

Nr. 9/maj/2007
89. årgang



Genoptræning

Johnny Kuhr har besøgt et sygehus og en kommune for at se på genoptræningsplaner.
Side 14

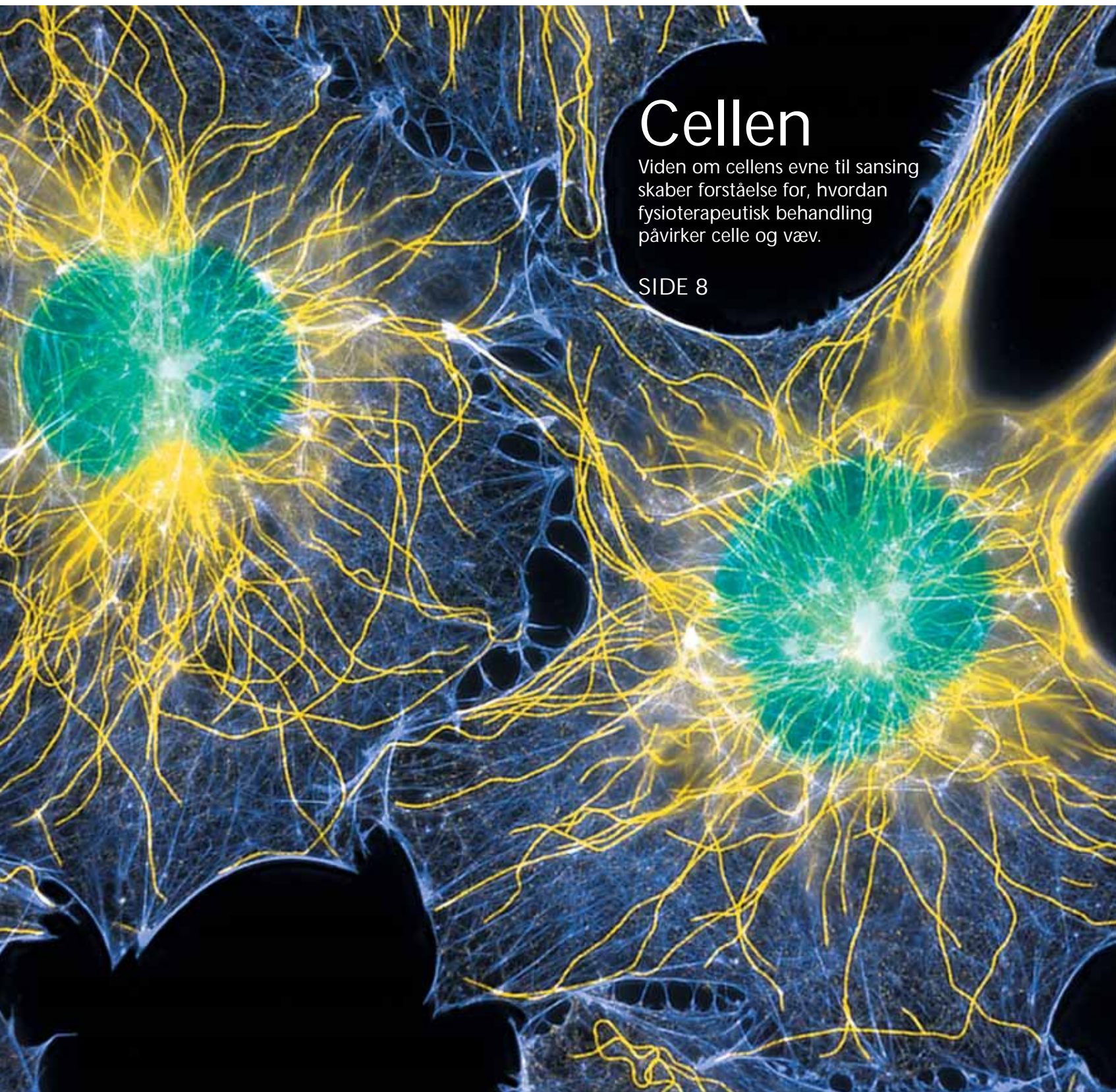
Fysioterapeuten

www.fysio.dk

Cellen

Viden om cellens evne til sansing skaber forståelse for, hvordan fysioterapeutisk behandling påvirker celle og væv.

SIDE 8



Artikler

Fibroblasten hersker lokalt, men tænker globalt

Cellerne i kroppen har en langt mere omfattende evne til at føle deres omgivelser end tidligere antaget. Artiklen beskriver det teoretiske grundlag for cellernes respons på fysioterapi.

8

Genstridige planer og respektløse politikere



Fagbladet inviterede Johnny Kuhr til Viborg for at møde nogle af fysioterapeuterne på sygehuset og høre, hvilke problemer arbejdet med genoptræningsplanerne giver i dagligdagen.

14

Det er fedt med ICF



En genoptræningsplan er et rigtig godt værktøj, men kun hvis den er ordentligt udfyldt. Det var et af de budskaber, Johnny Kuhr fik med sig hjem, da han aflagde besøg i en kommune.

18

For og imod mere i løn



Der er absolut ikke enighed om, hvad der skal prioriteres først, da tre fysioterapeuter fra Horsens Kommune mødes for at tale om krav til den kommende overenskomst.

22

Fysioterapeutens yngste læser

På redaktionen er vi så glade for dette billede af Kit Kjærgaard Olsens 13 måneder gamle datter, at vi lader det tale for sig selv.



Det faste

Fysnyt	4, 6, 17
Dfnyt	26
Debat	27
Kalender	28
Uddannelse	30
Job	36

Nye veje på sygehusene

Kommunerne har med kommunalreformen fået en ordentlig bid af de terapeutiske opgaver, som før lå på sygehusene. Det har mange steder skabt frustration blandt fysioterapeuter at se genoptræning og behandling forsvinde fra sygehuset samtidig med, at de er blevet sat til computeren for at skrive genoptræningsplaner. Det vel at mærke samtidig med, at der stadig er patienter indlagt, der har brug for fysioterapi.

Kommunernes "indtog" i løsning af sundhedsopgaver har varskoet en ny tid for sundhedsvæsenet. Udviklingen vil sandsynligvis gå i retning af, at alt hvad der kan løses uden for sygehusets specialisering bliver langt i kommunalt regi eller i borgerens hjem. Anvendelsen af f.eks. telemedicin og selvbehandling vil understøtte denne udvikling. Sygehusets funktion og organisering er derfor under forandring. Sygehusene varetager i højere grad specialiserede og accelererede forløb, som færdiggøres i primærsektoren. Specialeplanlægningen er et eksempel på udmøntningen og handler i grove træk om at samle specialerne i større enheder, hvor høj faglig kvalitet går forud for nærhed.

Udviklingen sætter fokus på, hvilke funktioner fysioterapeuter på sygehusene skal varetage fremover, og hvilken organisering der bedst sikrer den fysioterapeutiske kompetence. Lad mig gentage: Danske Fysioterapeuter mener, at udflytning af en stor del af genoptræningen til kommunerne er positivt. Det er ud fra erkendelsen af, at hvis patienterne skal sikres en god og længerevarende genoptræning, så kan det ikke løses på et sygehus, hvor patienterne ligger i stadig kortere tid.

Tilbage på sygehuset står man med en ny rolle og nye opgaver, hvor genoptræningsplanerne i øjeblikket fylder meget. Det er en vigtig problemstilling, men det giver ikke hele perspektivet. Brydningstider giver også mulighed for at redefinere roller og opgaver. Udgangspunktet bør være spørgsmålet om, hvordan vi kan skabe mere kvalitet i den specialiserede sygehusbehandling.

Vi skal fortsat udarbejde genoptræningsplaner. Men det er også oplagt, at terapeuter foretager den faglige undersøgelse og vurdering af patienterne. Det er os, der har den faglige kernekompetence, og det er os, der modtager patienterne i den primære del af sundhedsvæsenet. Det giver også mulighed for, at det er terapeuter, der foretager vurderingen af behovet for fysisk aktivitet, fysiurgisk behandling samt genoptræning for patienter i såvel ambulatorier, skadestuer og på afdelinger, der ikke normalt ser terapeuter.

Forudsætningen er, at ledere af terapierne går i dialog med sygehusledelserne og positionerer terapeuterne i forhold til opgaverne. Der skal naturligvis være fysioterapeuter nok til at kunne byde ind på opgaver. Vi skal fortsat kunne forske og udvikle sundhedsydelse i samarbejde med andre faggrupper i et højt specialiseret sygehusvæsen. Og så skal vi hele tiden have det brede perspektiv for øje.



Af Johnny Kuhr
formand for
Danske
Fysioterapeuter



FORSIDE: SCIENCE PHOTO LIBRARY

Udgiver:
Danske Fysioterapeuter
Nørre Voldgade 90
1358 København K

Telefon 33 41 46 20

E-mail:
Redaktionen@fysio.dk
www.fysio.dk

Redaktion:
Informationschef
Mikael Mølgaard, ansv.red.
mm@fysio.dk
Faglig redaktør Vibeke Pilmark
vp@fysio.dk
Journalist Anne Guldager
ag@fysio.dk
Sekretær Jonna Søgaard Harup
jsh@fysio.dk
Sundhedspolitisk konsulent
Ann Sofie Orth
aso@fysio.dk

Webredaktør:
Anne Larsen
e-mail: al@fysio.dk

Forretnings-, uddannelses-
og stillingsannoncer:
Panorama Media a/s
70 10 35 33
www.panoramamedia.dk
info@panoramamedia.dk

Kontrolleret oplag 9.868
Kontrolleret af:



I perioden 1. juli 2005 - 30. juni
2006
89. årgang.

Layout, repro og tryk:
Elbo Grafisk A/S
Svanemærket trykkeri,
licens 541 119

Redaktionspanel:
Kristian Thorborg
Martin B. Josefsen
Vibeke Grandt
Marianne Telling
Karen Langvad
Mark Theilmann
Gitte Arnbjerg
Rikke Hjulmand

ISSN 1601-1465

Forebyggelse i Odsherred

KRAM ■ "Livsstilsteamet" under sundhedscenter Odsherred er et udviklingsprojekt finansieret af Odsherred Kommune og Indenrigs- og Sundhedsministeriets pulje til forsøg med sundhedscentre. Formålet er at udvikle og afprøve effektive metoder til forebyggelse af kroniske sygdomme. Projektet er tværfagligt med deltagelse af diætist, fysioterapeut og sygeplejerske. I projektet arbejdes med risikofaktorerne inden for KRAM (kost, rygning, alkohol og motion). Målgruppen er borgere mellem 16-75 år med en eller flere risikofaktorer for iskæmisk hjerte-kar-sygdom og diabetes. Livsstilsteamet er i gang med at udvikle og afprøve de tre interventionsmetoder: "Sundhedssamtalen", "Livsstilskursus" og "Åbent hus". "Sundhedssamtalen" er en indledende og afklarende samtale, der tager udgangspunkt i borgerens motivation og ambivalens i forbindelse med vaneændring. Den består af to dele, hvoraf den første del har karakter af en afklarende samtale, og anden del er et sundhedstjek, hvor der tages forskellige effektmål såsom BT, BMI, kondition osv. Livsstilskurset strækker sig over otte gange, og her arbejdes der videre med forandring af vaner. De pædagogiske overvejelser bag "livsstilskurset" tager bl.a. udgangspunkt i psykologen Albert Banduras teori om mestringsbevne og bygger på en empowerment tankegang, hvor deltagerne er aktive i udformningen af kursusforløbet. Åbent hus er et tilbud, hvor borgerne kan komme uden visitation og få råd og vejledning i forhold til livsstilsændringer. Projektet evalueres af ekstern evaluator. Projektperioden løber indtil 1. maj 2008, og de foreløbige resultater omkring brugertilfredshed og den tværfaglige model forventes at foreligge sidst på sommeren 2007. Projektet mangler endnu en kontrolgruppe, og teamet er derfor meget interesseret i at høre fra nogen, der arbejder med samme målgruppe og indsats over for KRAM. Henvendelse kan ske til projektleder Hanne Ourø – tlf.: 59 66 56 14 eller mail: Hanou@Odsherred.dk

Ny forebyggelseskonsulent i Viborg

Viborg ■ Den tidligere håndboldstjerne fysioterapeut Susanne Munk Wilbek er ansat som forebyggelseskonsulent i Viborg Kommune. Hun skal hjælpe byens borgere til at føre et sundt og aktivt liv.



Designpris til bruseplejebriks

Handicap ■ En bruseplejebriks, der er resultatet af et samarbejde mellem Pressalit Care og designfirmaet 3PART, vandt Den Danske Designpris 2007 for dens "gennemtænkte funktionalitet og flotte formsprog". Briksen er udviklet til kørestolsbrugere og andre med nedsat funktionsevne og kan justeres fra en højde på 30 cm til en

meter, hvilket gør det lettere at forflytte sig fra stol og kørestol. Udover bruseplejebriksen fik blandt andre en træningspavillon designprisen. Med det nye fokus på betydningen af fysisk aktivitet vil der være et stort potentiale i en pavillon med indbygget trænings- og massagebænk, hedder det i begrundelsen for prisen. Både Pavillon og briksen vil i den kommende tid være udstillet i Dansk Design Center.

fysnyt

Støtte til alternativ kræftbehandling

Kræft ■ Kræftens Bekæmpelse har uddelt en million kroner til forskning i alternativ kræftbehandling.

Arbejds miljø i ældreplejen

Rapport ■ Resultaterne af den første undersøgelse i arbejdsmiljø i ældreplejen foreligger nu i en rapport fra Det nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø. Undersøgelsen peger blandt andet på, at det hårde fysiske arbejde og det høje psykiske krav i dagligdagen

påvirker sygefraværet. Medarbejdernes trivsel og deres lyst til at blive på arbejdspladsen hænger sammen med kvaliteten af den daglige ledelse. Rapporten koster 65 kr. og kan bestilles på telefon 3916 5230. Læs mere på www.arbejdsmiljoforskning.dk/FOR-SOSU

Nyhed! - nu med variabel energidosering og udgangseffekt: POWER LASER MkIII - 500 mW & 1000 mW

Udviklet i overensstemmelse med anbefalede doseringer fra WALT*.

De vigtigste parametre i laserterapi er:

- den rigtige udgangseffekt
- den rigtige energidosering

I mange år var opfattelsen "jo mere, jo bedre". Men den seneste forskning viser, at der nemt kan overdoseres, specielt på områder med meget lidt blødt væv. F.eks. en tennisalbue, hvor WALT anbefaler max 100mW/cm². Omvendt kan der også underdoseres, hvis der er tale om en større skade.

Med andre ord: forudsætningen for en succesfuld laserterapi er en korrekt dosering.



CE 0543



CE godkendelse – Medicinsk Udstyr

POWER LASER 500/1000 MkIII er godkendt som medicinsk udstyr til behandling af følgende lidelser:

- Arthritis
- Inflammation (traumatisk betinget)
- Epicondylitis
- Myofasciale smerter
- Sårheling

Ifølge dansk lov skal alt medicinsk udstyr være CE godkendt. En CE godkendelse som medicinsk udstyr inkluderer altid en eller flere indikationer.

Forlang dokumentation for godkendte anvendelser hos din leverandør af medicinsk udstyr.

TILBUD!

Til ejere af POWER LASER 500:

10% stamkunderabat på:

- POWER LASER 500 MkIII
- POWER LASER 1000 MkIII
- Opgradering til MkIII

Nye kunder: ring og få et godt tilbud!

POWER LASER 1000 MkIII



1000 mW fordelt
på 3 laserdioder. Ideel til
sportsskader, inflammationer o.l.

Gratis prøve 3 uger

Afprøv POWER LASER i din egen klinik gratis i 3 uger.
Ring og hør nærmere!

Gratis kursus i laserterapi

I samarbejde med fysioterapeut Jesper Kousted.

Odense: 08.05.07

København: 05.06.07

Aarhus: 12.06.07

Se information om kurserne samt flere datoer på
www.powermedic.dk

Træningsmappe om KOL

Cd-rom ■ Mange fysioterapeuter har de seneste måneder ringet forgæves efter Danmarks Lungefor- enings træningsmappe for sygeplejersker og fysio- teapeuter, der arbejder med KOL-patienter til daglig. Mappens fulde titel er "Praktisk vejledning i fysisk træning af patienter med KOL", og den indeholder vejledning og cd-rommer til brug for udholdenheds- test (shuttle walk test), som bl.a. bruges til rehabilitering af KOL-patienter på sygehu- se og i de nye kommuner. Mappen kan nu rekvireres gratis hos Danmarks Lungeforening, på info@lunge. dk eller tlf. 3874 5544 - dog skal man selv betale por- to for forsendelse.



