

*Moja firma ,
moja własna
działalność

Fizjoterapeuta-
Bartłomiej Futyra

Zawsze marzyłem , żeby zostać fizjoterapeutą.
Może dlatego, że lubię pomagać innym. Pamiętam jak moja rodzina korzystała z usług fizjoterapeutycznych.

Z jednej strony jest duże zapotrzebowanie na takich specjalistów, a z drugiej jest ich tak wielu, że naprawdę ciężko o pracę.

Uważam, że założenie firmy i praca na własny rachunek to był strzał w dziesiątkę.

Z domu wychodzę o godz. 7.00, a wracam o 22.00.
Do południa jeżdżę do osób starszych albo takich, które nie są w stanie wyjść z domu. Po południu też mam mnóstwo pracy, bo to logiczne, że ludzie mają czas na rehabilitację po pracy albo wieczorami.

"Nie jestem masażystą"

Grono ludzi myli mnie z masażystą, a ja zajmuję się terapią dysfunkcji neuromięśniowo-szkieletowych, czyli wszystkimi problemami układu i narządów ruchu od kręgosłupa do kończyn.





* Fizjoterapeuta leczy bądź nadzoruje leczenie osób z zaburzeniami mięśniowo-szkieletowymi, sercowo-naczyniowymi, neuromięśniowymi oraz oddechowymi. Najczęściej u fizjoterapeuty leczą się osoby cierpiące z powodu dolegliwości stawowych, z bólami kręgosłupa, stanami pourazowymi itd. Kolejną grupę pacjentów stanowią chorzy po udarach z całkowitym lub częściowym niedowładem oraz osoby po przebytej amputacji. Prowadzone działania mają na celu przywrócenie pełnej sprawności psychofizycznej oraz zwiększenie wydolności wysiłkowej.

* Czynności i obowiązki związane z zawodem

Szeroką grupę pacjentów fizjoterapeutów stanowią także sportowcy leczący się po kontuzjach oraz osoby starsze. W przypadku tych ostatnich celem fizjoterapeuty jest opóźnienie efektów starzenia się, poprawa sprawności motorycznej oraz podtrzymanie zdolności pacjenta do samodzielnego funkcjonowania na co dzień. Poza tym fizjoterapeuta zajmuje się osobami po amputacjach, z protezami różnego rodzaju. Celem jest wówczas aktywizacja zawodowa oraz adaptacja do normalnego życia.

*Wiedziałam czego chcę i za ile. „Jeśli nie ma dla Ciebie miejsca pracy, stwórz sobie to miejsce samemu” - te słowa mojego pacjenta, zadziałały na mnie motywująco. -
ZAKŁADAM GABINET! Taki wymarzony, z ciepłą, domową atmosferą, sprzętem do ćwiczeń, drewnianą podłogą i kubkiem herbaty dla każdego pacjenta.

***Mój własny gabinet**

*Własny gabinet - wymaga wiele: pomysłu, wizji, odpowiedzialności, zapału, cierpliwości i odwagi. Oczywiście też nieco szczęścia. Zwłaszcza, jeśli zaczynasz od zera i swoją markę budujesz od podstaw. Ale mając poczucie misji i robiąc to z poziomu serca Twoje szanse na sukces się pomnażają. Uczucie spełnienia i satysfakcji przy pełnym powodzeniu - bezcenne!

***Trudne początki
(prawie) każdej
kariery**

* Kim jest współczesny fizjoterapeuta?
Obserwując kierunek zmian, jakim poddawany jest nasz zawód, mogę wyróżnić kilka cech, którymi odznacza się fachowiec z grupy zawodów zaufania publicznego, do którego zaliczana jest także fizjoterapia.

* **Fizjoterapeuta, czyli
kto?**

- * masaż leczniczy,
- * balneoterapia (kąpiele solankowe, siarkowodorowe, kuracje borowinowe),
- * terapia manualna (leczenie stawów obwodowych i kręgosłupa),
- * kinezyterapia (leczenie przez gimnastykę),
- * fizykoterapia (leczenie poprzez bodźce różnego rodzaju - magnetoterapia, elektroterapia, laseroterapia, hydroterapia itd.),
- * leczenie uzdrowiskowe wykorzystujące właściwości danego klimatu.

