

Oversigt 2

Oversigt over din rolle som fysioterapeutens i det strukturerede forløb for patienter med lumbal spinalstenose

Undersøgelse	• Brug symptomer til at klassificere sygdommens progression • Monitorer udvikling med neurologisk undersøgelse
Bio-psyko-social tilgang	• Vurdering af symptomer og påvirkning på: - o Funktion - o Livskvalitet - o Humør - o Sociale aktiviteter - o Beskæftigelse - o Søvn • Noter relevante komorbiditeter. • Anvend personcentreret tilgang og fælles beslutningstagning
Behandling	• Multikomponent behandlingsplan: - o Uddannelse om sygdommen og behandlingsprincipper (mundtligt og skriftligt) - o Træningsformer: styrketræning, konditionstræning, balanceøvelser - o Teknologistøttet træning kan overvejes - o Planlæg overgang fra superviseret træning til egenhåndtering - o Fremhæv træning og fysisk aktivitet i et livslangt perspektiv
Supplerende behandling	• Adfærdsændringsteknikker: Målsætning, adfærdskontrakter, selvmonitorering • Manuel behandling som midlertidig tillægsbehandling i starten af træningsforløbet • Vejled patienten om supplerende smertestillende farmakologisk behandling • Rådgiv om indikation for udredning for eventuel kirurgisk behandling
Monitorering og dokumentation	• Evaluér patientens helbredsmæssige tilstand vha. anbefalede og standardiserede resultatmål før, under og efter forløb