Fakta om sundhedsordninger

Konsulent ■ Tilbyder du sundhedsordninger på arbejdspladsen, er det en god ide at sætte dig ind i de skattemæssige regler, der er på området. Det vi- ser sig, at der på mange arbejdspladser kan etableres en sundhedsordning, der ikke medfører en merudgift for arbejdsgiveren. Læs mere om reglerne på fysio. dk->praksis/privat->arbejde i praksis->fakta om sund- hedsordninger.

Fondsmidler til forskning

Sahva ■ Sahva Fonden har uddelt midler til støtte for projekter, der skal generere ny viden til gavn for mennesker med bevægelseshandicap. Projektansvar- lig lektor Lotte Andreasen, Aalborg Universitet, har fået bevilget 1,4 mio. kr. til videreudvikling af pro- jekt "TungeKontrolSystem". Forskningschef Ole Si- monsen, Ortopædkirurgien, Region Nordjylland har fået bevilget 395.000 kr. til forskningsprojektet "Ef- fekten af indlægssåler til forebyggelse og behandling af slidgigt i knæ". Dansk Handicap Forbund har fået bevilget 330.000 kr. til videreudvikling af progra- met "Dictus" til talegenkendelse for personer med fysisk handicap. For mange fysisk handicappede er idrætten med til at give en øget livskvalitet. Sahva Fonden støtter derfor op omkring sportsaktiviteter og har senest uddelt i alt 188.000 kr. til bl.a. rugbystole, basketballstole, el-hockeystole og sejl til tre sejlbåde til handicapsejlere.

Skoindlæg er effektive til plantar fasciit

Studie ■ Den nyudnævnte pro- fessor i fysioterapi på SDU, Ewa Roos, har sammen med to svenske kolleger gennemført et randomiseret studie, der har sammenlignet effekten af individuelt tilpassede skoindlæg med indlæg kombine- ret med en anterior nat- skinne og kun en natskinne til plan- tar fasciit. 43 personer (34 kvinder og ni mænd) med en gennemsnits- alder på 46 år indgik i studiet. Ef- fekten blev vurderet efter tolv uger og igen efter 52 uger ved hjælp af Foot and Ankle Outcome Score. Der var signifikante forbedringer i de tre grupper efter tolv uger. Ef-

ter 52 uger blev der registreret 62 procents smertereduktion i de to grupper, der blev behandlet med skoindlæg, hvorimod smerterne hos gruppen, der kun havde fået en natskinne, kun var reduceret med 48 procent. Indlæg gav såle- des bedre effekt på smerte på lang sigt og var den behandling, patien- terne bedst kunne lide. 19 af de 23 patienter, der fik tilbudt indlæg, brugte stadig deres indlæg efter et år i forhold til natskinnen, hvor kun en ud af 28 anvendte skinnen efter et år. Roos E, Engström M, Söder- berg B. Foot orthoses for the treat- ment of plantar fasciitis. Foot Ankle Int. 2006;27(8):606-11.

Afhandling om springerknæ



WWW ■ Den svenske fysioterapeut Karl Gisslén har i forbindelse med sin ph.d.-uddannelse undersøgt forekomst, ætiologi af springerknæ og relevansen af at anvende ultra- lydsskanning hos volleyball-spil- lere. Det formodes, at cirka 40-50 procent af elitespillerne i volleyball kommer til at lide af springerknæ i løbet af deres karriere. Karl Gisslén

har fulgt en gruppe junior-vol- leyspillere, som spillede på eliteni- veau. Han studerede deres patel- lasene klinisk og radiologisk med anvendelse af ultralydsskanning og Doppler-ultralyd. Man kan down- loade Karl Gissléns afhandling fra Umeå Universitetsbibliotek. Se det direkte link på ffy.dk->nyheder->3. april 2007.



AcupunctureShop.com

- Danmarks største og billigste indkøbssted

Gør som 4000 andre klinikker, hospitaler og sports klubber i Danmark - køb kvalitet til lavpris.



Akupunktur nåle fra 15 øre.



Tens og EMS fra 450 kr.

”1st klasses produkter til rigtige pris”

Fysioterapeut Dorthe Rasmussen



Ultralyd fra 8000 kr.



BTL Powerlaser fra 21.000 kr. Vist model dog med ekstra udstyr

”Bedste Ultralyd jeg har set, anvender den dagligt i Aarhus-elite”

Fysioterapeut Jens Bo Jørgensen

Med over 3000 varenumre har vi prisgaranti - find den samme orginalvare et andet sted på tryk i Danmark inden for 14 dage og vi refunderer forskellen. Få klinikkens indkøber til at kontakte os og spar penge hver gang.

Transportable alubriks fra 1500 kr.



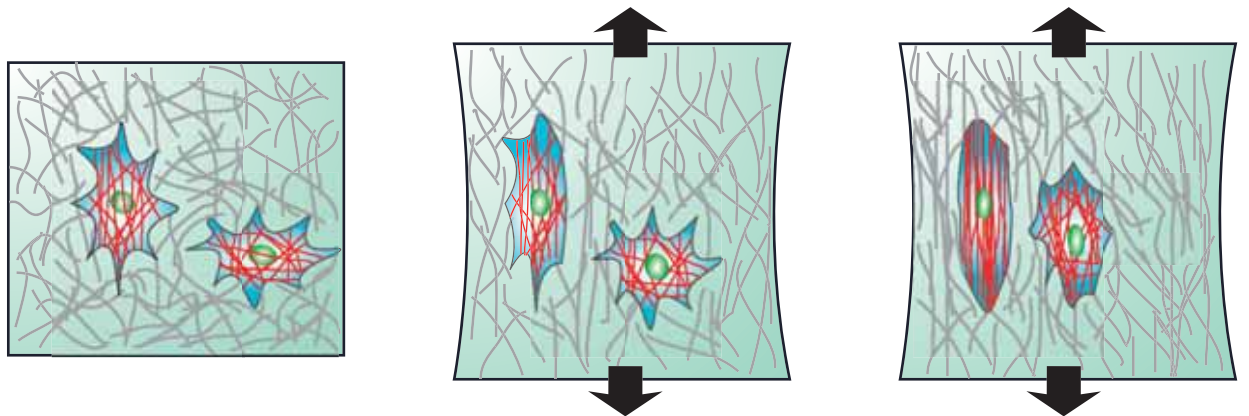
”Imponerende lager og Showroom med dag til dag levering”
Fysioterapeut Poul Erik Pedersen



Elektrisk briks fra 5995 kr.
Vist model

AcupunctureShop.com
Alt i akupunktur og klinikudstyr

www.AcupunctureShop.com
Vesterbækvej 31, Sig
6800 Varde, Denmark
Telefon: (+45) 76940877
Fax: (+45) 76940977



Fibroblasten hersker lokalt, men

Cellerne i kroppen har en langt mere omfattende evne til at føle deres omgivelser end tidligere antaget. Artiklen beskriver det teoretiske grundlag for cellernes respons på fysioterapi

AF FYSIOTERAPEUTERNE TORBEN LUND, EXAM. SCIENT,
HENNING LANGBERG, CAND. SCIENT. PH.D.
ILLUSTRATIONER TORBEN LUND

Denne artikel er en forlængelse af artiklen "Mekanisk påvirkning af cellen" (nr. 22 2006). Her beskrev vi, hvordan tre filamenttyper med hver deres specialiserede egenskaber udgjorde cytoskelettet, et fysisk ophæng, i cellens indre, som bedst beskrives ud fra tensegrity-princippet.

Desuden introducerede vi, hvordan cellen reagerer på mekaniske påvirkninger, som specifikke manuelle teknikker eller fysisk træning som f.eks. løb, spring og styrketræning. Via den ekstra-cellulære matrix overføres kræfterne til integriner i cellemembranen, der igen fører til kemiske reaktioner i cellekernen (mekanotransduktion). I det følgende vil det teoretiske grundlag for en forståelse af, hvordan cellerne responderer på f.eks. massage, mobilisering, udspænding og styrketræning, blive gennemgået.

MILLIARDER ÅRS EVOLUTION

De første primitive celleformer på jorden menes at være dannet for mere end 3,4 milliarder år siden. Kerneholdige celler, som vi kender dem i kroppen i dag, f.eks. fibroblasten kan spores to milliarder år tilbage (1). Disse celler er således en væsentlig del af den tidlige evolution, en evolution, der har givet

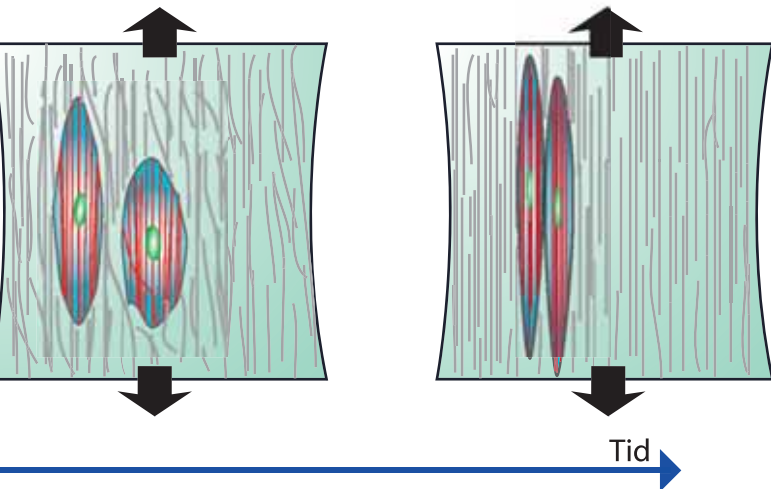
den humane krop evnen til at tilpasse sig ændringer i belastning på kort (over uger) og lang sigt (gennem livet og gennem generationer).

Fysioterapeuter har traditionelt været fascinerede af kroppens tilpasning på det makroskopiske plan og biomekanisk viden er blevet en af fysioterapeuters spidskompetencer. På det makroskopiske plan bidrager nye forskningsresultater i f.eks. knæets og skulderens biomekanik til stadig bedre behandlingstiltag og optimering af fysisk træning.

Cellebiologi er derimod ikke et område, der har været levnet megen opmærksomhed af behandlere generelt, heller ikke af fysioterapeuter. Der er langt fra daglig praksis til teorier om kroppens mindste bestanddele. Men der er megen betydningsfuld viden at hente. En søgning i forskningsdatabasen PubMed på søgeordet "Cell" afslører således, at der er publiceret mere end 3,3 millioner artikler om celler. Alene antallet af kemiske reaktioner, som finder sted i cellens cytoplasma, anslås at være over 10.000. En komplet forståelse af cellens funktion og opbygning er derfor en åbenlys umulighed. Næppe én af disse kemiske processer er overflødige, og de er et udtryk for cellens kompleksitet og naturens suveræne evne til biologisk tilpasning. Forskning inden for cellebiologi har tidligere været

indgang

■ En revurdering af cellens fysiske egenskaber og evne til sansning skaber forståelse for, hvordan forskellige fysioterapeutiske handlinger påvirker cellerne og vævet.



Figur 1: Skematisk forløb af bindevæv med fibroblaster og kollagene fibre. Ved en uniaksial belastning vil såvel fibroblastens cytoskelet som de kollagene fibre ensrettes. Fibroblasterne opnår kontakt med hinanden og en mere langstrakt form samtidig med, at der sker en polarisering.

Lund 2007

tænker globalt

svær at overføre til praktisk fysioterapi, bl.a. på grund af manglende fokus på cellens fysiske strukturer. Dette rådes der bod på gennem udviklingen af nye og bedre visualiseringsteknikker.

Vi har tidligere beskrevet de kontraktile aktin-filamenter i cellens cytoplasma (23), men for nylig er der også påvist aktin-filamenter inde i selve fibroblastens kerne tæt på DNA'et, som dermed kan påvirke spændingen og organiseringen af kernens strukturer (2). Jo mere vi lærer om cellernes, vævets og kroppens totale reaktion på behandling og træning over tid, des større logisk sammenhæng kan vi se mellem den terapeutiske intervention og behandlingsresultatet.

VÆVSTILPASNING MENS DU BEHANDLER

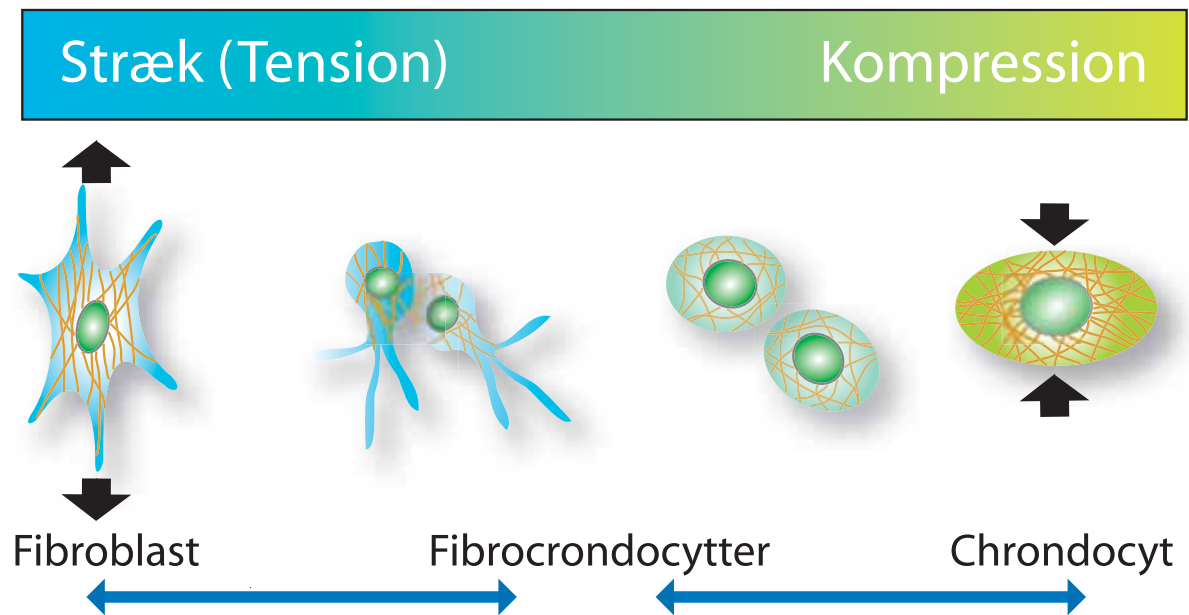
Bindevæv forbindes ofte med ligamenter, sener, ledkapsler og fascier (3), men findes også i musklerne og i vores underhud. Desuden er nerver, blodkar, vener, indre organer indlejrede i et tyndt lag bindevæv. Det er derfor svært at forstille sig en fysioterapeutisk behandling, som ikke i en eller anden grad påvirker bindevævet. Kendetegnende for alt bindevæv er en stor tilpasningsevne til ændrede biomekaniske krav, men samtidig er der også risiko for beskadigelse og dysfunktion. Det videnskabelige fokus på bindevævet

har været på ligamenters og seners mekaniske egenskaber i forbindelse med fysisk aktivitet og skader, mens fascier, aponeuroser, og det subkutane bindevæv ikke har været levnet megen opmærksomhed.

Forskellene i egenskaber ved de forskellige typer bindevæv ligger overvejende på det makroskopiske plan og ikke på det cellulære niveau. De celler, der producerer bindevævet (fibroblasterne), ligner som udgangspunkt hinanden, uanset i hvilket væv de findes, om end der er påvist en anatomisk relateret forskel i fibroblasters gener (4).

Celler er biologisk aktive, og deres strukturer er ofte en afspejling eller en reaktion på deres fysiske omgivelser. Hvert sekund døgnet rundt påvirkes celler af fysiske ændringer i strukturerne omkring dem. Dette er måske den største forskel mellem traditionel mekanisk tænkning og biologiske materialers egenskaber. Som eksempel på cellens utrolige dynamik kan nævnes, at mikrotubuli filamenterne (en del af cytoskelettet) gennemgår en konstant nedbrydning og opbygning så hyppigt, at deres levetid er begrænset til få minutter (5). En ►

"All levels of organization are equally important and we have to know something about all of them if we want to approach life" (Szent-Györgyi 1974)



Lund 2007

Figur 2. Forholdet mellem komprimerende kræfter og kræfter, der trækker i vævet, er afgørende for differentieringen mellem celletyper (fibroblast, fibrochondrocyt, eller en chondrocyt). Således kan en fibroblast skifte karakter og tilpasse sig det fysiske miljø, som omgiver den. Forskelle i cellerne er således udelukkende et resultat af det omgivende miljø som f.eks. i trykket på menisken.

