

## Beskrivelse af specialet Geriatrisk Fysioterapi

---

### Specialets problemfelter, målgrupper og det fysioterapeutiske indsatsområde

---

#### Specialets grundlæggende problemstillinger og relevans for fysioterapi

Specialet Geriatrisk Fysioterapi omfatter både det gerontologiske- og geriatrike speciale. Fokusområderne inden for de to specialer er udredning, diagnostik, behandling, træning, genoptræning, rehabilitering, forebyggelse og sundhedsfremme.

*Gerontologien* handler om menneskets normale aldring i et udviklings- og livsløbsperspektiv, og de sundhedsfaglige problemstillinger drejer sig om sundhedsfremme gennem sund og aktiv livsstil samt forebyggelse af sygdom.

*Geriatrien* handler om problemstillinger for ældre mennesker med komplekse sygdomme, funktionsevnetab samt forhold af psykosocial karakter, der har betydning for rehabiliteringen. Der er således ikke tale om enkelt diagnoser, men derimod ældre patienter med multimorbiditet, polyfarmaci, aldersforandringer og påvirkning af såvel kognitiv som fysisk funktionsevne.

---

#### Specialets målgrupper

Aldersgruppen er ældre, hvilket typisk betyder +65-årige.

*Den gerontologiske målgruppe* er ældre, der er raske eller har en sygdom, de har levet med i mange år. De kan også være blevet ramt af sygdom og derfor have behov for hjælp til at genvinde funktionsevnen hurtigst muligt. De raske ældre har behov for hjælp til at komme i gang med eller fastholde en aktiv livsstil med henblik på at forebygge sygdom og funktionsevnetab, mens ældre, der lever med deres kroniske sygdom, har brug for hjælp til at imødegå aldersforandringer, der påvirker funktionsevnen i højere grad grundet deres kroniske sygdom.

*Den geriatrike målgruppe* er ofte + 65 år og er alment svækket, hvorfor sygdom hurtigt medfører funktionsevnetab og komplikationer. Sygdomme hos den geriatrike patient ses ofte ved ændringer i funktionsevne og egenomsorg. Det er skrøbelige ældre, og der er på grund af de komplicerede medicinske og psykosociale problemstillinger stort behov for en tværfaglig indsats, der retter sig mod både de aldersrelaterede forandringer fysisk, psykisk og socialt samt mod de multiple somatiske og geronto-psykiatriske sygdomstilstande, der forekommer hos den skrøbelige person.

Nogle tilstande udvikler sig langsomt, mens andre opstår akut evt. i forbindelse med et traume. Sygdomsbilledet på diagnoseniveau dækker over multisygdom, der kan høre under både det somatiske og det geronto-psykiatriske område.

---

#### Fysioterapeutens indsatsområder

Fysioterapeuten indenfor det geriatrike speciale har fokus på det hele menneske og arbejder med udredning, diagnostik, motivation, behovsvurdering og tilrettelæggelse af relevant intervention indenfor træning, genoptræning, rehabilitering, forebyggelse og sundhedsfremme.

Fysioterapeuten skal kunne indgå i tværfaglige fællesskaber til gavn for patienten. Det overordnede mål er at skabe den bedste livskvalitet for patienten og at genetablere og bevare den højeste grad af selvstændighed og herunder have fokus på de pårørende og personale, således at der samarbejdes med og omkring ældre skrøbelige patienter.

---

## Specialiserede kompetencer

---

### Særlig viden og kompetencer knyttet til specialet

For at arbejde hen mod specialiseringen i Geriatrisk Fysioterapi kræves viden og kompetencer med udgangspunkt i principperne for evidensbaseret praksis.

Nedenfor gives en række eksempler. Listerne er ikke udtømmende.

