

Fysioterapi virker

Danske Fysioterapeuter



Måltrettet fysisk træning ved fysioterapeuter skal være en del af løsningen

Måltrettet fysisk træning kan bidrage til, at realisere regeringens ambition om at omlægge indsatsen fra sygehuse til det nære sygehusvæsen og undgå 500.000 ambulante besøg på sygehuset og 40.000 indlæggelser.

Forskningen er tydelig

Det ene systematiske review efter det andet påviser, at måltrettet fysisk træning har særdeles gavnlige effekter for de patientgrupper, som regeringen har sat fokus på i sit udspil.

KOL-patienter, der deltager i fysisk træning, er mindre trætte, kan overkomme mere og har en mindre udtalt åndenød. Det fører blandt andet til, at KOL-patienter, som træner, har færre hospitalsindlæggelser end dem, der ikke gør.

Diabetikere, som deltager i måltrettet fysisk træning og ændrer deres kostvaner, har væsentligt færre gener af sygdommen. Nogle oplever en så stor bedring, at de bliver symptomfri. De slipper derfor både for medicin og for de gentagne indlæggelser og kontroller, som plager mange diabetikere.

Lignende gavnlige effekter ses hos personer med hjertekarsygdomme, depression og muskel- og ledlidelser.

Træning bør spille større rolle

På trods af den sikre evidens er det langt fra alle patienter, som får tilbud om at deltage i måltrettet fysisk træning som led i deres behandling. Samtidig er der patienter, som vælger tilbuddet fra, fordi de ikke har forstået værdien.

Hvis regeringen vil indfri sin ambition om, at langt flere skal behandles i det nære sundhedsvæsen, bør måltrettet superviseret fysisk træning fylde en langt større rolle i de tilbud, som patienterne får.

Dato:

24-01-19

Email:

ra@fysio.dk

Tlf. direkte:

3073 4884