- ▶ ekstrapolation af disse data til den praktiske verden vil betyde, at dele af cellernes fysiske skelet lader sig nedbryde og opbygge flere gange under en almindelig fysioterapeutisk behandling eller træningspas. Langt hen ad vejen er fibroblasten ansvarlig for denne tilpasning af vævet.

STYRER DE KOLLAGENE FIBRE

Fibroblasterne stammer fra udifferentierede stamceller i fosterstadiet, også kaldet mesenkymale celler. De beskrives ofte som isolerede, afladede eller tenformede celler med slanke udløbere. Ved differentiering kan de mesenkymale celler transformeres til osteblast, chondrocytter, fedtcelle og endelig til glat muskelcelle. I senævæv benævnes fibroblasterne ofte tendocytter eller fibroblaster (3;6).

Fibroblasten er interessant, fordi den er nøglekomponent i alle former for bindevæv. Den udsættes for mekaniske kræfter under dagligdags aktiviteter, idræt samt ved patologiske tilstande og terapeutisk behandling.

Ligamenter og sener er organiseret fibrøst bindevæv. De består ofte af parallelle kollagene fibre med langtrukne fibroblaster, alignet langs fibrene i længderetningen (7), men ved skader i vævet viser det sig, at cellerne mister deres specifikke orientering. Resultatet

er, at den kollagene matrix også mister orienteringen, og dette medfører nedsatte mekaniske egenskaber i det beskadigede væv (figur 1) (8).

Alignment af celler i cellekulturer, der udsættes for stress, er verificeret et utal af gange (7), men forskerne debatterer, hvor meget af cellers alignment, der er en passiv proces, og hvor meget som er en aktiv cellulær respons på kræfterne (9;10).

Fibroblastens tilpasningsevne til mekaniske kræfter ses suverænt i knæets menisk. Histologiske fund viser, at en menisk indeholder en unik kombination af både fibroblaster og chondrocytter. I meniskens centrale del findes runde chondrocyt-lignende celler med en relativ stor cellekerne (som chondrocytter), og de producerer primært kollagen type 1. De benævnes fibrochondrocytter (11;12) og er et mellemstadium mellem en chondrocyt og en fibroblast. Denne celletype findes, fordi de fysiske kræfter i denne del af menisken består af et ligeligt forhold mellem kræfter, som komprimerer (stimulerer chondrocytten), og kræfter, som trækker i vævet (stimulerer fibroblasten). Således udsættes senævets og ligamenternes fibroblaster oftest for stræk (13;14) til forskel fra fibroblaster i bruskvævet (chondrocytterne), som i højere grad stimuleres gennem kompression (3) (figur 2).

EN BLÆKSPRUTTE SOM ALDRIG SOVER

Det er hovedsagelig fibroblaster, som syntetiserer (producerer) den ekstracellulære matrix i form af kollagen, elastin og forstadiet til protoglykaner (store sukkerproteinmolekyler) (15). Desuden organiserer og opretholder fibroblasten bindevævet under opvækst og ved skader, træning og fibrøse lidelser.

In-vivo ligger fibroblasten indlejret i den ekstracellulære matrix (ECM) og udsættes således for træk, kompression og forskydning under fysisk aktivitet, hvilket i forskellig grad påvirker fibroblastens cellulære respons. Herved "frisættes" signalmolekyler og transkriptionsfaktorer (faktorer, der påvirker aflæsning af DNA), som igen påvirker dannelsen af de enkelte ECM-bestanddele. Transduktionen af et lokal mekanisk stimuli til et kemisk signal foregår imidlertid ad adskillige veje (16;17). Denne kobling mellem mekaniske kræfter og cellulære respons benævnes mekanotransduktion (se side 8). Meget tyder på, at størstedelen af denne transduktion foregår i cellens periferi om end kræfterne og de biokemiske signaler forplanter sig i hele cellen (18). I cellemembranen findes blandt andet ionkanaler som først tillader transport af diverse ioner, når membranen udsættes for et fysisk stræk, deraf navnet strækfølsomme ionkanaler (18-20). Disse kanaler formodes at have speciel betydning for fibroblastens evne til at føle de mekaniske egenskaber af ECM (21).

Fibroblaster har også evnen til at føle geometrien i cellemembranen ved at registrere kurvaturen (konkav og konveks) af membranen. Ved en bøjning i den konkave retning frigives et enzym (Rac), mens en bøjning i modsatte retning konveks åbner for en ionkanal, så en iontransport over membranen kan foregå (18). En række intracellulære proteiner har vist sig at kunne ændre på deres kobling og deres enzymaktivitet eller fritlægge bindingssteder afhængig af deres struktur (hvorvidt de er rullet sammen som et garnnøgle eller strakt ud) (18;20) (figur 3). Desuden kan cytoskeletets mikrotubuli komprimeres eller strækkes, og dette ændrer det kemiske potentiale. Endnu et eksempel på, hvor omfattende transduktionsvejene er i den levende celle.

Adhæsionen (sammenkædning) mellem fibroblaster og matrixen omfatter adhæsionsmolekyler i cellemembranen, kaldet integriner. De har vist sig at være de første elementer i kaskaderne af signaler, som opfanger eksterne kræfter, og de har en nøgelfunktion gennem at registrere cellefacon, spænding i cytoskeletet og andre typer af cellerespons på mekaniske stimuli og vice versa (9;16;22).

Fokale adhæsioner er komplekse samlinger af mole-

kyler og omfatter blandt andet integriner. Fibronektin er bindeledet mellem de kollagene fibre og integrinerne. Disse lange proteinkæder har vist sig at kunne ændre deres kobling, samt ændre på enzymudskillelsen afhængig af, om proteinet er rullet sammen eller rullet ud (18;20).

Mekanotransduktion foregår også intracellulært, primært gennem det cytoskelet, som vi tidligere har beskrevet (23), idet membranen, der omslutter kernen, indeholder ionkanaler på lige fod med celle membranen.

Træk, kompression og forskydning er de tre basal former for mekanisk belastning som fibroblasten udsættes for under træning og fysioterapeutisk behandling. Det er essentielt at forstå, at så forskellige behandlingstyper som mobilisering, massage og forskellige former for el-terapi (ultralyd og shock wave) fungerer gennem sådanne mekaniske påvirkninger af fibroblasten.

KOMMUNIKERER MED NABOCELLERNE

Fibroblasten er mekanisk bundet til den ekstracellulære matrix, og har derved mulighed for at "føle" vævspåvirkninger og spiller derfor en kritisk rolle i mediering af et cellulært respons på en lang række stimuli.

Når fibroblasten skal beskrives, bør dens nærmiljø, hvori den indgår, derfor også medtages. Fibroblastens evne til at opfatte de lokale mekaniske kræfter hænger sammen med dens evne til at påvirke det lokale miljø. Med det store antal celler, der arbejder sammen, kan disse lokale forandringer i cellen føre til store forandringer i vævet.

Mekaniske signaler fra matrixen giver feedback til fibroblasten i en velkontrolleret proces. Hele vævsmeknikken afhænger således ikke kun af den enkelte celledens egenskaber og molekylerne i matrixen, men også af den komplekse organisering og interaktion som foregår mellem grupper af celler og omkringliggende matrix (24).

Fibroblastens fysiske forbindelse med matrixen bør ikke undervurderes, men fibroblasten har desuden kontakt med nabocellerne. Der er god evidens for, at fibroblaster ikke er isolerede celler, men nærmere er bundet sammen i et netværk gennem hele kroppen (25). Adskillige studier har vist, at celler i vægtbærende bindevæv er arrangeret i rækker med dendritagtige udløbere (som nerver), som strækker sig fra celler i en række til celle i en anden (26).

Der findes flere typer celle-celle forbindelser, hvoraf gap junctions er den hyppigste i bindevæv. Gap junctions er ionkanaler, som muliggør overførsel af kalcium mellem celler, hvilket medfører, at et mekanisk signal ►

Mekanotransduktion i fysioterapi

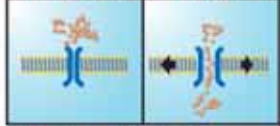
Behandling og træning

Mekanisk påvirkning af cellerne
Forlængelse Forskydning Komprimering

Myocyter
Chondocytter **Fibroblaster** Endotelceller
Osteoblaster

Molekylære mekanismer

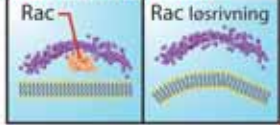
Strækfølsomme ionkanaler



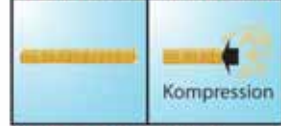
Protein udfoldning



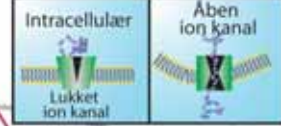
Konkave kurvatur



Mikrotubuli kompression/stræk



Konveks kurvatur



Fagocytose



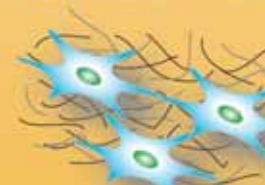
Celledeling



Cellevandring



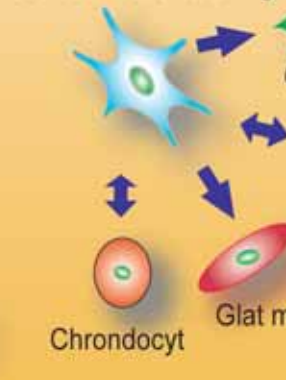
Forstærkning/
organisering af:
- celle-celle kontakt
- celle-matrix kontakt



Myofibroblast



Celledifferentiering



Mediatorer

Cytoskelet

Mikrofilamenter
Mikrotubuli
Intermediære filamenter

**Celle-ECM
sammenbinding**

Integriner
Fokale adhæsjoner

Ekstra cellulær matrix (ECM)

Fibronectin (sammenbinder
integriner med ECM)
Kollagen
Proteoglycaner (makromolekyler)

Celle-celle sammenbinding

Cadheriner (kalcium afhængige
adhæsjonsprotein)
Gap Junction (kanal forbindelse)
Desmosomer ("punktsvejsning"
med intermediære filamenter)

Cellekerne

Ion kanaler
Aktin-filamenter

- ▶ spredes til nabocellerne. Disse intracellulære calciumbølger forplanter sig gennem disse kanaler og kan registreres over 10-20 celler fra stimulus stedet (27).

Studier i cellekulturer har vist, at mekanisk stimulering af fibroblaster fra ligamenter øger denne intercellulære kommunikation (28).

FIBROBLASTEN – NU I 3D

Tidligere foregik forskningen i fibroblasten i 2-dimensionelle (2D) substrater, hvor fibroblasten var fikseret til underlaget, og det har givet en række begrænsninger og ført til forkerte konklusioner. Nye teknikker gør det nu muligt at studere fibroblastens egenskaber i mere in-vivo-lignende 3D-miljøer, hvor fibroblasten er omgivet af den ekstracellulære matrix som kollagen og fibrin, og hvor fibroblasten kan udsættes for stræk (tension), kompression eller forskydning (shear stress) i flere retninger samtidig. I sådanne studier, udviser fibroblasten en mere kompleks respons og markant anderledes geometri end på 2D overflader (24;29;30) Fibroblaster i ligamenter har ikke som tidligere antaget en ens og tenformet morfologi og ligger ikke på lange rækker i et lineært mønster, men udviser i stedet et kompleks 3-dimensionel mønster, hvor cellerne er flettet og snoet ind i hinanden. Dette arrangement er langt mere omfattende og kompleks end tidligere beskrevet (29).

I 3D systemerne er det desuden muligt at studere såvel cellevandring som 3D remodulering af matrixen. Dette giver et mere realistisk billede af fibroblastens dynamiske funktion i den humane krop.

HOMEOSTASE I VÆVET

Mekanisk belastning spiller en afgørende rolle i bevarelsen af vævets homeostase (ligevægt). Bindevævet i kroppen fortjener speciel opmærksomhed, fordi det konstant udsættes for mekanisk belastning og som et resultat responderer med ændringer af dets struktur og funktion. Disse forandringer tilvejebringes overvejende af bindevævets fibroblaster. Disse celler konverterer mekanisk belastning via mekanotransduktion til en lang række biologiske processer, herunder ekspresion af talrige gener inklusiv de gener, der ansvarlig for tilpasningen af ECM.

Mekanotransduktion sker fordi belastning forplanter sig i kroppen til knogler, muskler, sener, fascier via den ekstra cellulære matrix, integriner og celle-celle forbindelser til cytoskelettet og endelig cellekernen.

På jorden udsættes vævet konstant for tyngdekraften. De fleste individuelle celler i kroppen inklusiv fibroblasten er for små til at registrere tyngdekraften,

medmindre cellen indeholder tunge organeller, som i det indre øre. Cellen føler således tyngdekraft gennem koblingen til den omkringliggende ekstracellulære matrix og om end tyngdekraften som sådan er meget lille, forstærkes den under bevægelse, og det kan i knogler, ledbånd og sener resultere i store samlede komprimerende eller forlængende kræfter (2-10 gange kropsvægten i akillesenen under løb eller hop). Denne mekaniske belastning er en forudsætning for at opretholde homeostase i vævet. Fibroblasten føler altså de påvirkninger (deformationer), som den ekstracellulære matrix udsættes for under mekanisk stress og oversætter disse informationer til et adaptivt respons for eksempel øget kollagenproduktion og ensretning af fibrillerne. Cellulær mekanotransduktion kan ikke forstås isoleret eller defineres fuldstændig ud fra mekanofølsomme molekyler. Cellens sansning af mekaniske kræfter afhænger af den arkitektoniske kontekst, som cellen lever i. Det cellulære respons vil blive styret af, hvordan mekaniske kræfter er distribueret i organet og i det væv, der omgiver det, samt af den eksisterende spænding som findes i ECM, cellen, cytoskelettet og membranen. Vores evne til at føle mekaniske kræfter på celleniveau er derfor en direkte manifestation af, hvordan vores kroppe er konstruerede.

UDFORDRINGEN I FREMTIDEN

I denne artikel har fokus været på mekanotransduktion i forbindelse med raskt væv. En lang række lidelser ikke mindst i bevægeapparatet som for eksempel osteoporose, reumatoid artrit, artrose og Dupuytrens kontraktur skyldes imidlertid en unormal celle- og vævsstruktur (32) og kræver en revurdering af den humane patofysiologi (32).

Udfordringen i fremtidens forskning bliver at forstå, hvordan fibroblasten målretter sit adaptive "respons" ud fra de mange mekanotransduktionssignaler. Mekanotransduktion foregår ikke isoleret, men nærmere ud fra et integreret netværk af forskellige signalveje som både inkluderer molekulære mekanismer, mediatorer, cytokiner og vækstfaktorer, og dermed skabes en endnu større forståelse for, hvordan forskellige fysioterapeutiske behandlinger påvirker cellerne og vævet.

En omfattende litteraturliste til artiklen kan downloades fra fysio.dk ->artikelbilag ■

"The cells and growth factors necessary to promote tissue regeneration are already present in the tissue; only the correct physical signals are missing, and these can be provided as a form of "mechanotherapy" (Ingber 2006)(31)

Genstridige planer og respektløse politikere

Genoptræningsplanerne stjæler tid fra genoptræningen. Sådan lyder beskeden fra en række sygehuse. Fagbladet inviterede formanden for Danske Fysioterapeuter til Viborg for at møde nogle af fysioterapeuterne på Regionssygehuset og høre, hvilke problemstillinger der fylder i dagligdagen

AF INFORMATIONSCHEF MIKAEL MØLGAARD
FOTO MICHAEL LANGE

Der står én positiv ting på den liste, som Johan Risgaard Laursen har forberedt.

Det er godt, at patienten får en plan. Det sikrer, at der bliver fulgt bedre op på forløbet, og at patienten har et navn på en kontaktperson, når hun bliver udskrevet.

Men så er alt det gode også sagt.

Resten af papiret beskriver i punktform de dårligdomme, som organiseringen af genoptræningsopgaverne som følge af kommunalreformen har medført.

Det giver dobbelt arbejde, når der både skal laves fysstatus og genoptræningsplan, genoptræningsplanen stjæler tid fra behandlingen af patienten, de praktiserende læger ved ikke, hvad de skal stille op med genoptræningsplanerne osv. osv.

Johan Risgaard Laursen opremser punkterne, mens Johnny Kuhr tålmodigt hører på.