Fysioterapeuten indenfor det geriatriske speciale har viden om:

- Biologiske, psykologiske og sociale aldringsprocesser der kan påvirke ældres hverdagsliv og livsstil og få betydning for vellykket aldring - specielt i relation til krop og sundhed, udredning, funktionsevne og mestring samt fysisk aktivitet og rehabilitering. Herunder også viden om kost, medicin, livserfaring og kulturel baggrund, socialt netværk samt nærmiljøets tilbud til ældre
- Gerontologiens og geriatriens videnskabelige grundlag i fysioterapeutisk praksis - herunder betydningen af sygdomme og deres komplikationer for udviklingen af sårbarhed og skrøbelighed samt betydningen af sorg og depression
- Funktionsevns betydning for den ældres daglige liv og mulighed for deltagelse i et fysioterapeutisk genoptræningsforløb med henblik på at øge eller vedligeholde funktionsevne og evnen til at være selv-hjulpen
- Tidlige tegn på demens og betydningen af tilpasset kommunikation og fysisk aktivitet
- Motorisk læring, læringsstrategier og læringsmiljøer samt motivationsteorier og mestringsstrategier
- Hjælpemidler, boligændringer og andre kompenserende foranstaltninger (fx ortoser og proteser).

Fysioterapeuten indenfor det geriatriske speciale har kompetencer til at:

- Vurdere og udrede ældres muligheder for at indgå og aktivt deltage i et rehabiliteringsforløb
- Bidrage med konkret udredning og vurdering af patientens genoptræningspotentiale og understøtte en aktivt deltagende rolle hos ældre
- Vejlede og rådgive andre faggrupper samt pårørende
- Analysere, udredning og vurdere den ældres funktionsevne, bevægelsesforsætning og bevægelsesadfærd ved forskellige komplekse problemstillinger - herunder også tidlig opsporing af begyndende funktionsevnetab
- Vejlede og rådgive andre faggrupper og pårørende om arbejdsstillinger og forflytningsteknikker

---

### Særlige kliniske kompetencer knyttet til specialet

Fysioterapeuten indenfor det geriatriske speciale kan:

- Udrede komplekse problemstillinger hos ældre og koble den ældres oplevede problemområder i hverdagslivet, som bevægeanalyse, undersøgelsesfund, omgivelsesfaktorer og personlige faktorer
- Planlægge, udføre og evaluere den fysioterapeutiske indsats til ældre med fokus på træning, genoptræning, rehabilitering, forebyggelse og sundhedsfremme indenfor gerontologien og geriatrien
- Vejlede og rådgive ældre inden for sundhedsfremme og forebyggelse
- Rådgive om implementering af fysisk og mentalt stimulerende miljøer på plejehjem og ældrecentre
- Vurdere, afprøve og udlevere relevante hjælpemidler.

---

### **Erfaringsområde indenfor specialet**

Fysioterapeuten indenfor det geriatriske speciale skal have:

- Bred erfaring inden for det gerontologiske og/eller det geriatriske område og/eller demens i alle sygdommens faser
- Erfaring med specialets primære fokusområder: biologiske, psykologiske og sociale aldringsprocesser, funktionsevnenes betydning for ældres daglige liv, tidlige tegn på demens og betydningen af tilpasset kommunikation og fysisk aktivitet, motorisk læring, læringsstrategier og læringsmiljøer samt motivationsteorier og mestringsstrategier
- Opdateret viden i forhold til evidens i den fysioterapeutiske udredning, diagnostik, behandling, træning, genoptræning, rehabilitering, forebyggelse og sundhedsfremme til ældre

---

### **Særligt kendskab til specifikke sygdommes progression**

Særligt indgående kendskab til de hyppigste diagnoser, sygdomme og symptomer i forhold til ældre og det gensidige samspil. Disse er:

- Demens; de forskellige typer af demens, hvordan de progredier, og hvordan det påvirker ældres hverdagsliv og funktionsevne
- Osteoporose; de forskellige grader af osteoporose og hvilke konsekvenser, det har, samt hvilke eventuelle restriktioner for mobilisering, det indebærer
- Lungesygdomme; hvordan de progredier, og hvordan det påvirker funktionsniveauet.
- Iskæmiske hjertesygdomme; hvordan de påvirker ældre.