamma sijaitsee rinta- tai lannerangan tasolla, jolloin vamma vaikuttaa alaraajojen toimintakykyyn.

**Perusterveydenhuolto** = Terveystenhuolto on kokonaisuus, jonka yksi jakolinja voidaan asettaa perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon väliin. Perusterveydenhuollon kohteena on väestö. Perusterveydenhuolto on yleisesti kaikkien saatavilla ja muodostaa maan terveysjärjestelmän perustan. Perusterveydenhuollon palveluita annetaan terveyskeskuksissa ([www.terveyskirjasto.fi](http://www.terveyskirjasto.fi)).

**Perusturvakeskus** = Entinen sossu, jossa kunnallisesti hoidetaan vammaispalveluja ja niitä koskevia päätöksiä.

**Peräpukamat** = Laajentuneita peräaukon laskimoita. Voivat tulla väistämättä vuosien ja vuosikymmenien saatossa. Istuminen siinä ja suolen toimittamiset altistavat niiden muodostumiselle. Ongelmiksi voi tulla verenvuoto, autonominen dysrefleksia ja spastisuus. Peräpuikot rauhoittavat tilannetta, mutta hankalissa tapauksissa tarvitaan leikkaushoitoa, joka voi olla pelkäämään pukamien ”hirttäminen”.

**Psykoterapia** = Psykoterapia on terveydenhuollon tavoitteellista toimintaa, jolla hoidetaan psyykkisiä vaikeuksia psykologisin menetelmin. Psykoterapiassa hankalia asioita prosessoidaan keskustelemalla. Tarvittaessa voidaan käyttää erilaisia

oireita tuottavien toimintatapojen tunnistamista ja muuttamista helpottavia harjoitteita. Psykoterapiaa on useita eri suuntauksia. Keskeisiä suuntauksia ovat kognitiivinen terapia, kognitiivinen käyttäytymisterapia, psykodynaaminen terapia sekä erilaiset perhe- ja ryhmäterapiat. Käyntitiheys vaihtelee terapiasuuntauksista riippuen yleensä yhdestä kahteen kertaan viikossa ([www.mielenterveystalo.fi](http://www.mielenterveystalo.fi)).

**Puheterapia** = Puheterapia on lääkinnällistä kuntoutusta, joka sisältää: tutkimukset, kuntoutuksen suunnittelun ja järjestämisen, yksilö- ja /tai ryhmäterapien, vanhempien, omaisten ja lähiympäristön ohjauksen ja konsultoinnin, puhetta tukevien ja korvaavien kommunikaatiokäyttöjen suunnittelun ja ohjauksen, kommunikaation apuvälinepalvelut ja niihin liittyvän ohjauksen. Puheterapian tavoitteena on parantaa asiakkaan toiminta- ja kommunikaatiokykyä jokapäiväisessä elämässä kotona, päivähoitossa, koulussa ja työelämässä ([www.puheterapeuttiliitto.fi](http://www.puheterapeuttiliitto.fi)).

**Pyörätuoli, kiinteärunkoinen** = Kiinteärunkoinen pyörätuoli voidaan koota osiin vain irrottamalla sen renkaat ja mahdollisesti taittamalla tuolin selkänöjä istuinosan päälle. Kiinteärunkoista pyörätuolia pidetään tukevarakenteisempänä ja herkeämpänä kulkemaan. Kiinteärunkoinen pyörätuoli vie luonnollisesti enemmän tilaa esimerkiksi autoon lastattuna.

**Pyörätuoli, kokoon taittuva** = Kokoon taittuvan pyörätuolin runko voidaan taittaa joko sivu- tai pystysuunnassa pienempään tilaan. Sivusuunnassa taittuvan pyörätuolin jalkatukien on oltava erilliset tai kokonaan irrotettavat.

## R

**Rakon toiminta** = SYVeillä ongelmia mm. virtsaamistarpeen tunteen puuttuminen, pidätyskyvyttömyys, kastelu ja rakon huono tyhjentyminen. Lisäksi haittana ovat komplikaatiot kuten virtsatietulehdukset ja oireet autonomisesta dysrefleksiasta. Voidaan hoitaa esim. lääkkeillä ja botoxilla. Hoitamaton rakko voi johtaa munuaisten vajaatoimintaan.