Vi er på Regionshospitalet i Viborg, hvor formanden for Danske Fysioterapeuter bliver vist rundt for at møde nogle af de fysioterapeuter, der er på vagt i dag, og høre hvad det er for problemstillinger, som fylder i dagligdagen. Et møde som fagbladet Fysioterapeuten har arrangeret.

En af de helt nyuddannede fysioterapeuter i afdelingen er Johan Risgaard Laursen, der fra sin plads bag computerskærmen viser enkelte sider og faneblade fra en genoptræningsplan frem og fortæller om omfattende skabeloner, bøv! med at bruge ICF - og accelererede forløb, hvor patienten for eksempel indlægges og opereres fredag og udskrives lørdag med en genoptræningsplan.

Alt sammen punkter på den omfattende liste over

forhold, der presser terapeuterne og giver stress i hverdagen, som Johan Risgaard Laursen konkluderer.

FÆRRE AMBULANTE PATIENTER

Det er Lone Vind og Birgit Ladefoged, der begge er erfarne fysioterapeuter, i stort omfang enige i. Tidligere, det vil sige før 1. januar 2007, da ansvaret for genoptræningen lå på sygehuset, fik patienterne ifølge begge fysioterapeuter den genoptræning, de havde behov for. Der blev også taget stilling til, hvad der skulle ske med patienten, når hun blev udskrevet, hvis det var nødvendigt med opfølgende tiltag. Så på den led har den nye arbejdsdeling ikke betydet, at flere patienter fra Viborg sygehus bliver genoptrænet i dag, vurderer Lone Vind og Birgit Ladefoged.

Nærmest tværtimod.

"Den tid jeg bruger på at lave genoptræningsplaner betyder, at jeg kan behandle to ambulante patienter færre om dagen", fortæller Lone Vind, der arbejder på kirurgisk afdeling.

Når det bliver talt op, bliver det sammenlagt til mange timer, som bruges på at skrive planer frem for at genoptræne patienterne.

Johnny Kuhr indskyder, at det er godt, hvis alle patienter er blevet genoptrænet i Viborg, men at det desværre ikke har været tilfældet alle steder i landet. Det er blandt andet baggrunden for, at politikerne har valgt den nye arbejdsdeling mellem sygehuse og kommuner og at sætte fokus på genoptræningsplanerne.

"Det er selvfølgelig udmærket, hvis planerne nu kan samle patienter, der ikke tidligere har fået genoptræning op andre steder i landet. Det er bare ikke tilfældet her", lyder svaret fra Birgit Ladefoged, der arbejder på medicinsk afdeling.

indgang

■ Hvad er op og ned på debatten om genoptræningsplanerne og den tid, de tager? Johnny Kuhr har besøgt hhv. et sygehus og en kommune for at komme lidt tættere på svaret.

TO TIMER OM DAGEN PÅ AT LAVES PLANER

Hun synes, det er en udfordring at lave genoptræningsplaner for de medicinske patienter, hvor der er mange forhold omkring pleje og andre indsatser, der spiller ind. "Jeg ved ikke, hvad der videre sker, når de kommer hjem. Derfor kan det blive meget hypotetisk, hvad der står i planerne, fordi de enkelte forløb er så forskellige" forklarer Birgit Ladefoged.

Lone Vind har det lidt lettere: "fordi de kirurgiske patienter er bedre beskrevet og dermed enklere at lave en genoptræningsplan for".

Men planerne tager tid, som de flere gange understreger.

"Det er ikke kun os gamle, der ikke har været vant til at skrive så meget. Også de unge, skal være glade for, hvad de laver på arbejde. De nyuddannede, der er vant til at dokumentere og betjene en computer, bliver overraskede, når de starter her og opdager, hvor mange timer de skal bruge på at udfylde planer", påpeger Lone Vind.

Hun vurderer, at hun i gennemsnit bruger to timer om dagen på at skrive genoptræningsplaner.

Johnny Kuhr spørger, om hun synes det er for meget tid at bruge?

"Nej, måske ikke, hvis der er normeringer til det", svarer Lone Vind efter et øjeblik tøven. "Men det er der ikke i dag. Planerne skal laves oven i det øvrige arbejde".

Birgit Ladefoged erkender, at det har svært at vænne sig til, at hun og kollegerne ikke længere skal følge op på forløbene, med mindre der er tale om specialiseret genoptræning.

"Jeg tror, det ville være bedre for alle, hvis kommunerne skulle nøjes med at koncentrere sig som forebyggelse og sundhedsfremme, og vi tog os at genoptræningen".

"Den ide har man forladt", siger Johnny Kuhr. "Kommunerne er blevet en del af sundhedsvæsenet, når det gælder genoptræning".

RESPEKTLØSE POLITIKERE

Rundturen slutter på overfysioterapeut Jørn Lind Jacobsens kontor, hvor der er kaffe i kanden og rundstykker og et lille flag på bordet i anledning af formandens besøg.

Jørn Lind Jacobsen slår fast, at han ikke har noget imod, at den almene genoptræning foregår i kommunerne. "Jeg kan sagtens acceptere den fordeling, der er lavet. Det handler ikke om, hvad vi vil af med, men om hvilke opgaver der ud fra faglige kriterier bør blive ►

Det er en ekstra byrde, at der også skal laves planer for de patienter, der skal genoptrænes på sygehuset, lyder meldingen fra regionssygehuset i Viborg.



- tilbage på sygehusene. Her vil jeg godt advare mod at rykke alt ud fra sygehusene. Det kan eksempelvis blive vanskeligt for os at rekruttere terapeuter fremover, hvis vi kun skal fungere som konsulenter og aldrig kommer til at se et helt forløb”, påpeger han.

Jørn Lind Jacobsen kan godt få øje på nye og spændende opgaver i fremtiden for fysioterapeuter på sygehusene, eksempelvis i akutfunktioner og ambulatorier.

”Men lige for øjeblikket er mit problem, at jeg har



Fysioterapeut Brita Hertz demonstrerer over for Johnny Kuhr, hvordan en genoptræningsplan bliver til. Overfysioterapeut Jørn Lind Jacobsen supplerer.

frustrerede og stressede medarbejdere, fordi de skal bruge tid på at lave genoptræningsplaner oven i de eksisterende opgaver. Jeg synes det er respektløst, når politikerne trækker en ny opgave ned over hovedet på os uden at give os ekstra ressourcer. Kommunerne er ikke på plads, elektronikken er ikke på plads. Og så er Lars Løkke Rasmussen oven i købet så uartig at sige, at der er tale om en opgave, som vi i forvejen skulle have løst. Det passer ganske enkelt ikke”, siger overfysioterapeuten og finder et stykke papir frem.

972 PLANER PÅ TRE MÅNEDER

Her er opgjort, hvor mange genoptræningsplaner, der er lavet de første tre måneder af 2007.

293 i januar, 328 i februar og 350 i de første 28 dage af marts. Det giver i alt 972 planer.

Eller omkring 4000 for hele 2007.

Det skal ses i forhold til, at der i 2006 sammenlagt blev lavet 206 planer.

”Politikerne glemmer helt, at der er behov for en

helt anden type skriftlig dokumentation, når vi skal aflevere patienterne til en anden myndighed, og at vi også skal lave planer for de patienter, der stadig er indlagte. Sådan var det ikke tidligere. Det er et helt andre koncept, der arbejdes efter i dag. Derfor passer det ikke, at vi bare laver det arbejde, som vi tidligere havde pligt til”, siger Jørn Lind Jacobsen.

Johnny Kuhr nikker og henviser til, at det præcist er et af budskaberne i det brev, som Danske Fysioterapeuter og Ergoterapeutforeningen har skrevet til Indenrigs- og Sundhedsministeren. Nemlig, at der er brug for flere ressourcer såvel i kommunerne som på sygehusene, hvis genoptræningsopgaven skal løses på forsvarlig vis. Og at det også er budskabet, som han for øjeblikket rejser rundt med til en række sundhedspolitiske ordførere på Christiansborg.

NØDT TIL AT DOKUMENTERE

”Men samtidig er det min holdning, at vi bliver nødt til at dokumentere, hvad vi laver, hvis vi skal påvise, at patienterne har gavn af genoptræning”, siger Johnny Kuhr.

Det argument godtager Jørn Lind Jacobsen, selv om han ikke er imponeret af de nuværende genoptræningsplaner som bud på en løsning:

”Paradokset er, at kommunerne får en masse oplysninger, som de ikke har brug for, mens de ikke får de oplysninger, de har brug for. De mangler data, fysstatus og røntgenbilleder for at kunne lave en ordentlig genoptræning. Så er det en ekstra belastning, at der skal laves genoptræningsplaner til os selv. Det er unødigt bureaukratisk. Jeg har svært ved at forklare lægerne, hvorfor vi skal lave planerne, og de har svært ved at se, hvad de skal bruge dem til. Det er, hvad vi kalder træls på jysk”.

Johnny Kuhr henviser til, at lægerne selv holder fast i gatekeeperrollen:

”Så længe en genoptræningsplan ifølge loven skal laves ud fra en lægefaglig vurdering, har de også pligt til at sætte sig ind i, hvad meningen med planerne er. Ellers må de overlade det formelle ansvar til terapeuterne”, siger formanden.

Det er Jørn Lind Jacobsen ikke uenig i.

På vej ud af døren forklarer han, at man på sygehusene i Viborg, Skive og Kjellerup, hvor han er overfysioterapeut, har fået dispensation til at bruge sin egen skabelon. Men til oktober skulle MedCom-skabelonen være tilpasset det EPJ-system, som man har arvet fra det gamle Viborg amt.

”Betyder det så, at det bliver lettere at lave genoptræningsplaner?”, spørger Johnny Kuhr.

”Det håber jeg. Men derfra til at få løst alle problemerne er der langt”, siger Jørn Lind Jacobsen. ■

Bassintræning forbedrer funktion

FFY ■ Mange ældre holder af at træne i varmvandsbassin, og det er derfor nærliggende at tilbyde bassintræning i forbindelse med genoptræning. Men er der overhovedet effekt af bassintræning? En gruppe fysioterapeuter fra Fysioterapifunktionen i Ballerup har i et ikke-kontrolleret studie undersøgt effekten af bassintræning på daglige funktioner og har publiceret deres data i en ny artikel på ffy.dk. Henholdsvis 48 og 46 ældre patienter med en gennemsnitsalder på 74,8 og 73 indgik i to uafhængige studier. Som effektmål anvendtes Bergs Balance Skala (BBS), ganghastighed samt smerteoplevelse. Resultater fra første studie: BBS øgedes fra 1. til 2. test med 9,91% ($p < 0,0001$), og normal ganghastighed med 11,99% ($p < 0,0001$). Maksimal ganghastighed øgedes med 13,05% ($p=0,001$). Resultater fra andet studie: BBS øgedes signifikant fra 1. til

2. test med 5,51% ($p < 0,0001$) og den normale ganghastighed med 17,08% ($p=0,0003$). Maksimal ganghastighed øgedes med 9,93% ($p=0,0086$). Resultaterne fra disse to studier viser en signifikant forbedring af deltagerens balance og ganghastighed på land. Der

blev kun registreret beskedne bivirkninger som følge af bassintræningen, idet kun to deltagere i andet studie angav smerte eller overbelastning som følge af træningen. Denne undersøgelse fra Ballerup Kommune er af stor betydning, mener lektor, ph.d. og fysioterapeut Hans Lund fra Parker Institutet på Fre-

deriksberg hospital, der er medforfatter til artiklen. Da han tilbage i 2004 læste om effekten af bassintræningstilbuddet i Ballerup i Fysioterapeuten, kontaktede han fysioterapeuterne og opfordrede dem til at publicere deres data i en videnskabelig artikel og tilbød at hjælpe dem i denne proces. "Her havde vi en gruppe fysioterapeuter, der havde data fra deres daglige praksis. Deres effektmåling kan få betydning for det videre arbejde med at dokumentere og udvikle bassintræning. Resultaterne er vigtige og kan danne basis for gode klinisk kontrollerede undersøgelser", siger Hans Lund.

Andreasen D, Hansen JR, Møhncke M, Lund H (2007, 13. april). Bassintræning for en heterogen gruppe af pensionister – to ikke-kontrollerede effektmålingsstudier Forskning i Fysioterapi (online) 5. årg. s. 1-11. URL: www.ffy.dk/sw13416.asp

fysnyt

Konkurrenterne anbefaler ROHO® når tryksår opstår

Hvorfor vente?

ROHO® trykaflastende siddepude er velegnet til aflastning og behandling af brugere i højrisikogruppen – selv når tryksår er opstået.

"Jeg går som en fuld sømand", mener Vera, der er glad for at få besøg og en snak i gangbarren. Hun fortæller Johnny Kuhr, at hendes mål er at komme på stavgangsholdet, og at hun er godt på vej: "Før var jeg 20 minutter om at gå til bussen, nu kan jeg gøre det på 12".





Det er fedt med ICF

En genoptræningsplan er et rigtig godt værktøj, men kun hvis den er ordentligt udfyldt. Det var et af de budskaber, Johnny Kuhr fik med sig hjem, da han aflagde besøg i en kommune

AF JOURNALIST ANNE GULDAGER

FOTO HEINE PETERSEN

Alt er nyt på Kærbo. I træningssalen, der har loft til kip og masser af dagslys selv på en gråvejrsdag, står et splinternyt skelet. Indkøbt til de ryg- og bækkenhold, der efter kommunalreformen har holdt deres indtog i træningssalen på centeret i Ishøj, syd for København.

Danske Fysioterapeuters formand Johnny Kuhr og fagbladets udsendte har sammen forladt sekretariatet på Nørrevoldgade for at komme ud og snuse lidt til virkeligheden i en kommune, her tre måneder efter kommunalreformen trådte i kraft. Johnny Kuhr vil med egne øjne ud og se, om det er rigtigt, at kommunerne er ved at drukne i patienter til genoptræning efter sygehusophold, og han vil se en genoptræningsplan. Se, hvordan sådan en ser ud, når kommunen får den i hånden, og finde ud af, om den gør fyldest og er det store arbejde på sygehusene værd.

NYE OMGIVELSER

På Kærbo lugter virkeligheden af nyt træ. Centret blev taget i brug i efteråret, og i stueetagen er håndværkerne langt fra færdige endnu.

De splinternye omgivelser matcher en hverdag med nye kolleger, nye opgaver og nye arbejdsgange. Ledende fysioterapeut Randi Bitsch viser stolt lokalerne frem og fortæller om, hvordan tre terapeuter fra Ishøj og fem fra Vallensbæk er blevet til 12 i den nye fusioerede kommune.

Ikke alle 12 har dog deres daglige gang i Ishøj. En lille håndfuld er fast i Vallensbæk, mens nogle er tre dage det ene sted og to dage det andet. Man flytter med opgaverne. Dels så borgerne kan få genoptræningen i nærheden af, hvor de bor, og dels så den terapeut, ►

- der for eksempel har mest forstand på knæ, også er den terapeut der har knæholdet.

Det er et tilfælde, at der denne formiddag kun er ældre borgere til vedligeholdende træning i salen, forklarer Randi Bitsch. "Vi tager ikke hensyn til, om borgerne skal trænes efter serviceloven eller efter sundhedsloven, men blander bolcherne. Et styrkehold kunne for eksempel godt være for begge grupper", forklarer hun.

Johnny Kuhr ser en anelse bekymret på den gruppe af ældre mennesker, der denne formiddag er ved at træne benene i en omgang stolegymnastik. "Hvad vil Kasper, der er kommet til skade i en fodboldkamp, sige til at blive genoptrænet på et plejehjem?" spørger han med henvisning til, at Kærbo foruden at være genoptræningscenter med otte døgnpladser også rummer 52 plejeboliger.

Den bekymring har Randi Bitsch også haft, fortæller hun, men hun har den ikke længere. "Vi fik to lidt negative reaktioner, kort efter vi var startet. Den ene var fra nogle forældre til en idrætsskadet dreng, der var bekymrede for, om vi nu også havde de nødvendige kompetencer i forhold til genoptræning af hans skadede knæ. Den anden kom fra en kvinde i fyrrerne, der ikke havde lyst til at træne på et plejehjem. Men vi har ikke hørt noget siden. Når folk først er kommet herop og oplever, at det ligner et fitnesscenter eller en klinik, så har de ingen problemer med at komme her".

DET KNIBER MED TIDEN

Da Ishøj Kommune ligesom mange andre kommuner oplever at få en del flere patienter til genoptræning end forventet, er det svært at få enderne til at nå sammen, beretter Randi Bitsch.

"I sundhedsloven står, at borgerne skal have besked om tid og sted inden for fem dage, og den frist overholder vi. Vi overholder det administrative, men det træningsmæssige er begyndt at knibe".

