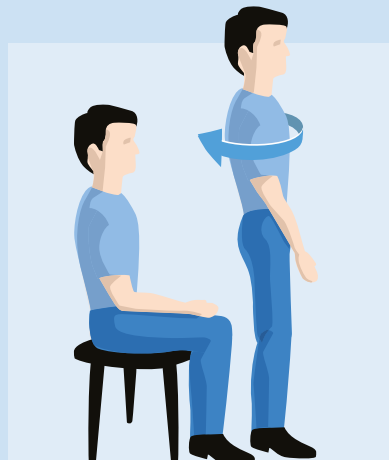


Vestibulær rehabilitering

Eksempler på øvelser, der kan indgå i den vestibulære rehabilitering.

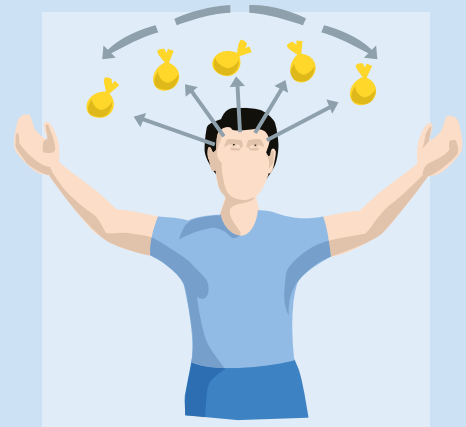


Flere øvelser på kortlink.dk/wordpress/qkpc



ØVELSE 1.

Patienten rejser sig fra stolen og drejer 360 grader rundt og sætter sig igen.



ØVELSE 2.

Patienten kaster en ærtepose fra hånd til hånd og følger ærteposen med øjnene.



ØVELSE 3.

Fysioterapeuten holder en stav foran patienten. Patienten drejer hovedet, mens blikket fikseres på staven.



ØVELSE 4.

Progression i forhold til øvelse 3. Terapeuten bevæger staven til højre, mens patienten drejer hovedet til venstre samtidig med at blikket fastholdes på staven. Gentages modsat.