**Raskaus** = SYV-naiset voivat tulla raskaaksi kuten muutkin. Riskeinä ovat mm. virtsatietulehdus, alaraajojen laskimoiden veritulppa, anemia ja painehaava. Jos vamma korkeammalla kuin T6, on muistettava riski autonominen dysrefleksia -oireyhtymään. Oireyhtymän voi laukaista kohdun voimakkaat supistelut ja avautumisvaiheeseen liittyvät normaalisti kipuna tuntuvat ärsykkeet. Siitä voi verenpaine nousta vaarallisesti ja tulla voimakas päänsärky. Oireet voidaan ehkäistä riittävän varhaisella epiduraalipuudutuksella.

**Ratsastusterapia** = Ratsastusterapia on ratsastusterapeutin ja tehtävään koulutetun terapiahevososen kanssa yhdessä toteuttamaa kuntoutusta ([www.suomenratsastusterapeutit.fi](http://www.suomenratsastusterapeutit.fi)).

**Ravitsemusterapeutti** = Ravitsemusterapeutti antaa ravitsemusneuvontaa sekä suunnittelee potilaille tai asiakkaille yksilöllisiä ruokavaloita ja seuraa niiden toteutusta. Ravitsemusterapeutit työskentelevät mm. terveyskeskuksissa ja sairaaloissa sekä tutkijoina yliopistoissa ja tutkimuslaitoksissa sekä tuotekehitys- ja markkinointitehtävissä elintarvike- ja lääketeollisuudessa. ([ammattinetti.fi](http://ammattinetti.fi))

**Rullatuoli** = Toimistotuoli, jossa rullat alla. Ruotsinkielessä rullstol tarkoittaa pyörätuolia, mikä johtaa helposti väärään käänökseen rullatuoliiksi.

## S

**Saavutettavuus** = Saavutettavuuden kokonaisvaltaisessa tarkastelussa huomioidaan viestinnän saavutettavuus, hinnoittelun saavutettavuus, rakennetun ympäristön saavutettavuus, saavutettavuus eri aistien avulla, tiedollinen saavutettavuus ja sosiaalinen saavutettavuus. Näihin kaikkiin vaikutetaan avoimien asenteiden ja päätöksenteon avulla. Saavutettavuus on usein myös synonyymi esteettömyydelle ([www.kulttuuriakikaille.fi/saavutettavuus](http://www.kulttuuriakikaille.fi/saavutettavuus)).

**Sairaanhoitopiiri** = Sairaanhoitopiirin tehtävänä on järjestää alueensa erikoissairaanhoito. Erikoissairaanhoidon järjestämiseksi kunnan on kuuluttava johonkin sairaanhoitopiirin kuntayhtymään ([www.kunnat.net](http://www.kunnat.net)).

**SCI** = Spinal cord injury, ks. Selkäydinvamma.

**Seisomateline** = Pystyasennon harjoitusväline. Sopii henkilölle, joille alaraajojen kuormittaminen on hyödyksi. Parantaa lantion, polvien ja nilkkojen asentoa, ehkäisee istumisesta johtuvaa kipua, parantaa verenkiertoa, vähentää spastisuutta, parantaa sisäelinten ja virtsarakon asentoa, edistää ruoansulatusta.

**Selkäranka** = Selkäranka on osa elimistön tukirakennetta. Ranka koostuu luisista nikamista, jotka liittyvät toisiinsa vahvojen nivelsiteiden avulla.

**Selkäydin** = Selkäydin kulkee nesteveipan ympäröimänä nikamissa olevien aukkojen muodostamassa putkessa, selkäydinkanavassa. Selkäydin jakautuu jaokkeisiin eli segmentteihin. Jokaisesta segmentistä lähtee hermojuuripari nikamavälissä olevista aukoista jakaantuen ääreishermoiksi.

**Selkäydinvamma** = Selkäytimen vaurio, joka syntyy selkärangan murtumisesta. Tulehdukset ja kasvaimet voivat myös aiheuttaa selkäydinvamman. Vammasta kaularangan alueella seuraa neliraajahalvaus, tetraplegia. Mikäli vamma on rinta- tai lannerangassa, kyseessä on alaraajahalvaus, paraplegia. Ks. Osittainen vamma.