I Ishøj har terapeuterne deres eget visitationsteam og er ikke underlagt en BUM-model (adskillelse af "bestiller og "udfører"). Alle de henviste borgere kommer ind til

en times vurdering, hvor de gennemgår en eller flere relevante test afhængig af diagnose.

"Dem, der skal på hold, er de heldige, for de kommer til med det samme, mens nogle af dem, der skal til individuel træning nu har ventet i næsten en måned", siger Randi Bitsch, der er meget opmærksom på, at de nye opgaver ikke må få negative konsekvenser for borgere, der skal have vedligeholdende træning efter serviceloven.

Johnny Kuhr vil gerne vide, om overarbejde er en mulighed for at få nedbragt ventetiden. "Men genop-

træning er jo vigtigt, så vi skal passe på med ikke at sende et signal om det modsatte. Overarbejde er hverdag i plejen, og det sender et signal om, at her det er altså så vigtigt, at det ikke kan vente, men vi er tilbøjelige til at læne os lidt mere tilbage", siger han.

Randi Bitsch er enig, men mener ikke, det er en farbar vej at kommandere sit personale til overarbejde. "Jeg vil hellere have en terapeut mere eller en vikarnormering". Til gengæld ser hun meget gerne, hvis nogle af terapeuterne får lyst til at arbejde på lidt skæve tider dels for at udnytte faciliteterne noget mere, dels for at imødekomme behov for borgere, der går på arbejde. "Jeg vil gerne have hold senere på eftermiddagen, men der er ikke nogen efterspørgsel fra borgere endnu. Jeg har for nylig besøgt en rehabilite-

eringsenhed, der havde haft forsøg med lørdagsåbent, men det havde vist sig, at behovet ikke var der".

Johnny Kuhr: "Nogle mere brugervenlige åbnings-tider vil måske kunne give centeret et mere dynamisk image. Jeg synes jo, vi skal være klar til at være der, når patienterne er der, men vi skal selvfølgelig ikke opfinde et behov, der ikke er der".

PLANER AF SKIFTENDE KVALITET

Efter en tur rundt på Kærbo, bliver formanden vist ind på kontoret til en kop kaffe og en genoptræningsplan.

Randi Bitsch fortæller, at selvom der er kommet færre patienter til genoptræning efter sundhedsloven i februar, end der gjorde i januar, kommer tallet langt fra til at passe med det forventede antal.

"Det er med til at vælte læsset, at vi ikke har kunnet



forudse, hvad der ville komme af patienter fra diverse lægeklinikker og andre hospitaler end nærhospitalet”, forklarer hun.

Planerne, der kommer fra Glostrup, Frederiksberg, Herlev og privathospitalet Hamlet er af meget forskellig beskaffenhed. For de flestes vedkommende er kun forsiden et selvstændigt produkt, mens det følgende er kopi af operationsbeskrivelser og journaluddrag.

”Vi har kun set få planer baseret på MedCom-ska-belonen – de er langt bedre. Der er alle de oplysninger vi har brug for, og det er fedt med ICF”, siger Randi Bitsch, mens hun bladrer i bunken og stopper ved en plan, hvoraf det fremgår, at patienten under indlæggelsen har fået ”vanlig regime”.

”Hvad skal vi bruge den oplysning til? Vi kan jo ikke vide, hvad deres vanlige regime er”.

Randi Bitsch bladrer videre. ”Her er en, hvor vi for en gangs skyld kan læse navnet på den, der har skrevet under, det er meget rart. Men patientens telefonnummer mangler, og der mangler ICF-klassifikation”.

Er der en forskel på de planer, der er udarbejdet af en terapeut og dem, der kommer fra en læge, vil Johnny Kuhr gerne vide.

Det mener Randi Bitsch, der er. Terapeuternes er så absolut de bedste, og det er oplagt, at det er terapeuter, der skriver til terapeuter, mener hun. ”Men der er jo en del patienter, der slet ikke bliver set af fysioterapeuter under indlæggelsen eller til afsluttende ambulante vurdering...”.

Det mener Johnny Kuhr er et spørgsmål om blandt andet autonomi. ”Måske skal fysioterapeuter se noget andet og noget mere, end vi gør i dag”, funderer han og bakkes straks op af Randi Bitsch, der sagtens kunne forestille sig en hverdag, hvor fysioterapeuter gik stuegang og på den måde kvalificerede vurderingen af, hvilke patienter der har behov for genoptræning.

Har kommunen fået nogle af de patienter, der ellers får vederlagsfri fysioterapi?, vil Johnny Kuhr gerne vide.

”Vi kan ikke rumme alt, og vi skal heller ikke tage brødet ud af munden på nogen. Men får man i forvejen kommunale ydelser som eksempelvis hjemmehjælp og madservice og har brug for et helhedsorienteret tilbud, så kan man komme til træning her. Jeg har haft et møde med en kliniker, som var bekymret, men jeg fik forklaret, at vi ikke har taget noget fra dem”, fortæller Randi Bitsch, hvortil formanden bemærker, at man altid er nervøs, når driften er i klemme.

FORSKELLIGE KRITERIER

I en bunke for sig selv ligger alle de planer vedrørende specialiseret genoptræning, som kommunen får, selvom træningen skal foregå på sygehuset. På sygehusene har mange terapeuter svært ved at acceptere, at de skal bruge tid på at skrive til sig selv, men da

det er kommunerne, der skal betale for genoptræningen, også selvom den foregår på sygehuset, er disse genoptræningsplaner lige så vigtige som de almene, mener Randi Bitsch. Men vel at mærke kun, hvis det, der står i dem, giver mening.

”Specialiseret genoptræning på hjertehold efter hjertesygdom”, læser hun højt. ”Det bliver vi jo ikke meget klogere af”.

Selvom særligt de specialiserede planer ofte er mangelfulde, giver de et godt billede af, at der er stor forskel på, hvor de forskellige sygehuse trækker grænsen mellem almen og specialiseret genoptræning. Ét sygehus beholder eksempelvis al genoptræning, der har med hænder at gøre, mens andre sender det ud, fortæller Randi Bitsch.

I det hele taget sker det ofte, at hun sidder med en plan til specialiseret genoptræning og undrer sig over, hvori det specialiserede består og over, hvorfor patienter ikke bliver sendt ud i kommunen. Men foreløbig undrer hun sig i stilhed ”Jeg har ikke løftet det op på et højere niveau endnu. Vi skriger jo ikke ligefrem efter arbejde”. ■



CAVALIER




Nyt tilbehør til Cavalier

Aftagelig og justerbar hofstestyring, ryg/nakkestøtte, bordplade, kasse med låg evt. klargjort til talemaskine.




REHAB 07
Stand A-1282

Petra by Connie Hansen
Tel: +45 4819 5064 Fax: +45 4819 5066
mail@petrabike.com www.petrabike.com

For og imod mere i løn

Der er absolut ikke enighed om, hvad der skal prioriteres først, da tre fysioterapeuter fra Horsens Kommune mødes for at tale om krav til den kommende overenskomst

AF ANNE GULDAGER
FOTO GREGERS KIRDORF

Lønnen skal op, og selvom efteruddannelse er en god ting, skal den på ingen måde finansieres med overenskomstmidler. Sådan lyder ét synspunkt.

Det, der gør det værd at være fysioterapeut, er ikke lønnen, men den faglige udvikling, så uddannelse skal prioriteres over løn. Sådan lyder et andet.

Fagbladet er draget til Horsens for at få et kommunalt bud på, hvad der skal prioriteres ved de kommende forhandlinger af overenskomsten på det offentlige område. Men eftermiddagen i på Ceres Centeret i Horsens afslører, at det ikke er muligt at få ét bud. Vi får flere. De tre fysioterapeuter, Ingelis Ribberholt, Mai-Britt Thyrring og Martin Blomberg er nemlig langt fra enige.

LØNNEN ER TIL AT LEVE AF

Ingelis Ribberholt lægger ud. Lønnen er vigtigst. Den skal hæves generelt, og der skal arbejdes hen imod en

udvaskning af områdetillægget. Det er det samme stykke arbejde, man udfører som fysioterapeut, uanset hvor i landet man gør det. Og det bliver en ond cirkel at lade lønnen følge huspriserne - for det virker jo også den anden vej, mener hun.

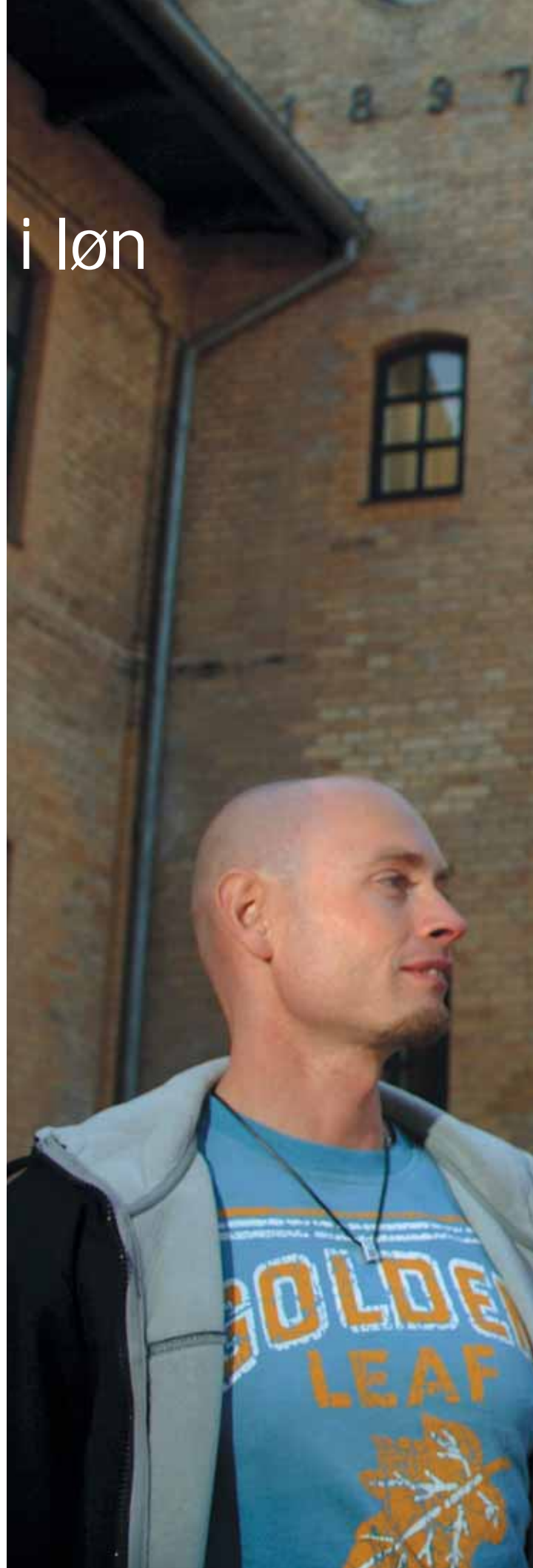
Mai-Britt Thyrring har langt fra det samme fokus på lønnen som sin kollega: "Det er da dejligt at få en højere løn, men for mig er løn ikke det altoverskyggende. Jeg lever jo af den løn, jeg har. Selvom det kan være lidt enerverende at være kommet på slutløn efter fire år, synes jeg det fylder mere, at vi har fået mange flere specifikke opgaver og derfor har brug for noget uddannelse. Det betyder meget mere for

mig, at jeg får lov at udvikle mig og mit fag. Det her er jo et fag, hvor man langt fra er færdiguddannet, når man forlader skolen. Det er ikke fordi, jeg absolut selv vil betale for det, og jeg vil selvfølgelig meget gerne ▶

indgang

■ Optakten til overenskomst 2008 (OK08) er i gang. Alle fysioterapeuter i regioner og kommuner har modtaget et debatoplæg, og på fysio.dk kan man afgive sine ønsker til indholdet af en kommende overenskomst.

Fysioterapeuten har med debatoplægget i hånden besøgt to arbejdspladser i hhv. region og kommune. Vi lagde ud i sidste nummer på Hvidovre Hospital, og denne gang er vi taget til Horsens kommune.



Martin Blomberg, Mai-Britt Thyrring og Ingelis Ribberholt foran Ceres Centeret i Horsens, hvor de tre arbejder med kommunal træning og forebyggelse.



- ▶ have *både* uddannelse og løn, men jeg tror bare ikke på, at jeg kan få begge dele".

Også Ingelis Ribberholt ser meget gerne, at arbejds-giverne prioriterer mere efter- og videreuddannelse, men der skal ikke bruges overenskomstmidler til formålet.

"Jeg vil gerne have uddannelse, men ikke som indirekte løn. Hvis uddannelse skal spille en rolle i overenskomsten, skal det være i form af en bemærkning om, at KL skal prioritere uddannelse i sundhedssektoren".

Heller ikke Martin Blomberg er i tvivl om, hvad han ville vælge: "Vi har ét stort overordnet problem, og det er vores løn. Vi befinder os i en slags parallelsamfund i forhold til det private arbejdsmarked, der har råd til bedre boliger osv. Vi vil også med til den fest! Kommunerne har sovet i timen, og hvis de fremover skal kunne få fat i de rigtige folk, er de nødt til at komme op med nogle lønkroner".

Mai-Britt Thyrring supplerer: "Nogle steder er kommunerne blevet gennemgangslejr for nyuddannede".

Martin Blomberg mener, at lønloftet skal ske på basisstillingerne. "Startlønnen er fin, men når man har været i faget i nogle år og begynder at få ansvarsfulde opgaver, så begynder det at halte", siger han.

Ny landsforening for visitatorer

En gruppe visitatorer har i samarbejde med Omsorgsorganisationernes Samråd stiftet en landsdækkende tværfaglig interesseforening for visitatorer og tilbyder dig medlemskab.

Landsforeningen er en tværfaglig interesseforening for visitatorer og har til formål at sikre og udvikle kvaliteten i visitationen og de visiterede ydelser bl.a. ved at:

- udvikle faglige netværk på landsplan
- synliggøre den faglige indsats og de sundhedsfaglige og samfundsmæssige konsekvenser og muligheder i relation til visitation
- i samarbejde med andre i social - og sundhedsfagligt arbejde at fremme sundhed og social - og sundhedsfaglig forebyggelse

Landsforeningens sekretariat betjenes af Omsorgsorganisationernes Samråd, tlf. 38 77 07 20.

Du kan få flere oplysninger hos landsforeningens ressourceperson Birgitte Vølund, Sygeplejerske, master i gerontologi på tlf. 70 25 34 28 eller på www.os-samraad.dk.

PENSION OG FRIT VALG

Ingelis Ribberholt er den af de tre, der er tættest på pensionsalderen, om end den med hendes 42 år stadig synes overordentlig fjern. Hun mener, at Danske Fysioterapeuter skal gå målrettet efter at komme fra 16 procent op på 18 procent i pensionsbidrag og ikke lade sig distrahere af, at andre grupper i Sundhedskartellet ikke er nået længere end 13.

"Jeg synes godt, vi kan arbejde mod de 18 procent med det samme. Hvorfor skulle vi vente på de andre? Hvis vi venter, til vi alle sammen er på 16 procent, kan vi risikere, at vi får sværere ved at kunne komme højere op, fordi vi så er blevet lige".

For Mai-Britt Thyrring, 31, fylder spørgsmålet om pensionens størrelse endnu ikke så meget. "Lige nu vil jeg hellere have løn end pension, så kan jeg selv lægge det til side, jeg synes, der er brug for", forklarer hun og bakker dermed op om tankerne om mere frit valg mellem eksempelvis løn og pension. "Frit valg skal ikke fylde for meget, men det er da i tråd med tiden, at man har lidt medbestemmelse".

Ingelis Ribberholt er uenig. Frit valg vil medføre en risiko for, at folk ikke får sparet op til pension, mener hun. Hun er desuden bange for, at det kan gøre det vanskeligere at lægge en samlet overenskomststrategi fremover, hvis fysioterapeuterne får spredt sig for meget og derfor ikke kan blive enige om at gå samlet efter én ting.

Martin Blomberg fastholder, at lønnen er og bliver det altoverskyggende problem. "De nuværende 16 procent er fint. 18 procent er et godt mål som jeg har det fint med, at der arbejdes frem imod, men jeg mener ikke, at det er det, der skal tages afsæt i nu, fordi der ikke er der problemet ligger, men i lønnen".



Martin Blomberg er 39 år. Han blev færdiguddannet i 2000. Har været i Horsens Kommune i 4½ år, hvor han arbejder med genoptræning og vedligeholdende træning samt med håndtering af den ergonomiske del af arbejdsmiljøet i hjemmeplejen. Er ligesom Mai-Britt Thyrring type 2-diabeteskonsulent og arbejder med træning af ældre udendørs. Har bijob i et motionscenter i Århus og har tidligere været i en institution for senhjernskadede i Århus Kommune.