*** Fizjoterapeuta na co dzień stosuje wiele technik**

Dobro pacjenta najważniejsze



*Wywiad z pacjentem



- * dokonywanie oceny stanu pacjenta,
- * ustalanie programu oraz wykonywanie zabiegów fizjoterapeutycznych z wykorzystaniem różnych metod fizjoterapii,
- * prowadzenie dokumentacji,
- * kontrolowanie postępów fizjoterapii,
- * dobór i dopasowywanie do potrzeb pacjenta wyrobów medycznych różnego rodzaju (przedmioty ortopedyczne),
- * nauka pacjentów posługiwania się wyrobami medycznymi (przedmiotami ortopedycznymi),
- * prowadzenie działalności profilaktycznej - popularyzowanie zachowań prozdrowotnych w celu zapobiegania niepełnosprawności osób w różnym wieku,
- * wydawanie opinii w związku ze stanem funkcjonalnym pacjentów poddawanych fizjoterapii oraz przebiegu procesu fizjoterapia.

*** Do głównych zadań
fizjoterapeuty
należy:**



* Plan ćwiczeń











***Ułga w bólu**



* Grunt to dobra
współpraca



* Odciążenie bolącej
kończyny

- * plusy:
- * - pomagam innym i satysfakcja z efektów
- * - mogę ciągle się rozwijać
- * - praca jest ciekawa i nie monotonna
- * - ogromna dziedzina dająca pole do popisu na różnych płaszczyznach: medycznych i nie tylko
- * - ludzie, którzy chcą na serio poprawić swoje zdrowie ufają mi i szanują zawód

- * minusy:
- * - ciężko znaleźć pracę
- * - jeśli już się uda to ciężko na niej zarobić
- * - choroby zawodowe...
- * - długa droga do silnej pozycji na rynku

* Wady i zalety mojej pracy

- * Fizjoterapeuta w swojej pracy skupia się głównie na ludziach, ich dolegliwościach, problemach, schorzeniach, urazach czy złych nawykach ruchowych, które powodują ból i dyskomfort. Ludzkie ciało jest pewnego rodzaju narzędziem do wykonywania pracy (przy biurku, fizycznej, sportowej itp.) i naturalne jest, że przez codzienne „użytkowanie” również w jakimś stopniu się zużywa.
- * Fizjoterapeuta to zawód oparty głównie na nauce - konieczne jest, by dobry fizjoterapeuta był odpowiednio wyedukowany, posiadał certyfikaty, szkolił się, brał udział w kursach i nieustannie poszerzał swoją wiedzę i umiejętności.

Co robi fizjoterapeuta?

* Fizjoterapeuta angażuje chorego w rehabilitację, która staje się bardziej interaktywna. Powinien również edukować swoich pacjentów oraz zwiększać ich świadomość poprzez dzielenie się obserwacjami, wiedzą oraz postępami w ich rehabilitacji. Terapia staje się interaktywna, ponieważ w fizjoterapii ogromne znaczenie ma również samodzielny udział w leczeniu i wykonywanie ćwiczeń już poza gabinetem specjalisty. Dobry fizjoterapeuta powinien zatem odpowiednio zapoznać swoich pacjentów z ćwiczeniami, które ci mają potem wykonywać w domowym zaciszu

*** Jak wybrać dobrego fizjoterapeutę?**

- * Fizjoterapeuta ze względu na swoją bogatą wiedzę i odpowiednie przygotowanie poparte certyfikatami i opiniami zadowolonych klientów może pomóc Ci w wielu przypadkach. Z pewnością przyda się do:
- * zmniejszenia bólu (najczęściej spotykane to bóle pleców, kręgosłupa, kolan, stóp i biodra)
- * zmniejszenia lub likwidacji stanów zapalnych czy obrzęków
- * rehabilitacji po urazach, złamaniach, stłuczeniach czy wadach wrodzonych

*** W czym może pomóc fizjoterapeuta?**

- * poprawy ogólnego stanu ciała - ćwiczenia stosowane przez fizjoterapeutę mogą mieć duży wpływ na usprawnienie oddychania, procesy przemiany materii, a nawet termoregulację
- * zwalczania stresu - masaż potrafi skutecznie pomóc odpowiednio się zrelaksować - z pewnością sam nie raz tego próbowałeś, co? Masaż barków, karku, stóp czy pleców? Stres znika jak ręką odjął
- * zmniejszenia skutków niskiej aktywności ruchowej - dobry fizjoterapeuta odpowiednio rozluźni mięśnie swoich pacjentów, poprawi ich koordynację ruchową, zapobiegnie przykurczom mięśni, rozluźni je, a nawet poprawi ich siłę