**Selkäydinvammaisten hoidon keskittäminen** = Ks. Selkäydinvammakeskus.

**Selkäydinvammakeskus** = Selkäydinvaurion saaneiden henkilöiden erityistason hoito, kuntoutus ja elin-ikäinen seuranta on keskitetty Valtioneuvoston päätöksellä (336/2011) Helsingin (HUS), Tampereen (Tays) ja Oulun (OYS) yliopistollisiin sairaaloihin. Selkäydinvammakeskus vastaa selkäydinvammaisten akuuttivaiheen hoidon ja välittömän kuntoutuksen jälkeisestä elämäniläisestä seurannasta (life time care).

**Selkäydinvamma-lehti** = Akson ry:n julkaisema lehti selkäydinvammaan liittyvistä asioista. Ilmestyy kaksi kertaa vuodessa. Tilattavissa ja luettavissa [www.aksonry.fi](http://www.aksonry.fi).

**Selkäydinvammasäätiö** = Vuonna 2002 perustettu säätiö, jonka tavoitteena on jakaa tietoa selkäydinvammasta, käynnistää vammautuneiden elämänlaadun parantamiseen tähtäviä tutkimusprojekteja

ja lisätä selkäydinvamma-asiantuntemusta maamme terveydenhuollossa.

**Siirtymälauta** = Apuväline, joka helpottaa henkilön siirtymistä esim. sängystä pyörätuoliin tai pyörätuolista autoon. Käsivoimia ei tarvita itsensä nostamiseen, vaan liutaan lautaa pitkin. Siirtymälautojen pituus ja materiaalit vaihtelevat käyttäjän tarpeen mukaan.

**Skolioosi** = Selän vinoutuminen. SYV:eillä voi tulla esim. pyörätuolissa istumisesta, jolloin asento kallistuu/nojautuu toiselle puolelle. Saattaa aiheuttaa kipuja ja hengitysvaikeuksia.

**Sopeutuminen** = Käyttäytyä, muuttua tai kyetä suhtautumaan, muuntautumaan kulloistenkin olosuhteiden mukaan, mukautua, tottua ([www.suomisanakirja.fi](http://www.suomisanakirja.fi)).

**Sopeutumisvalmennus** = Sopeutumisvalmennuksen tavoitteena on vammaisen henkilön toimintakyvyn edistäminen. Sopeutumisvalmennukseen kuuluu vammaisen henkilön ja hänen lähiyhteisönsä neuvonta, ohjaus ja valmennus. Sopeutumisvalmennusta voidaan toteuttaa yksilöllisesti tai ryhmäkohtaisesti ja tarvittaessa se voi olla myös toistuvaa ([www.thl.fi](http://www.thl.fi)).

**Sosiaaliturvaopas** = julkaisuun on koottu pitkäaikaissairaiden ja vammaisten henkilöiden yhteinen sosiaaliturva pääpiirteittäin. Oppaan ovat koonneet viisitoista kansanterveys-, potilas- ja vammaisjärjestöä. Lähteinä on käytetty pääosin julkisia asiakirjoja. Tavoitteena on sosiaaliturvan hyödyntäminen ja tunnetuksi tekeminen ([www.sosiaaliturvaopas.fi](http://www.sosiaaliturvaopas.fi)).



**Soveltaminen** = Sovittaa käytäntöön, muuntaa. Esimerkiksi sovelletussa liikunnassa voidaan rajoja, sääntöjä tai pelivälineitä muuntaa liikkujien mukaan. Myös lajeja voidaan soveltaa kuntakohtaisesti.

**Spastisuus** = Kohonnut lihasjänteys. Lihasen tahatonta liikettä ja nivelen liikettä vastustava voima. Täysin "halvaantunut" lihas voi krampata itseksensä tai osittain toimiva lihas voi olla kankea. Synnä on vaurion alapuolelle jääneen selkäytimen itsenäinen refleksitoiminta, ns. ylemmän liikehermosolun vaurio. Jos vamma on lannerangan alueella tai alempana on halvaus yleensä velto. Spastisuutta ei siis tule kaikille. Voidaan hoitaa lääkkeillä ja vaikeissa tapauksissa Baclofen -pumpulla.

**Suihkupyörätuoli** = Pyörätuoli, jonka materiaali kestää vettä. Käytetään peseytyessä. Suihkutuoliin voi siirtyä suoraan sängystä, hoitaa tarpeet wc:ssä ja jatkaa suoraan suihkuun.