Martin Blomberg er da også påfaldende tavs, da snakken senere kommer til at handle om eventuelle seniorordninger med deltid og fuld pensionsindbetaling. Hvis en arbejdsgiver vil holde længere på ældre medarbejdere ved at sætte dem ned i tid og give dem fuld pension, så må arbejdsgiveren selv gå ind og finde pengene til det, mener han.

Mai-Britt Thyrring derimod synes, der er musik i forslaget: "Det lyder godt med nedsat tid til seniorer med fuld pensionsindbetaling. Vi bruger vores krop meget, så det er ikke sikkert, at vi kan blive ved med at holde til at arbejde 37 timer".

ET ARBEJDSLIV MED BUM

Samtalen mellem de tre fysioterapeuter i Horsens kommer hurtigt til at handle om noget helt andet end løn og pension. De tre har læst Danske Fysioterapeuters debatoplæg om overenskomsten og er faldet over ordene "et bedre arbejdsliv".

Horsens Kommune har i lighed med mange andre kommuner netop indført BUM-modellen (adskillelse af "bestiller" og "udfører") på træningsområdet, således at fysioterapeuterne ikke længere selv visiterer. Det har med ét slag kvalt arbejdsglæden, mener de tre. Så selvom BUM ikke er et overenskomstanliggende, er det magtpåliggende for dem at få lidt afløb for det, der i den grad sætter sit præg på deres arbejdsliv:

"Vi er ikke selvtilrettelæggende mere. Nu er det andre faggrupper, der tilrettelægger vores arbejde. Jeg mener godt, at man i en overenskomst kan formulere noget om, at det fysioterapeutiske arbejde er selvstændigt og bygger på en uddannelse og en faglig autonomi, man ikke kan tage fra os", siger Ingelis Ribberholt.

Martin Blomberg forklarer, at det er på grund af et spændende jobindhold, at han på trods af lønnen vælger at være kommunalt ansat. Men med den nye måde at organisere arbejdet på, kan det spændende meget let risikere at fordufte, mener han. Han bakkes op af Mai-Britt Thyrring, der inden hun kom til Horsens, rejste fra en stilling i en anden kommune netop på grund af BUM-modellens indførelse. "Vi kan slet ikke tale om arbejdsliv uden at tale om BUM. Det er ikke vigtigt for os, om vi har X antal fridage efter en nattevagt, for vi har ingen nattevagter. Men det er vigtigt for os, om vi har mulighed for selv at tilrettelægge vores arbejde".

Martin Blomberg: "Flere fridage er ikke afgørende for, om man bliver nedslidt. Det er en meget større stressfaktor ikke at have indflydelse på planlægning af eget arbejde. BUM lægger det i rammer og gør det rigtigt".

DER SKAL SES PÅ TILLÆGGENE

Men tilbage til det, der i dag er direkte styret af overenskomsten. De tre er enige om, at med de nye opgaver

Mai-Britt Thyrring er 31 år. Hun blev færdiguddannet i 2002. Har arbejdet 2½ år i Horsens kommune, heraf halvandet år med genoptræning og vedligeholdende træning på Ceres Centret. Sammen med Martin Blomberg står hun for et tilbud om balancetræning i naturen. Hun er desuden type 2-diabeteskonsulent, hvilket indebærer såvel undervisning som skriftlig formidling og en slags tovholderfunktion i distrikt nord. Desuden undervisning og træning i forflytninger og arbejdsmiljø for hjemmeplejegrupperne. Tidligere har hun arbejdet i Vejle Kommune og en smule på klinik og motionscenter.



og ikke mindst de nye patienter, som med kommunalreformen er strømmet ud i kommunerne, vil der komme et behov for at se på arbejdstiderne. Folk i arbejde vil til genoptræning i fritiden, og fysioterapeuterne vil blive mødt med krav om aften- og weekendarbejde. Den udvikling skal en ny overenskomst være forberedt på, mener de, og det vil derfor være oplagt at se på tillæggenes størrelse.

Op så lige en sidste hilsen fra Horsens til forhandlerne: Den 31. december måtte meget gerne blive til en fredag på linje med den 24. december. "En af os skal være her om formiddagen, og det er simpelthen noget pjat! Hvis man spørger folk, om de vil træning den nytårsaftensdag, ser de på en, som om man var vanvittig", siger Mai-Britt Thyrring. ■

Ingelis Ribberholt er 42 år. Hun blev færdiguddannet i 2002, hvorefter hun kom til Horsens Kommune, hvor hun arbejder i Ceres Centret med genoptræning og vedligeholdende træning samt forflytningsbeskrivelser og undervisning af personale. Hun er desuden tillidsrepræsentant for tre fysioterapeuter og seks ergoterapeuter i distrikt Nord i Horsens Kommune.



Netværk for visitatorer

Kontakt ■ Startskuddet for et netværk for visitatorer gik med annoncering i Fysioterapeuten nr. 18, 2006. Her meldte Anne Kirstine Jensen, Visitator i Dronningelund, sig som koordinator. Ideen er at få så mange visitatorer som muligt med i et netværk for at skabe en platform for vidensdeling mellem visitatorer.

I forbindelse med kommunalreformen og dannelse af nye storkommuner har Anne Kirstine Jensen i imidlertid fået ny kontaktd adresse. Da der ikke ved henvendelse til den gamle adresse henvises til den nye adresse, bedes alle, der har henvendt sig til Anne Kirstine Jensen efter 1. januar 2007 gensende henvendelsen til den nye adresse: anne.kirstine.jensen@99454545.dk
Er du allerede medlem af netværket, bedes du meddele eventuel ændring af egen kontaktd adresse samme sted.



Genoptræning på klinikkerne. Nyt fra Region Midtjylland

Midt ■ I mere end halvdelen af kommunerne i Region Midtjylland er de praktiserende fysioterapeuter med til at løfte den kommunale genoptræningsopgave. Og flere er på vej. Det er blandt andet et resultat af dannelsen af netværk mellem praktiserende fysioterapeuter i de nye kommuner.

Kommunerne tilrettelægger genoptræningen på forskellige måder. Du kan finde en oversigt over, hvilke genoptræningsopgaver kommunerne har hjemtaget på midtjylland.fysio.dk. Her kan du også se, hvilke kommuner der har aftaler med fysioterapiklinikker, samt navnene på netværksansvarlige praktiserende fysioterapeuter i regionens kommuner.

Undgå IT kaos på klinikken

ComplimentaWork - Internet kliniksistem

- Medcom godkendt
- Automatisk opdatering af Sygesikrings- og Danmarkssatser
- Bookingportal på internettet

Lav - garanteret fast - startpris:
F.eks. DKK 2.650,- (excl. moms) for 4-mandsklinik, inkl træningssession og start-opsætning.

Lav - garanteret fast - månedspris:
F.eks. DKK 1.100,- (excl. moms) for en 4-mandsklinik (DKK 1.450,- med fri telefonisk support).

Vi kan også levere en total IT-pakke med erhvervsleasing.



Ring og aftal
en uforpligtende
demonstration af
complimentaWork på
tlf. 8020 8320

Vær kritisk over for konceptkurser

Kurser, som bygger på empiri, bør ikke markedsføres som evidensbaserede

DEBATINDLÆG AF:

THOMAS BANDHOLM, PH.D.-STUDERENDE, CAND.SCIENT., FYSIOTERAPEUT

ILLUSTRATION PETER M. JENSEN

Fysioterapeuter er generelt glade for at tage på kurser. Det er vi, fordi vi ønsker, at vores behandlinger hjælper de patienter, som søger vores hjælp. Netop af denne årsag er vi en interessant målgruppe for udbydere af kurser, der omhandler en ny og spændende behandlingsteknik eller koncept. Dette er ikke en ny tendens. Overvej blot: Bobath, ABC, Kinetic Control, Primal Reflex Technique, Kranio-sacral terapi, ANT, og find selv på flere.

Med det øgede fokus på evidens-baseret praksis, der har været de senere år, markedsføres flere kurser som evidensbaserede. Et eksempel fra Fysioterapeuten nr. 7, hvor der reklameres for kurset Primal Reflex Release Technique, er, at kurset er: "en nylig udviklet behandlingsmetode...et koncept uden bivirkninger...men med voldsom stor effekt i relation til normalisering af muskeltonus og muskelsmerte..."

Jeg skrev derfor følgende til udbyderen af kurset: "Jeg har et enkelt spørgsmål i forhold til jeres nyeste reklame for kurset "Primal Reflex Release Technique." I skriver i reklamen, at teknikken er ny. Derfor undrer det mig, at der åbenbart allerede eksisterer videnskabelige studier, der kan påvise, at teknikken har, som I skriver i reklamen: "... rigtig stor effekt i relation til normalisering af muskeltonus og smerte..." Skulle dette være tilfældet, så er jeg meget interesseret i at få kendskab til disse studier. Hvis ikke, så mener jeg at markedsføringen af kurset bør afspejle dette. At det er et kursus, som bygger på empiri og intet andet. Det er der intet forkert i, men det er der i at indikere, at der er evidens for effekt af teknikken".

Efter tre uger uden et svar skrev jeg følgende: "Idet jeg ikke har modtaget et svar på mit spørgsmål, og jeg kan se, at I har ændret teksten i jeres annonce fra "...en rigtig stor effekt..." (i Fysioterapeuten nr. 5) til "...en voldsom stor effekt..." (i Fysioterapeuten nr. 6), så må I være endnu mere sikre på evidensen for behandlingens effekt. Jeg ser derfor stadig frem til at modtage den videnskabelige litteratur, som kan dokumentere dette. Jeg håber stadig, at I ønsker at deltage i debatten.

Jeg vil med dette læserbrev opfordre til, at man som ny (og gammel) fysioterapeut stiller krav til udbyderen af et givent kursus,

man tiltænker at gå på. Specielt hvis det markedsføres som evidensbaseret eller i stil med "en behandlingsform med effekt i forhold til normalisering af en given dysfunktion".

Et godt sted at starte kunne være at kontakte kursusudbyderen og bede om at få tilsendt den videnskabelige dokumentation, som underbygger disse udsagn. Ellers kan jeg varmt anbefale artiklen: "How should treatments be critiqued for scientific merit" af Susan R Harris. Den gennemgår seks kriterier, som man kan bedømme effekten af en given behandlingsteknik på. Det kommer nok ikke som nogen overraskelse, at jeg mener, at vi som faggruppe bør stille større krav til vores kursusudbydere. Vi er så videns-hungrende som faggruppe, at vi samtidig udgør en stor potentiel indtægtskilde. Derfor bør vi søge at få mest valuta for vores penge.

Det bør understreges, at ovenstående eksempel ikke er et forsøg på at hænge pågældende kursusudbyder ud. Det kunne i princippet have været en hvilken som helst anden udbyder af konceptkurser. Det skal også påpeges, at der bestemt eksisterer kursusudbydere, som er deres videnskabelige ansvar bevidst. I den forbindelse er der heller intet galt i at udbyde kurser, som bygger på empiri, de bør blot ikke markedsføres som evidensbaserede. ■

Referencer: Harris SR (1996). How should treatments be critiqued for scientific merit. Phys Ther 76: 175-181



KALENDER

Her annonceres møder samt bringes nyt fra regioner, faggrupper, fraktioner m.fl.

Materiale bedes sendt på email: redaktionen@fysio.dk eller med post til: Danske Fysioterapeuter redaktionen Nørre Voldgade 90 1358 København K.

Yderligere oplysninger:
Jonna Søgaard Harup
tlf.: 33 41 46 32
fax: 33 41 46 14

Fysioterapeuten nr. 10/11
udkommer 1. juni

Deadline 16. maj

Fysioterapeuten nr. 12
udkommer 15. juni

Deadline 31. maj

REGION HOVEDSTADEN

■ NATUREN SOM BE-
TYDNINGSFULD RUM
FOR PATIENTERS
LÆRING AF BEVÆ-
GELSE

Fyraftensmøde

Tid: Onsdag den 30. maj
kl. 17 – 20.

Sted: Vi starter i Klampenborg Fysioterapi, Dyrehavevej 2 - lige overfor Klampenborg Station - med en kort introduktion og fortsætter i Dyrehaven (Jægersborg Skovdistrikt). Det er gratis at deltage, men tilmelding er nødvendig på mail KC@kirstenfys.dk, da deltagerantal er max 25.

Oplægsholder: Nina Schriver, ph.d. fysioterapeut, som med afsæt i sin nyeste bog "Når læring bevæger" vil give deltagerne både praktisk og teoretisk indblik i naturens betydning for læring af bevægelse.

Oplægget handler om en moderne forståelse af genoptræning både som individuelt tilpasset og som indvævet i en kontekstuel læringsproces.

Påklædning: Deltagerne bedes komme i tøj de kan bevæge sig i udendørs uanset vejret.

Hver deltager bedes på forhånd vælge en bevægelsesproblematik eller en konkret patient de gerne vil have inspiration til at arbejde med. Ønsket noteres i kort form og sendes til Nina Schriver

på ns@movementor.dk 3 dage før.

REGION MIDTJYLLAND

■ PSYKOSOMATIK – TEORI OG PRAKSIS
Det praktiske indhold tager udgangspunkt i Body Awareness Therapy
Overalt i behandlingssystemet møder vi mennesker med bekymringer, angst og stress. Dette viser sig på forskellig vis i kroppen – som psykosomatiske spændinger og smerter m.v.

Inspiration og diskussion af hvordan vi bedst håndterer dette område.

Underviser: Jytte Munkholm som er godkendt specialist indenfor psykiatrisk og psykosomatisk fysioterapi. Selvstændig fysioterapeut på klinikken Mind-Body i Århus.

Tid og sted:
Tirsdag d. 22. maj kl. 19. - 21.30, på Århus Sygehus, Nørrebro gade, bygning 1, 1. sal, konferencerum.

Onsdag d. 23. maj kl. 19 -21.30, på Regionshospitalet i Holstebro, træningssalen i ergo- og fysioterapiafdelingen. Deltagelse gratis. Der er begrænset plads. 30 personer pr. gang.

Tilmelding på cvbj@stofanet.dk, blot et navn og antal personer, senest den 16. maj. Medbring et tæppe, måtte eller lign til praktiske øvelser.

■ TR-MØDE
for fysioterapeuter i den østlige del af Region Midtjylland

Tid: Mandag den 21. maj
kl. 12.30 – 15.30.

Sted: Mindegade 10, Århus C.

Tilmelding og dagsordenspunkter til mødeleder senest tirsdag den 8. maj.

Mødeleder: Kirsten Breindahl, Århus Sygehus, Tage-Hansensgade.

Mail: fys03kb@as.aaa.dk
evt. tlf. 51890498 efter 16.

REGION SYDDANMARK

■ BOLDTRÆNING/PI-
LATES

Fysioterapeut Helle Torp underviser i Boldtræning/Pilates.

Tid: Torsdag den 31. maj
kl. 19 - 21.30.

Sted: Vejle Handicapcenter, Grønnegade 7, Vejle.
Deltager: Max 20 deltagere og medbring stor bold.

Tilmelding: Marianne Schultz, telf. 7555 3717 eller mail: marianne@aaganet.dk senest den 22. maj og oplys arbejdssted og tlfnr. og hvor mange I ønsker at deltage.

REGION NORDJYLLAND

■ MØDE FOR PRAKTI- SERENDE FYSIOTERA- PEUTER

Sæt kryds i kalenderen

Tid: Tirsdag den 8. maj
kl. 19 – 21.30.

Sted: Regionskontoret,
Sofieldalsvej i Aalborg.
Tema for mødet vil blive
annonceret særskilt.

FAGFORA FAGGRUPPER



■ EPILEPSI – VED DU VIRKELIG NOK?

Tid: Torsdag den 7. juni
kl. 18 - 20.30.

Sted: Lions Kollegiets
klublokaler, Tuborgvej
181, København NV.

Deltagerantal: 35 per-
soner.

Arrangementet vil blive
gennemført ved mindst
20 tilmeldinger.

Pris: Medl. af faggruppen
100 kr. Ikke medl. af fag-
gruppen 125 kr.

Undervisere: Projektsy-
geplejerske Klaus Ehren-
reich, Epilepsihospitalet
Dianalund.

Formål: At få generelt
kendskab til årsager til
epilepsi for mennesker
med både erhvervede og
medfødte hjerneskader.