*** W czym może pomóc fizjoterapeuta?**

- * Być może są oczekiwania bliskiego otoczenia, albo wymagania, które sami sobie narzucamy. Ja też to przechodziłem, jednak wykorzystując powyższe cechy obroniłem się i tworzę swój zawodowy świat, w którym czuję się dobrze. Opłaciło się czekać i być cierpliwym. Pamiętaj - samo się nie udaje. Możesz działać i mieć tego efekty. Mam nadzieję, że i Ty osiągniesz swoje cele!
- * Obecny świat na każdym kroku krzyczy do Ciebie - „Możesz wszystko!!! Wystarczy chcieć!!!”. Zachęcam jednak zachować dystans, wybierać mądrze, chcieć bez zachłanności i odpuścić, kiedy naprawdę nie warto.

*** Radość i satysfakcja**

* Choć zarobki fizjoterapeuty często rekompensują wiele lat nauki czy wspomnianego już samokształcenia. W pracy tej niezwykle ważne jest odpowiednie podejście do pacjenta. Są to ludzie w różnym wieku, a często osobami korzystającymi z usług fizjoterapeuty są niepełnosprawni o różnym stopniu dysfunkcji.

*** Odpowiedzialność
zawodowa**

* Dobry fizjoterapeuta powinien być przede wszystkim życzliwy, otwarty, ale jednocześnie wykazywać się dużą odpornością emocjonalną, by odciąć się od problemów pacjentów po zakończonej sesji. Nie oznacza to jednak, że specjalista powinien całkowicie rezygnować z emocjonalnej więzi z pacjentem - ważne jest podtrzymanie go na duchu, by nie stracił on wiary w sens terapii (efekty zabiegów nie zawsze są widoczne od razu).

* Obowiązki fizjoterapeutów



*Właściwie to chyba jest najciekawsze.
Fizjoterapia ma tak wiele zalet, że dla mnie przyćmiewają inne ciemne strony tego zawodu. Profesja ta mocno mnie rozwinęła nie tylko zawodowo, ale też jako człowieka. Jest naprawdę wiele rzeczy, które szczególnie doceniam, dlatego w tym zawodzie nadal jestem. Poniżej opiszę to, co dla mnie najważniejsze.

***Marzenia się
spełniają**

To moja ulubiona sfera! Ruch! Niesamowite jest to, jak można obserwować każdy ruch pacjenta i rozwiązywać zagadki powstania jakiejś dysfunkcji. A potem również ruchem możesz leczyć. Ruch diagnozuje i leczy. Ale musi być dobrze poznany i jeszcze lepiej dobrany do konkretnego problemu. Sam najwięcej czasu poświęciłem na szkolenie się w formach terapii ruchowej. I cały czas uważam, że wiem za mało. Jednak wielokrotnie w pracy przekonałem się, że jednym prostym, lecz źle dobranym ćwiczeniem można zniweczyć osiągnięty efekt. Albo trafnie dobranym ruchem można bardzo przyspieszyć pozytywne zmiany. Dla mnie to nadal kosmos, choć tak ciekawy, że mnie pochłania.

W moim zawodzie (pewnie jak w każdym) nowe techniki rozwijają się w bardzo szybkim tempie. Aby być na bieżąco, trzeba stale czytać o nowościach i doskonalić się na szkoleniach. Obecnie rynek szkoleń jest naprawdę szeroki. Jednym z powodów dla którego wybrałam fizjoterapię, jest konieczność ciągłego samokształcenia. Dzięki temu nie wkrada się bierność, a efekty pracy są coraz lepsze. Traktowanie tego jako zalety pewnie zależy też od osobowości, ale tutaj nie musisz działać rutynowo. Nowe informacje odświeżają umysł.

Ale chyba ważniejsze jest dla mnie jak korzystam z tego zawodu jako człowiek. Znam swoją osobowość. Pracując, czasem wiele miesięcy z jednym chorym, uczę się cierpliwości, pokory, wyrozumiałości, łagodności, a czasem odwagi, stanowczości i asertywności. To umiejętności przydatne wszędzie. Nie powiem , że fizjoterapia jest dla wszystkich. Dla mnie tak. Ale to zawód trudny i wymagający. To co mogę jeszcze dodać to fakt, że warto robić to co się lubi. Naprawdę. Kiedyś myślałam, że to banal. Zawód nas kształtuje, nawet jeśli o tym nie myślimy. Mogę śmiało powiedzieć, że mam szczęście będąc fizjoterapeutą.