**Suihkutuoli** = Suihkupaikan yhteydessä sijaitseva, siirrettävä tai seinään kiinnitetty istuin, jonka materiaali kestää vettä. Osa suihkutuoleista on säädettäviä.

**Suolen toiminta** = Selkäydinvamman seurauksena suolen toiminta usein hidastuu ja sulkijalihasten hallinta heikkenee tai puuttuu. Hidastunut toiminta aiheuttaa helposti ummetusta ja usein suoli joudutaan "toimittamaan" tiettyinä päivinä. Pidätyskyvyn puute voi tuoda erityisiä ongelmia ripulin aikana. Yleensä näiden muutosten kanssa kuitenkin pärjääillään. Ripuli ei oo SYV:in kaveri... Liiallinen suolen täytyminen voi tapahtua hiljalleen pitkän ajan kuluessa ja se voi aiheuttaa monia oireita. Selvitetään röntgentutkimuksella.

**Suolikaasu** = "Pieru". Purkaukset voivat olla äänekkäitä ja haisevia ja siten siis melko kiusallisia. Tähän on saatavana erilaisia ilmanpoistajia ilman reseptiä.

**Suprapubinen katetri** = Ks. Kestokatetri.

**Synapsia** = Validia kuntoutus Helsingin rakennuksen nimi. Paikka tunnettiin ennen Käpylän kuntoutuskeskuksena. Synapsi on myös hermoliitos.

**Syringomyelia** = Selkäydinnesteellä on oma kiertonsa. Tapaturman jälkeen tämä nestekierto saattaa häiriintyä aiheuttaen ongelmia. Selkäytimen keskuskanava voi laajentua tai ytimeen voi muodostua onteloita. Syringomyelia voi olla vammataason ylä- tai alapuolella. Oireina mm. selittämätön kipu esimerkiksi yläraajassa, tuntohäiriöt, lihasvoiman aleneminen, lisääntynyt spastisuus. Jos epäillään, tarvitaan magneettitutkimus ja neurokirurgi arvio leikkaushoidon tarpeen.

**SYV** = Selkäydinvamma, selkäydinvammainen.

**Sähkömopo** = Sähkömopo on yleisesti käytetty nimitys mekaanisella ohjauksella varustetusta sähköpyörätuolista (ISO 9999 Apuvälineluokitus). Sähkömopoa ohjataan polkupyörän ohjaustankoa muistuttavalla ohjaimella ja siinä voi olla kolmesta neljään pyörää.

**Sähköpyörätuoli** = Akkukäyttöisellä moottorilla toimiva pyörätuoli. Käytetään sähköisellä ohjauksella (joystick, ohjainsauva). Saatavana mm. etu- ja nelivetoisena, joka soveltuu mm. vaihtelevassa maastossa ulkoiluun. Sähköpyörätuoleja on saatavana niin siä- kuin ulkokäyttöönkin. (Muistakaa

kirjoittaessanne kirjoittaa se pyörä kahden sanan väliin).

## T

**Tarttumapihdit** = ”Jatkokäsi/-varsi” tavaroiden poimimiseen korkealta, maasta tai muuten hankalasta paikasta. Pihtejä on erilaisia sekä eripituisia.

**TAYS** = Tampereen yliopistollinen sairaala, jossa sijaitsee selkäydinvamma-keskus. Yksi viidestä yliopistosairaalaista Suomessa.

**Tetraplegia** = Nelirajahalvaus, jolloin selkäydinvamma on kaularangan alueella. Vamma vaikuttaa kaikkiin raajoihin.

**Toimintakyky** = Toimintakykyä määrittää kaksi olennaista seikkaa: missä kohdin käydyntä vaurio on ja onko ydin tuhoutunut tietyltä kohdalta kokonaan vai vain osittain.

