

Menetelmiä lääkkeettömään kivunhoitoon –opas
Teksti Maarika Halonen
Taitto Tilda Hopia / Pukinmäki Osk
Julkaistu 2017, Suomen Kipu ry

Lähteet:

Adunsky, Abraham; Bercovitch, Michaela 2007. Use of electricity and other physical agents. Teoksessa Beltrutti, Diego; Kreitler, Shulamith; Lamberto, Aldo, Niv David (toim.) Handbook of Chronic Pain. Nova Biomedival Books.

Alanko, Sini; Heiro, Meron 2012. Lääkkeettömät kivunhoitomenetelmät näyttöön perustuen: Opas kivun itsehoitoon. Metropolia Ammattikorkeakoulu, sairaanhoitaja (AMK), Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Arokoski, Jari 2016. Mitä on terapeuttinen harjoittelu Liikunta, Käypä hoito -suositus. <http://www.kaypahoito.fi/documents/10184/12754/terapeuttinen+harjoittelu+Arokoski+2016.pdf/5443b735-12f3-46b1-aa69-b4067661a069>.

Fri, Pentti 2013. Kipu ja uni. Kroonisen kivun ensitieto-opas. Suomen Kipu ry.

Fysioterapia ammattina. Suomen Fysioterapeutit ry. <http://www.suomenfysioterapeutit.fi/index.php/fysioterapia-ammattina>. Viitattu 9.3.2017.

Elomaa, Minna; Estlander, Ann-Mari 2009. Psykologiset menetelmät. Teoksessa Kalso, Eija; Haanpää, Maija; Vainio, Anneli (toim.). KIPU, 3. uudistettu painos. Duodecim.

Haanpää, Maija; Pohjolainen Timo 2009. Stimulaatiomenetelmät. Teoksessa Kalso, Eija; Haanpää, Maija; Vainio, Anneli. KIPU, 3. uudistettu painos. Duodecim.

HALO-ryhmä: Blom, Marja; Haanpää, Maija; Kärkkäinen, Minna; Malmivaara, Antti; Paavola, Mika; Palvimäki Esa-Pekka 2009. Selkäydinstimulaatio vaikean neuropaattisen kivun ja monimuotoisen paikallisen kipuoireyhtymän hoidossa. Suomen Lääkärilehti 13/2009.

Jyrkämä, Oili 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin!. Laatikainen, Tanja (toim). Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA.

Kajaste, Soili 2013. Unen hoito kannattaa, Reuma-lehti 4/2013

Karnell, Sonja; Laimio, Anne 2010. Vertaistoiminta –kokemuksellista vuorovaikutusta. Laatikainen, Tanja (toim). Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA.

Kipu (online). Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen Anestesiologiyhdistyksen ja Suomen Yleislääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2015 (viitattu 9.3.2017). Saatavilla internetissä: www.kaypahoito.fi

Kihlström-Lehtonen, Heidi 2009. Minä ja koirani – Koiran vaikutus toiminnalliseen hyvinvointiin. Jyväskylän yliopisto, Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta, terveystieteiden laitos. Toimintaterapian pro gradu –tutkielma

Kortelainen, Ilmari; Saari, Antti; Väänänen, Mikko (toim.) 2014. Mindfulness ja tieteet: Tietoisuustaidot ja kehotietoisuus monitieteisen tutkimuksen kohteena. Tampere University Press.

Mindfulness – Mitä se on? YLE Terveys. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2012/03/30/mindfulness-mita-se>. Viitattu.18.8.2017.

Miranda, Helena, 2016. Ota kipu haltuun. Kustannusosakeyhtiö Otava.

Mitä ovat Mindfulness-tietoisuustaidot? Suomen Mielenterveysseura. <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/hyvinvointi/mita%20ovat-mindfulness-tietoisuustaidot>. Viitattu 18.8.2017.

Nybo, Taina; Pirttilä, Tuula 2004. Kipu ja kognitio, Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim.

Näivä, Satu; Rantalainen, Niina 2012. Lääkkeettömät kivunhoitomenetelmät kroonisen kivun hoidossa. Saimaan ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta, Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Pohjolainen Timo 2009. Fysioterapeuttiset menetelmät. Teoksessa Kalso, Eija; Haanpää, Maija; Vainio, Anneli. KIPU, 3. uudistettu painos. Duodecim

Rankanen, Mimmu 2011. Jaettu ja maisemia – taideterapian tiedon- ja taidon alaa jäsentämässä. Synnyt/Origins 3/2011.

Rankanen, Mimmu 2009. Taideterapian asiakkaat ja sovellusalueet. Duodecim terveyskirjasto.

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_teos=onn&p_artikkeli=onn00162. Viitattu 23.8.2017

Toimintaterapia. Auron. <https://www.auron.fi/palvelut/toimintaterapia/>. Viitattu 9.3.2017

Unettomuus (online). Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Unitutkimusseura ry:n asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2015 (viitattu 7.8.2017). Saatavilla internetissä: www.kaypahoito.fi

Vuento-Lammi, Maijaliisa 2013. Kivun lääkkeettömät hoitomuodot. Teoksessa Kroonisen kivun ensitieto-opas. Suomen Kipu ry.

Vänttilä, Hanna 2004. Lemmikkien terveysvaikutukset ja Lemmikkiavusteinen terapia. Jyväskylän yliopisto, Terveystieteellinen tiedekunta, terveyskasvatus. Kandidaatin tutkielma.