Program:

- Kort gennemgang af
epilepsiens historie

- Hvad er epilepsi?
- Hvilke årsager kan der
være til epilepsi?
- Forskellige anfaldsty-
per
- Hvordan observerer du
et anfald?
- Kort gennemgang
af akut og generel
anfaldsbehandling

Der vil blive serveret en
forfriskning i løbet af
aftenen.

Tilmelding: Senest 21.
maj på mailadresse:

gittewikke@hotmail.com

eller via Neurologisk

Faggruppes hjemmeside:
www.neurofysioterapi.dk

Faggruppens medlem-
mer vil blive prioriteret
frem for ikke medlemmer.
Når tilmeldingsfristen er
udløbet vil du få besked
om du er optaget.

Betaling vil ske ved ind-
gangen.



■ 3. NORDISKE LYMFØ- LOGIKONGRES 2007

Tid: Torsdag den 30.

– Fredag den 31. august
samt lørdag den 1. sep-
tember.

Sted: Comwell Borupga-
ard, Nørrevej 80, Snek-
kersten, www.comwell.com.

Program:

Torsdag:

9.00 – 10.15 Registrering.

Kaffe / the

10.15 – 10.30 Velkomst

v/ næstformand for

Danske Fysioterapeuter

Birgitte Kure.

10.30 – 11.30 "Anatomy
of the equine manual
lymphdrainage" v/ pro-
fessor, dr.med.vet. Dirk
von Rautenfeld, Tyskland.

11.30 – 11.45 Pause.

11.45 – 12.45 "Non inva-
sive treatment of lympho-
edema" v/ Læge dr.med.

Roman Strössenreuther,
Tyskland.

12.45 – 14.15 Frokost/

lunch, samt besøg hos
udstillerne.

14.15 – 15.15 "Genetisk

årsag til lymfødem" v/
professor, dr.med. Øystein
Aagenæs, Norge.

15.15 – 16.00 Kaffe/the,
besøg hos udstillerne.

16.00 – 16.30 "Fysisk
træning til lymfødempa-
tienter"

v/ fysioterapeut, Ph.d.

Karin Johansson, Sverige.

19.00 Middag

Fredag:

9.00 – 10.00 "Afspæn-
ding, ro og berøring - om
Oxytocins virkning på
kroppen" v/ professor
i anatomi og fysiologi
Kerstin Uvnäs Moberg,
Sverige.

10.10 – 10.45 "Hudfor-
andringer, cellulitis og in-
fektioner hos lymfødem-
patienter" v/ overlæge,
dr.med. Tonny Karlsmark,
Danmark.

10.45 – 11.30 Posterses-
sion, kaffe/the.

11.30 – 12.15 "Hudpleje
ved lymfødem" v/ syge-
plejerske Hanne Warthoe,
Danmark.

12.15 – 13.30 Frokost/
lunch, besøg hos udstil-
lerne.

13.30 – 14.15 "Internation-

tionale retningslinier for
lymfødembehandling og
kompressionsstrømper"

v/ Rebecca Billingham

14.15 – 14.30 Pause.

14.30 – 15.00 "Treat-
ment of scars" v/ hud-og
lymfødemterapeut Clara

Feenstra, Holland.

15.00 – 15.45 Kaffe/the,

besøg hos udstillerne.

15.45 – 17.15 "Fremti-
dens patient" v/ hospi-
talspræst

Christian Busch, Dan-

mark.

19.00 Festmiddag med
underholdning.

Lørdag:

8.45 Deltagerne deles i 3
grupper og rokerer mel-
lem de tre workshops, 45
min. hvert sted.

9.00 – 9.45 "Kinesiotape"
v/ Clara Feenstra, Hol-
land.

10.00 – 10.45 "Øvelser
med træningselastikker"

v/ Manuela Ehrhardt,
DAMP, Tyskland.

10.45 – 11.15 Kaffe/the

11.15 – 12.00 "Selv-
drænage af arm og ben"
v/ fysioterapeut Inger

Rønne, Danmark.

12.00 – 12.30 Afslutning
i plenum.

12.30 Frokost/lunch og
hjemrejse. Ret til æn-
dringer forbeholdes

Yderligere oplysninger
vedr. kongressen, se

hjemmesiden: [http://fag-
grupper-fysio.inforce.
dk/sw7881.asp](http://fag-grupper-fysio.inforce.dk/sw7881.asp).

UDDANNELSE

OVERBLIK:

Faggr. Institut f. Mekanisk Diagnostik og terapi, McKenzie Institut i Danmark
Credential Update
 side 30

Danske Fysioterapeuter. Faglig afd.
Sundhedsfremme på arbejdspladsen
 side 30
Ridefysioterapi
 side 31
Temadag for Fysioterapi og smerter
 side 31
Fysioterapi til neurologiske patienter
 side 32
Bobath advanced course
 side 32
Temadag om Whiplash
 side 32
Den motiverende samtale
 side 32

ProAcademy
Behandling af senerelaterede skader i UE
 side 33
Kostuddannelse
 side 33
Stor træningsbold - Terapi
 side 33
Whiplash set med andre øjne
 side 33

Natural Balance Pilates
Stott Pilates Uddannelse
 side 34

Kognitiv Center Fyn
Uddannelse
 side 34

CVU Øresund
Giv kompetencerne et løft
 side 34

JCVU -Uddannelses- og udviklingsafdelingen
Studiestart august september
 side 35

Institut for Idræt
Master i idræt & velfærd
 side 35

Correction
Effektiv led-manipulation og manuelle teknikker til S-I leddet og foden
 side 35

IAO
Osteopatuddannelse
 side 35



■ **CREDENTIAL UPDATE**
Institut for Mekanisk Diagnostik og Terapi
McKenzie Institut Danmark

Igen i år er der mulighed for at deltage på Credential Update.

Vi afholder to kurser i København:

Et for Credential terapeuter der også har gennemgået ekstremitetskurset og et for Credential terapeuter uden ekstremitetskurset.

Tid: Lørdag den 23. juni Cert. MDT med part E.
 Søndag den 24. juni Cert. MDT uden part E.
Undervisere: Andrew Holdom, fysioterapeut Dip

MDT, International Faculty McKenzie Institute International samt underviser fra McKenzie Institut Danmark.

Indhold: Teori og praksis – case - studier og workshops. Kurset tager deltagere skridtet videre fra henholdsvis Part D og E, i forhold til klinisk ræsonnering og problemløsning.
Kursusafgift: For medl. 950 kr., for ikke medl. 1300 kr.
Tilmeldingsfrist: Tirsdag den 15. maj 2007. Oplys navn, adresse, telefon samt e-mailadresse
Betaling: Betaling af kursusafgiften skal først ske efter modtagelse af bekræftelse.

Yderligere information samt tilmelding til:
 Kursussekretær Eva Hauge, tlf.: 5083 1212.
 Email: kursus@mckenzie.dk

■ **SUNDHEDSFREMME PÅ ARBEJDSPLADSEN - rammer og lovgivning / hvorfor og hvordan i praksis**



Idé og formål:
 På grund af stor tilslutning til kurset i februar 2007 afholdes dette ekstrakursus.
 Går du med tanker om at arbejde hel- eller deltids med arbejdsmiljørådgivning eller markedsbaserede sundhedsydelse til virksomheder - såsom motion som forebyggelse, sundhedscheck etc.? I så fald er det helt nødvendigt at være fortrolig med gældende rammer og lovgivning på markedet og den viden vil du blive introduceret til. Du bliver også præsenteret for, hvordan du helt konkret kan arbejde med tilbud til arbejdspladsen om sundhedsfremme som f.eks. fysisk aktivitet, sundhedsprofiler og test. Desuden sættes fokus på, hvilke krav der kan stilles til fysioterapeuter, der ønsker at udbyde sundhedsydelse på markedsvilkår.

Læs mere om kurset på www.fysio.dk/kurser

Målgruppe: Fysioterapeuter

Praktiske oplysninger:
Tid: 4. september 2007
Sted: Severin Kursuscenter, Middelfart
Pris: Kr. 1.900,- inkl. forplejning
Deltagerantal: 24 fysioterapeuter
Tilmelding: Senest 7. juni 2007 på www.fysio.dk/kurser
Undervisere: Lisbeth Falsig Tordrup, fysioterapeut, Arbejdstilsynet, tilsynscenter 4 og Anne Blædel, sundhedskonsulent, Folkesundhed København
Planlægning: Susan Kranker, faglig konsulent, Danske Fysioterapeuter

■ RIDEFYSIOTERAPI



Idé og formål:

Kurset er relevant både for fysioterapeuter, der har arbejdet med området i mange år og for kommende ridefysioterapeuter. Det forventes, at der fra 2008 bliver et krav fra Danske Regioner til nye ridefysioterapeuter om, at dette kursus er en forudsætning for at blive godkendt til at praktisere ridefysioterapi med sygesikringstilskud.

Kurset veksler mellem teori og praktisk træning på hesteryg.

Teoretisk bliver der lagt særlig vægt på evidens og effektmåling, neurologi, cerebral parese, test og målemetoder til voksne, test og målemetoder til børn, ICF som referenceramme, planlægning af behandling, hesten som fysioterapeutisk redskab samt pædagogik.

Praktisk lægges der vægt på valg af hest, centreret ridning, bagrytterfunktion, ideer til behandling

Det samlede kursusforløb er vurderet til 7 ECTS point

Læs mere på www.fysio.dk/kurser

Målgruppe:

Fysioterapeuter, der ønsker at kvalificere sig til at arbejde med ridefysioterapi og fysioterapeuter, der har taget den gamle uddannelse og ønsker en opdatering af deres fag. For at blive optaget på kurset kræves rideforudsætninger (se www.fysio.dk/kurser)

Praktiske oplysninger:

Tid: 9.–11. november 2007 (modul 1) og 1.–4. februar 2008 (modul 2)

Sted: Kolding Vandrerhjem og Center for ridefysioterapi Skærgården

Deltagerantal: 24 fysioterapeuter

Pris: Kr. 17.900 inkl. ophold på dobbeltværelse og fuld forplejning. I prisen er desuden inkluderet materiale, brug af heste, honorar til praktiksted og godkendelse af den afsluttende opgave. Fysioterapeuter, der allerede praktiserer som ridefysioterapeuter, kan fritages for 30 timers praktik, og kursusafgiften nedsættes med kr. 2000,-

Tilmelding: Senest 6. september 2007 på www.fysio.dk/kurser

Planlægning: Tatjana Brendstrup, ridefysioterapeut, Malling. Birgitte Gøtske, ridefysioterapeut, Skærgården. Helen Ravnbo, formand for Fraktionen af Ridefysioterapeuter, Vibeke Laumann og Elisabeth Berents, faglige konsulenter, Danske Fysioterapeuter eb@fysio.dk

■ TEMADAG OM FYSIOTERAPI OG SMERTER - med fokus på kroniske smertepatienter



Idé og formål

Formålet med denne temadag er at sætte fokus på behandling af kroniske smertepatienter på baggrund af nye smerteteorier og behandling af kroniske smertetilstande. Behandling kræver en bred tværfaglig indsats – en bio-psyko-social tilgang.

Hvordan diagnosticerer og klassificerer vi smertepatienter? Hvordan arbejder fysioterapeuter med kroniske smertetilstande? Hvad er det for smertemekanismer fysioterapeuter går ind og påvirker, og hvilke behandlingsmetoder har vi til rådighed? På temadagen sætter vi fokus på, hvordan fysioterapeuter arbejder med at bruge bevægelse, elterapi og manuel terapi til at lindre smerte.

Indhold:

- Håndtering af kroniske smertepatienter ud fra de nyeste smerteteorier
- Klinisk differentiering mellem nociceptive og neuropatiske smerter
- Diagnostik og klassifikation ud fra en bio-psyko-social tilgang
- Diagnostik og målemetoder i forhold til den kroniske smertepatient
- Workshops med eksempler på 6 forskellige fysioterapeutiske metoder til behandling af patienter med kroniske smerter:

1. Aktiv fysioterapi til patienter med nakkesmerter og hovedpine
2. Pacing
3. Kognitiv Behaviour Therapy
4. Norsk psykomotorisk behandling
5. Akupunktur og TENS
6. Manuelle teknikker

Læs mere om temadagen på www.fysio.dk/kurser

Praktiske oplysninger:

Tid: 30. august 2007

Sted: Skejby Sygehus, Århus

Deltagerantal: 100-150 fysioterapeuter

Pris: Kr. 1490,- incl. forplejning, eksternt

Tilmeldingsfrist: Senest 12. juni 2007 på www.fysio.dk/kurser

Undervisere: Overlæge Anders Schou-Olesen, Tværfagligt Smertecenter, 1. reservelæge Helge Kasch, Dansk Smerteforskningscenter, fysioterapeut, dr. Deborah Falla, Australien, pt. Center for Sansemo-torisk Interaktion, DK m. fl.

Planlægning: Bjarne Rittig Rasmussen, fysioterapeut, MmedSc, Hanne Lisby, fysioterapeut, lektor Master i etik og værdier i organisationer, Vibeke Pilmark, faglig redaktør og Susan Kranker, faglig konsulent, Danske Fysioterapeuter, sk@fysio.dk

■ FYSIOTERAPI TIL NEUROLOGISKE PATIENTER - kursus om neurologisk fysioterapi til voksne



Idé og formål:

Kurset retter sig mod de fysioterapeuter, der ønsker en opdatering på det neurologiske område. Kurset er eftertragtet og har været afholdt flere gange, idet det går på tværs af de gængse koncepter. Formålet er at give deltagerne et bredt overblik over neurologisk fysioterapi med særlig fokus på diagnoser, test og undersøgelse. Kurset vil give et indblik i forskellige behandlingsretninger. Ny viden om udvikling, skader og rehabilitering af skader i centralnervesystemet vil være central.

Læs mere på www.fysio.dk/kurser

Målgruppe:

Fysioterapeuter fra alle sektorer, hvor der arbejdes med neurologiske patienter.

Praktiske oplysninger:

Tid: 8. – 12. oktober 2007

Sted: Hvidovre Hospital

Pris: Kr. 5.900,- eksternt

Tilmelding: Senest 13. august 2007 på www.fysio.dk/kurser

Deltagerantal: 24 fysioterapeuter

Planlægning: Elisabeth Berents, faglig konsulent, Danske Fysioterapeuter eb@fysio.dk

■ BOBATH ADVANCED COURSE - VOKSEN HEMIPLEGI



1 uges videregående IBITA kursus

Idé og formål: Et videregående kursus om undersøgelse og behandling af voksne med hemiplegi og tilgrænsende lidelser. Kurset tager udgangspunkt i Bobath konceptet. Formålet er at øge og udbygge deltagerens kendskab til undersøgelse, behandlingsstrategier og faciliteringsteknikker inden for Bobath-konceptet. Formen på kurset veksler mellem teori og praktik i form af patientdemonstrationer, bevægelsesanalyser og bevægelsesfacilitering og daglig praktisering af det tillærte på patienter

Læs mere på www.fysio.dk/kurser

Målgruppe

Fysio- og ergoterapeuter, som har fuldført et anerkendt IBITA grundkursus. (Ved tilmelding indsendes kopi af stemplet kursusbevis.)

Praktiske oplysninger

Tid: 12. - 16. november 2007

Sted: Kurhus - rehabiliteringscenter for hjerneskadede, Dianalund

Pris: Kr. 8.500,- inkl. forplejning. Ergoterapeuter kr. 9.500,-

Deltagerantal: 20 fysioterapeuter og ergoterapeuter

Underviser: Louise Rutz la Pitz, Schweiz, seniorinstruktør i IBITA

Medunderviser: Der vil være en dansktalende medunderviser på kurset

Kursusprog: Engelsk, med mulighed for oversættelse til dansk undervejs

Tilmelding: Senest 17. september 2007 på www.fysio.dk/kurser

Planlægning: Elisabeth Berents, faglig konsulent, Danske Fysioterapeuter eb@fysio.dk

■ TEMADAG OM WHIPLASH



Beskrivelse og formål:

Danske Fysioterapeuter afholder en temadag om whiplash, hvor ny forskning om bl.a. nakkens neuromuskulære kontrol og dysfunktion ved nakkebesvær vil blive præsenteret. Temadagen vil også have fokus på symptomer, undersøgelse og behandling. Formålet med temadagen er at præsenterer den nyeste viden og forskning på området.

Læs mere på www.fysio.dk/kurser

Målgruppe:

Alle fysioterapeuter, der arbejder med patienter med whiplash.

