



## LIIKUNNAN MERKITYS SYÖVÄN HOIDOSSA

# Liikunnan merkitys syövän hoidossa

Liikunta tukee syöpään sairastuneen hyvinvointia monin eri tavoin. Viimeaikaiset tutkimukset ovat osoittaneet, että liikunta ehkäisee syöpään sairastumista, vähentää syöpähoitojen haittavaikutuksia ja parantaa elämänlaatua. Koulutus antaa näyttöön perustuvaa tietoa liikunnan merkityksestä syöpään sairastuneen hoidossa mukana oleville ammattiryhmille moniammatillisesti sekä työkaluja liikunnan ohjaukseen.

### Kohderyhmä

sairaanhoitajat, röntgenhoitajat ja fysioterapeutit

### Ajankohta ja paikka

29.10.2021 klo 8.30–15.45,  
KPY Novapolis, Mikrokatu 1,  
70201 Kuopio

### Tavoitteet

- lisätä tietoa liikunnan kokonaisvaltaisesta merkityksestä syöpähoitojen tukena
- tukea liikuntaohjausta osana syöpään sairastuneen arkea hoidon eri vaiheissa
- perehtyä liikuntaohjelman laatimiseen

### Sisältö

- Syövän ehkäisy ja hoito
- Liikunnan vaikutukset syöpähoitoihin
- Syöpään sairastuneen hoitojen aikainen ja jälkeinen liikunta ja liikuntaohjeet
- Syöpään sairastuneen liikuntaohjelman laadinnan harjoittelua

### Kouluttajat

Leena Koponen, sh, TtM, TtT-opiskelija, lehtori,  
Tuula Partanen, rh, TtM, lehtori,  
Saijamari Hiltunen, ft, TtM, tuntiopettaja  
Savonia-ammattikorkeakoulu

### Ilmoittautuminen ja hinta

125 € + ALV 24% / osallistuja  
Ilmoittautuminen 8.10.2021 mennessä  
[www.savonia.fi/taydennys](http://www.savonia.fi/taydennys)

### Lisätietoja

Marjut Hentunen, puh. 044 785 6420  
terveysalan.taydennyskoulutus@savonia.fi

HUOM: Ilmoittautumisajan päättymisen jälkeen tapahtuvasta perumisesta tai peruuttamatta jättämisestä laskutetaan koko koulutuksen hinta. Sairastapauksessa laskutettuja eriä ei palauteta. Esteen sattuessa osallistujan voi vaihtaa. Koulutukseen otetaan ilmoittautumisjärjestyksessä. Koulutus toteutetaan, jos on riittävä määrä osallistujia, tieto toteutuksesta lähetetään sähköpostitse kaksi viikkoa ennen koulutusta.



Terveysalan täydennyskoulutus, Savonia-AMK