**Toimintaterapia** = Toimintaterapia on esimerkiksi tasapainoisen elämän tukemista, arjen taitojen harjoittelua tai ympäristön esteettömyyden suunnittelua. Toimintaterapeutti tukee asiakkaiden toimijuutta ja arjessa selviytymistä. Toimintaterapiapainoissa keskitytään eri-ikäisten asiakkaiden ja perheiden toiminnallisen osallistumisen mahdollistamiseen sekä itsenäisen selviytymisen tukemiseen. Opinnoissa perehdytään muun muassa terapeuttisen vuorovaikutuksen luomiseen, tavoitteellisen toiminnan käyttöön, ympäristöjen arviointiin, asiakaslähtöiseen prosessiin, neuvontaan ja ohjaukseen (www.opinto-oppaat.jamk.fi)

**Toistokatetrointi** = Ks. Kertakatetrointi.

## Traumaattinen/non-traumaattinen

**SYV** = Selkäydinvamma voi olla traumaattinen eli tapaturman seurauksena syntynyt (putoamiset, sukellus, liikenne) tai non-traumaattinen eli sairauden (kasvamiset, tulehdukset, verenkiertohäiriöt) seurauksena syntynyt.

**Tuntoaisti** = Tuntoaistilla eli kosketustunnolla eli paineaistilla tarkoitetaan aistitointoa, jolla aistitaan painetta ja hahmotetaan kosketusta, terävyyttä, pehmeyttä, lämpötilaa, kipua ja kehon asentoja (www.wikipedia.fi).

**TYKS** = Turun yliopistollinen keskussairaala.

**Täydellinen selkäydinvamma** = Selkäytimessä on jollakin kohdalla täydellinen katkos. Yhteydet aivoista vaurion alapuoliseen elimistöön on siis kokonaan poikki. On mukava olla edes jossain asiassa täydellinen! Täällöin saa myös AIS-luokituksessa parhaan arvosanan eli A:n.

## U

**Urinaali** = Urinaalikondomi, ”urtsi”. Eritäin ohut ja elastinen kondomi vedetään peniksen päälle ja kondomin päähän yhdistetään sääri- tai reispussi, johon virtsa pääsee valumaan.

## V

**Vammaisen pysäköintilupa** = Vammaisen pysäköintilupa voidaan myöntää joko vammaiselle henkilölle tai vaikeasti vammaisen henkilön kuljetusta varten. 1.1.2016 alkaen pysäköintiluvan myöntää Trafi

– Liikenteen turvallisuusvirasto. Lupa voi kerrallaan olla voimassa 10 vuotta, joten muista tarkistaa oman lupasi voimassaolokaika! Lisätiedot ja hakuohjeet ([www.trafi.fi](http://www.trafi.fi)).

**Vammaisfoorumi ry** = 32 valtakunnallisen vammaisjärjestön yhteistyöjärjestö. Edustaa Suomen vammaisjärjestöjä kansallisessa ja kansainvälisessä yhteistyössä, erityisesti Euroopan vammaisfoorumissa. Kotimainen vaikuttamistoiminta keskittyy vammaisten yhdenvertaisen osallistumisen turvaamiseen ([www.vammaisfoorumi.fi](http://www.vammaisfoorumi.fi)).

**Vammaisneuvosto** = Valtakunnallinen vammaisneuvosto VANE on viranomaisten, vammaisjärjestöjen ja omaisjärjestöjen yhteistyöelin. Kunnallinen vammaisneuvosto on vammaisten ihmisten asiantuntijaelin kunnassa ja yhteistyöfoorumi vammaisille, virkamiehille ja päättäjille. Kunnallinen vammaisneuvosto on lakisääteinen ([www.vane.to](http://www.vane.to)).

**Vammaispalvelulaki** = Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista. Lain tarkoituksena on edistää vammaisen henkilön edellytyksiä elää ja toimia muiden kanssa yhdenvertaisena yhteiskunnan jäsenenä sekä ehkäistä ja poistaa vammaisuuden aiheuttamia haittoja ja esteitä ([www.finlex.fi](http://www.finlex.fi)).

**Vammaispalvelujen käsikirja** = Käsikirjaa ylläpitää Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ([www.thl.fi](http://www.thl.fi)).

**Vammataso** = Selkäydinvamman taso ker-  
too, millä korkeudella vamma on; kaula-,  
rinta-, lanneranka vai ristiluu. Mitä lähempänä kaularankaa eli niskan aluetta, sitä vaikeampi vamma. Saman tason vammat voivat erota toisistaan. Tähän

vaikuttaa mm. vamman tyyppi (osittainen tai täydellinen), joka määrää jäljelle jääneet toiminnot.

**VAU ry** = Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta ry. Vammaisurheilun ja -liikunnan valtakunnallinen järjestö, joka liikuttaa kehitys-, näkö- ja liikuntavammaisia sekä elinsiirron saaneita henkilöitä. VAU kehittää, kouluttaa ja toteuttaa kaikenikäisille toimintaa niin harraste- kuin kilpaurheilunkin saralla ([www.vammaisurheilu.fi](http://www.vammaisurheilu.fi)).

**Verenpaine** = Verenpaine on normaali, kun se on alle 130/85 mmHg (millimetriä elohopeaa). Verenpainetaso on tydyttävä välillä 130–139/85–89 ja koholla, kun paine on 140/90 tai enemmän. Isompi luku on systolinen eli yläpaine, joka ilmoittaa valtimon sisällä olevan paineen sydämen supistuksen aikana. Pienempi luku on diastolinen eli alapaine. Se ilmoittaa paineen sydämen lepovaiheen aikana ([www.terveyskirjasto.fi](http://www.terveyskirjasto.fi)).

**Veritulppa** = Veritulppa eli syvä laskimotukos alaraajoissa tai keuhkoissa on yleinen sairaus. Syvä laskimotukos johtuu siitä, että elimistössä on systä tai toisesta käynnistynyt epätarkoituksenmukainen hytyimisreaktio. Tämän seurauksena kehittyvä veritulppa estää alueelta normaalin veren paluun sydämeen ([www.hyvaterveys.fi](http://www.hyvaterveys.fi)).

**Vertaistuki** = Perustuu samankaltaisten elämäkokemuksien ja elämänvaiheiden kokeneiden ihmisten keskinäiseen tukeen sekä ymmärretyksi tulemiseen. Vertaistuki voi olla kahdenkeskistä tai ryhmässä tapahtuvaa.

**Vertaistukihenkilö** = Vertainen, joka on kokenut saman kuin toinen ihminen ja voi

antaa vertaistukea. Akson kouluttaa selkädinvarmaisia vertaistukihenkilöitä ja heihin saa yhteyden Aksonin/MOVE:n kautta. Vertaistukihenkilötoiminta perustuu vapaaehtoisuuteen.

**Vertaiskuntouttaja** = Vertainen, joka on kokenut saman kuin toinen ihminen ja voi antaa vertaistukea. Vertaiskuntouttaja toimii yleensä kuntoutuskeskuksessa tms. On usein palkallisessa työsuhteessa.

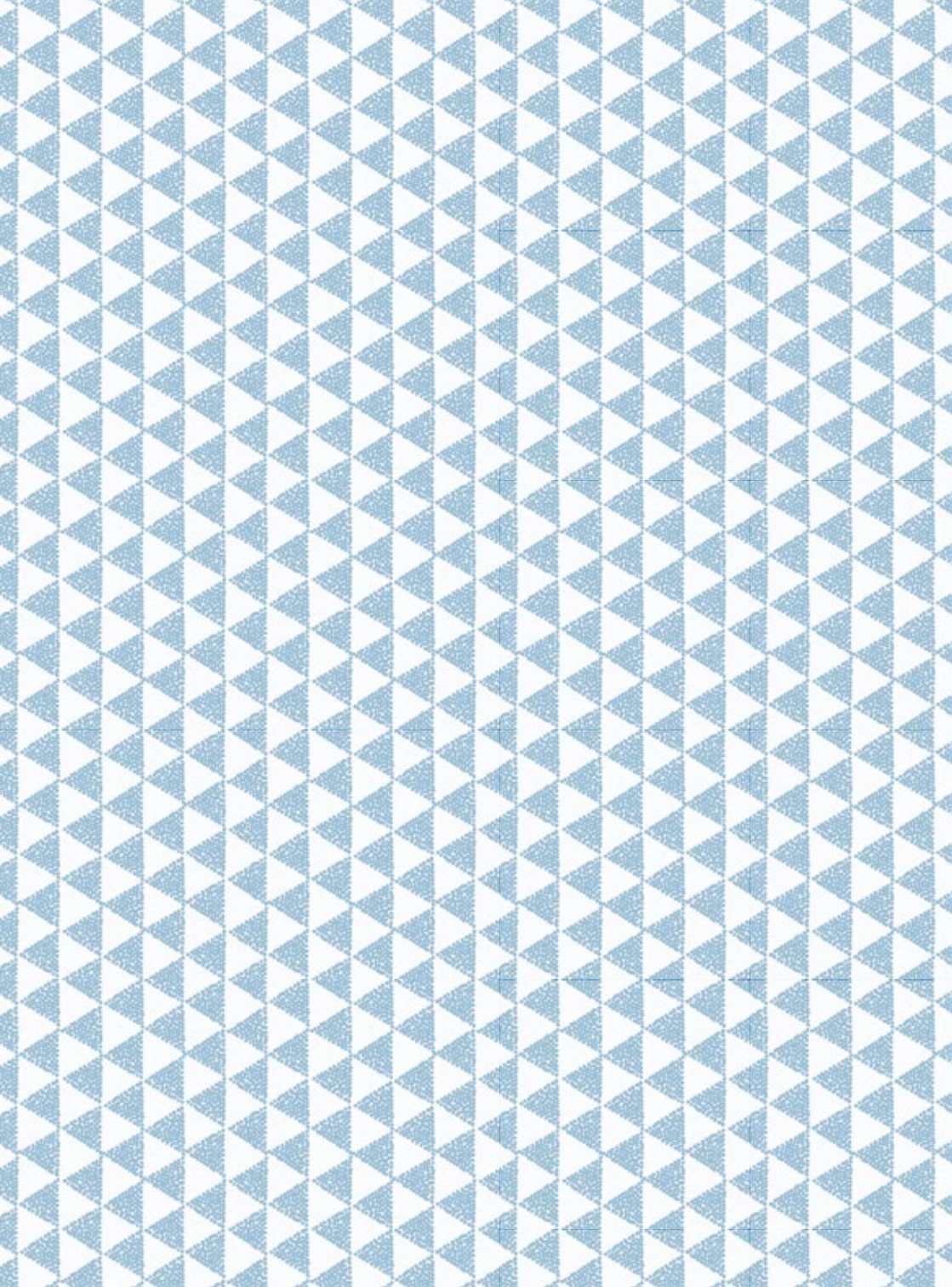
**VKK** = Vakuutuskuntoutus, joka on vahinko- ja työeläkevakuuttajien (vakuutusyhtiöt) tukeman kuntoutuksen suunnitteluun ja toteutukseen erikoistunut asiantuntijayhteisö. Tekee arvioita/lausuntoja vakuutusyhtiöille, mutta on myös kuntoutujan tukena, jos vakuutusyhtiön kanssa on erimielisyyksiä esimerkiksi päätöksissä ([www.vkk.fi](http://www.vkk.fi)).

**VR** = Valtion Rautatiet ([www.vr.fi](http://www.vr.fi)).  
Ks. matkailu.

**Yhdenvertaisuuslaki** = Lain tarkoituksena on edistää yhdenvertaisuutta ja ehkäistä syrjintää sekä tehostaa syrjinnän kohteeksi joutuneen oikeusturvaa. Syrjinnän kieltö mm. vammaisuuden perusteella. Kohtuulliset mukautukset vammaisten ihmisten yhdenvertaisuuden toteuttamiseksi ([www.yhdenvertaisuus.fi](http://www.yhdenvertaisuus.fi)).

## Y

**YK:n vammaissopimus** = Yhdistyneiden kansakuntien vammaissopimuksen tarkoitus on taata vammaisille ihmisille samat oikeudet kuin muille. Vammaissopimus tuli voimaan vuonna 2008. Suomi on hyväksynyt vammaissopimuksen, mutta ei ole vielä ratifioinut sitä ([www.ykliitto.fi](http://www.ykliitto.fi)).




## Tarvitsetko henkilökohtaisen avustajan?

- Meillä saat itse valita avustajasi
- Meillä voit halutessasi vaihtaa avustajan
- Sinä päätät, miten sinua avustetaan
- Avustajamme auttavat kaikessa, avustamistehtäviä rajaamatta
- Palvelemme myös palveluseteliasiakkaita
- Toimimme koko Suomessa

Lisätietoja

**Jerry Pasanen**

 0400 392 899

 jerry.pasanen@medgroup.fi

**Ota yhteyttä**

**09 7597 7398**

[www.medgroup.fi/henkilokohtainenavustaja](http://www.medgroup.fi/henkilokohtainenavustaja)