Praktiske oplysninger

Tid: 13. november 2007, kl. 9.30 – 17.00

Sted: Skejby Sygehus, Århus

Pris: 1.490,- inkl. forplejning, eksternt

Tilmelding: Senest 10. september 2007 på www.fysio.dk/kurser

Deltagerantal: 150 – 200 fysioterapeuter

Undervisere: Fysioterapeut Dr. Deborah Falla, Australien. Læge dr. Bengt H. Johansson, Sverige, Fysioterapeuterne Flemming Enoch og Inge Ris, Danmark

Planlægning: Martin B. Josefsen, Fagforum for Muskuloskeletal Fysioterapi.

Elisabeth Berents, faglig konsulent, Danske Fysioterapeuter eb@fysio.dk

■ DEN MOTIVERENDE SAMTALE



Formål og indhold:

Mange kender situationen hvor forsøget på at motivere til en livsstilsændring skaber modstand allerede i den første samtale med patienten. Patienten bakker ud, argumenterer for, at adfærden ikke er så skadelig som så, virker irriteret eller giver på anden måde udtryk for manglende interesse for det fysioterapeuten siger. Formålet med dette kursus er at give et indblik i, hvad det er for nogle mekanismer, der kan tænkes at gøre sig gældende samt konkret træning i at arbejde med problematikken i praksis. Temaer bl.a.: Parathed til forandring - Ambivalens og modstand - Motiverende metoder - Dilemmaer som redskab - Empati, sympati og antipati - Rådgiverens personlighed - Selfefficacy

Læs mere på www.fysio.dk/kurser

Praktiske oplysninger:

Tid: 19. - 20. september + 30. oktober 2007

Sted: Kerteminde Vandrerhjem

Pris: Kr. 4.950,- dækker overnatning i dobbeltværelse og forplejning

Målgruppe og deltagerantal: 24 fysioterapeuter

Tilmelding: Senest 21. juni 2007 på www.fysio.dk/kurser

Underviser: Torsten Sonne, psykolog, Psykologhuset Vesterport, København

Planlægning: Susan Kranker, faglig konsulent, DF

Behandling af senerelaterede skader i UE

Overbelastningsskader i underekstremitetens sener udgør store belastningsmæssige problemer. Excentrisk træning er blevet Golden Standard i forbindelse med behandling af kroniske, seneskader i achillessenen og patellasesenen, men hvad er rationale, hvordan skal det laves og er det overhovedet den korrekte behandling? Du vil få idéer til fremtidig behandling af kroniske seneskader, med direkte kobling til patientcases. Bliv opdateret og få en teoretisk og praktisk ballast.

Målgruppe

Kurset henvender sig til fysioterapeuter, der ønsker både teoretisk og praktisk indsigt i behandlingen af senerelaterede problemer i UE.

Underviser

Henning Langberg

Pris

1.495 kr. (inkl. frokost, kaffe/te og udførlig kursusmanual)

Tid og sted

Onsdag 6. juni 2007, kl. 10-16, PROacademy, Albertslund

Tilmelding online på
www.proacademy.dk
eller ring 4362 6243.



Kostuddannelse

Slanke- og sundhedsmarkedet er blevet en kæmpe industri, og det kan være svært at gennemskue hvad de mange tilbud indeholder. På jagten efter en virkningsfuld slanke- eller sundhedskur, finder man hurtigt ud af at der kan være langt mellem kvalitativ vejledning, og derfor kan det være svært at vide hvem man skal tro på. Vi ser på hvordan maden virker på kroppen og hvordan kroppens fysiologi er afhængig af det du spiser. Derudover får du redskaber til selv at sammensætte kostprogrammer der er tilpasset dine klienters eller dine egne individuelle behov. (hjemmearbejde må påregnes)

Målgruppe

Alle der er interesseret i at lære hvordan kosten påvirker kroppen fra yderst til inderst og fra top til tå – og som ønsker at lære at lave individuelle kostløsninger til at genskabe eller opretholde optimal sundhed og vitalitet.

Underviser: Birgitte Nymann og Nikolaj Lehmann

Pris: 9.800 kr. (inkl. frokost, kaffe/te og udførlig uddannelsesmanual)

Tid og sted: 13.-15. aug., 17.-18. sept. samt 22.-23. nov. 2007, kl. 9-17 alle dage (tidspunkt kan variere), PROacademy, Albertslund

Tilmelding online på
www.proacademy.dk
eller ring 4362 6243.



Stor træningsbold – Terapi

Inden for fysioterapi har bolden været anvendt siden 1940'erne, men aldrig så bredt og til så mange forskellige målgrupper som i de senere år. På dette kursus fokuseres på brugen af bolden til rehabilitering, individuel træningsterapi eller træning på hold. Du får en masse nye ideer med hjem, som du kan bruge til dine patienter øjeblikkeligt. Kurset vil være en blanding af teoretiske oplæg og praktisk træning til forståelse for muligheder med og håndtering af bolden som progressivt terapiredskab.

Målgruppe

Fysioterapeuter, der anvender træning som terapeutisk redskab samt interesserer sig for stabilitetstræning.

Underviser

Heidi Holm Rasmussen, fysioterapeut

Pris

1.395 kr. (inkl. frokost, kaffe/te og udførlig kursusmanual)

Tid og sted

Lørdag 12. maj 2007, kl. 10-17, Fitnessdk, Glostrup

Tilmelding online på
www.proacademy.dk
eller ring 4362 6243.



Whiplash set med andre øjne

På dette kursus vil Johnny belyse sammenhænge i bevægeapparatet med vægt på bækkenet og dets funktion, muskler, ligamenter og fascier samt deres indflydelse på nakkens funktion. Der vil være oplæg om holdningsanalyse, kæbeleddets betydning for balancen, hypermobilitet og ikke mindst hjemmeøvelser til patienter med whiplash. Johnny viser hvordan vi kan påvirke whiplash-patientens tilstand i en positiv retning ved hjælp af demonstration og afprøvning af forskellige teknikker.

Målgruppe

Fysioterapeuter der har interesse for træning og behandling af patienter med whiplash.

Underviser

Johnny Andersen, fysioterapeut

Pris

1.795 kr. (inkl. frokost, kaffe/te og udførlig kursusmanual)

Tid og sted

Lørdag d. 15. sept. 2007, kl. 9-17, Fysioterapiskolen, Århus

Tilmelding online på
www.proacademy.dk
eller ring 4362 6243.



Stott Pilates® Uddannelse Fysioterapeuternes valg

Originalt koncept baseret på anatomiske og biomekaniske principper.

Hos os får du international certifikation i
Mat, Reformer, Cadillac, Chair & Barrels.

Godkendt af AF som uddannelse.

Efteruddannelsesprogram

Professionel tilgang, baseret på kvalitet og troværdighed.

Undervisningen foretages af certificerede Stott Pilates specialister.



PILATES

Natural Balance Pilates®

Uddannelsessteder:

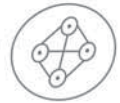
Århus: Thunøgade 19, baghuset 1. sal

København: Vestergade 20 C, stuen

For mere info. ring til Århus, tlf: 8635 2403

Danmarks eneste Stott Pilates træningsstudie under license
www.naturalbalancepilates.dk - info@naturalbalancepilates.dk

Kognitiv Center Fyn



Grunduddannelse, niveau 1, i Kognitive behandlingsformer.

14 dages grunduddannelse i kognitive behandlingsformer for læger, psykologer og tværfagligt personale.

Datoer: 26/9 07 - 6/3 08 **Sidste tilmeldingsfrist:** 1. juli 07

Pris: 14.800 incl. forplejning **Sted:** Fisketorvet 4-6, 10. Odense.

Videreuddannelse, niveau 2, i Kognitive behandlingsformer.

14 dages videreuddannelse i kognitive behandlingsformer for læger, psykologer og tværfagligt personale, som i forvejen har kendskab til og arbejder med Kognitiv behandling.

Datoer: 3/9 07 - 25/4 08. Sidste tilmeldingsfrist: 1. juli 07

Pris: 14.800 incl. forplejning. **Sted:** Fisketorvet 4-6, 10. Odense.

Kognitiv Mindfulness Meditation/Stressreduktion, Trin 1.

4 dages kursus i Kognitiv Mindfulness Meditation, et alternativ / supplement til samtalebehandling og medicinering - en af de nyeste evidensbaserede metoder inden for den kognitive tradition. En form for opmærksomhedstræning, hvor man opøver evnen til at være tilstede i nuet. Metoden anvendes ifht. forskellige lidelse som kroniske smerter, stress, angst og depression.

Datoer: 18/6 - 19/6 07 (internat) + 23/8 og 20/9 07.

Sidste tilmeldingsfrist: 1. juni 07

Pris: 6.490 kr. incl. forplejning.

Kognitiv Mindfulness Meditation/Stressreduktion, Trin 2.

4 dages kursus mhp. at deltagere, der i forvejen har erfaring med mindfulness meditation, lærer at træne andre i mindfulness.

Datoer: 19/11 - 20/11 07 (internat) + 21/1 - 22/1 08 (internat).

Sidste tilmeldingsfrist: 15. september 07

Pris: 7.750 kr incl. forplejning.

For **tilmelding** og yderligere oplysninger af kursusindhold se:

www.kognitivcenterfyn.dk eller kontakt Psykologerne

Peter H. Rasmussen, tlf: 40181269, mail: peter.hr@get2net.dk

Lene Iversen, tlf: 29270309, mail: bhli@post9.tele.dk

Giv kompetencerne et løft

På CVU Øresund kan du tage en hel diplomuddannelse, et enkelt modul, følge et kursus eller få faglig inspiration på en temadag om brugerperspektiver, case management mm. Her er nogle **smagsprøver** med særlig relevans for fysioterapeuter:

Sundhedsfaglig diplomuddannelse

Moduler efterår 2007. **Pris kr. 9.000.**

Tilmeldingsfrist 1. juni 2007

Udviklingsbaseret og forskningsorienteret praksis

Projektarbejde fra A-Z for sundhedsprofessionelle, der indgår i udviklings- og projektarbejde eller skal til at arbejde med projekter inden for klinisk praksis, klinisk uddannelse eller sundhedsfremme og forebyggelse.

Heltid uge 33-38

Hjælpemiddelformidling, kompenserende foranstaltninger og tilgængelighed

Modulet er udviklet sammen med erfarne praktikere og baseret på nyeste viden og forskning inden for hjælpemiddelformidling.

Deltid uge 39-50, primært mandage

Rehabilitering – udarbejdelse af case rapport om en selvvalgt rehabiliteringscase

Deltid uge 39-50

Koordinering af patientforløb og case management

Nyt modul, hvor de studerende arbejder med forudsætningerne for det gode og sammenhængende forløb. Fokus på koordineringsmodeller og -processer i den tværfaglige indsats.

Deltid uge 39-50, primært tirsdage (nedsat pris, kr. 8.000)

Sundhedsfremme og forebyggelse inden for ældreområdet

Deltid fra uge 39-50, primært onsdage

Indsatsområder, strategier og implementering af sundhedsfremme og forebyggelse

Deltid fra uge 39-50, primært tirsdage

Læs mere på www.evu.cvuoeresund.dk, hvor du også kan tilmelde dig og downloade vores nye EVU avis med hele vores udbud. Eller kontakt Berit Engström bbe@cvuoeresund.dk

CVU Øresund er Danmarks største sundheds-CVU.

Efter- og videreuddannelsen ligger på Nørrebro, Fælledvej 12, 2200 Kbh. N og i Herlev, Turkisvej 14, 2730 Herlev



: JCVU Uddannelses- og udviklingsafdelingen udbyder en række kompetencegivende uddannelser

Diplomuddannelser	Ansøgningsfrist
Sundhedsfaglig diplomuddannelse	30. maj 2007
Diplomuddannelse i ledelse	1. juni 2007
Tværfaglig diplomuddannelse i psykiatri	1. august 2007

Uddannelser på diplomniveau	Ansøgningsfrist
Sundhedsfaglig supervision og vejledning	30. maj 2007
Krop, kost og sundhed	30. maj 2007

Øvrige uddannelser	Ansøgningsfrist
Voksenunderviseruddannelsen.	
Vælg heltid, deltid eller It-netstøttet	16. maj/15. juni 2007

Studiestart i august og september 2007

På www.jcvu.dk kan du læse mere om de enkelte uddannelser samt finde et stort udbud af efteruddannelsestilbud målrettet det pædagogiske område.

JCVU uddanner og videreuddanner professionsbachelorere inden for pædagogik, sundhed, ledelse og vejledning. JCVU løser udviklings- og evalueringssopgaver for offentlige og private virksomheder og varetager udlån af undervisningsmidler til uddannelsesinstitutioner. JCVU er med i samarbejdet om professionshøjskolen i den midtjyske region.



INSTITUT FOR IDRÆT
KØBENHAVNS UNIVERSITET



Master i Idræt & velfærd

Master i Idræt & Velfærd udbydes igen i september 2007

Uddannelsens mål er at udvikle de studerendes evne til at analysere samfundsmæssige problemstillinger, som er knyttet til idræt, fysisk aktivitet og sundhed. Formålet er, at de studerende kan bidrage til skabelsen af netværk og partnerskaber, som kan være med til at løse problemer som fedme og ensomhed, der truer livskvaliteten i det moderne velfærdssamfund.



**Ansøgningsfrist
Tirsdag den 22. maj 2007**

Information på www.ifi.ku.dk/evu/ eller
Jytte Berger jberger@ifi.ku.dk tlf.: 3532 0823

Institut for Idræt, Københavns Universitet, Nørre Allé 51, 2200 København N
Tlf.: 3532 0829 Fax: 3532 0870 e-mail: IFI@ifi.ku.dk www.ifi.ku.dk



- dansk selskab for osteopati og manuel terapi -

Effektiv led-manipulation og manuelle teknikker til S-I leddet og foden

Kursisten lærer at undersøge og behandle med simple og effektive manipulationer samt andre manuelle teknikker. Kurset tager udgangspunkt i de biomekaniske relationer mellem foden og S-I leddet. Kursisten vil lære hvordan foden og si-leddet påvirker hinanden biomekanisk.

Der vil være cases i S I-leds syndrom, lændesmerter, iskias-smerter, skader omkring knæet, psoas syndrom, låsning af caput fibula, naviculare,cuboideum samt inversions-traumer.

Tid/Sted (1 dags kursus)
Lørdag d. 09.06.07 kl. 9-17, Fysioterapeutskolen i Århus eller
Søndag d. 10.06.07 kl. 9-17, Fysioterapeutskolen i København

Deltagerantal: Max 25 fysioterapeuter/læger


Undervisere: Uffe Stadager, osteopat D.O.
Jesper Bergstrøm, fysioterapeut, osteopat stud.

Pris: 1.600 kr. (prisen er incl. kaffe/the, frokost og kompendium.)

Tilmelding: Online booking på vores hjemmeside www.correction.dk
- klik på kurser for fysioterapeuter og læger og derefter på online booking.
Beløbet skal indb.på reg. 6610 konto. 0002505663.
Beløbet returneres ikke ved afbud fra kursistens side.

Ved yderligere spørgsmål: Uffe Stadager, 20 72 23 26

Læs mere om vores kurser på www.correction.dk



**THE
INTERNATIONAL
ACADEMY OF
OSTEOPATHY
- IAO**

OSTEOPATUDDANNELSE

Osteopati er en medicinsk videnskab som benytter sig af manuelle teknikker (mobilisering, manipulation, muskelenergi m.v.) til diagnose og behandling og som tror på gensidig påvirkning af muskel-skeletsystemet, det viscerale system og det kraniosacrale system. Osteopati er baseret på traditionelle medicinske fag som embryologi, anatomi, neurologi, fysiologi og patologi.

Kun hvis du er fysioterapeut eller læge, har du mulighed for at blive osteopat D.O. hos I.A.O. på 5 år og derefter tilføje en universitetsgrad i osteopatisk medicin.

Uddannelsen hos I.A.O. er en international certificeret uddannelse.

Tid: fredag, lørdag, søndag - (8 gange årligt med start 5. oktober 2007).
Sted: Københavns Fysioterapiskole, Universitetsparken 4, København.
Pris: 321 Euro pr. weekend inkl. kaffe og frokost
Deltagere: Maksimum 35

Undervisningen foregår på engelsk.
I.A.O. telefonnr: +31 226 34 03 22
I.A.O. e-mail: info@osteopathy.eu
Tilmelding på I.A.O.'s hjemmeside www.osteopathy.eu

Åbent hus:
Lørdag den 12. maj 2007 kl. 9.00- 12.30 og
Lørdag den 16. juni 2007 kl. 9.00-12.20

Der gives en kort præsentation af uddannelsen, og du får mulighed for at følge undervisningen på de forskellige klassetrin.

JOB

Nyt job

Et medlem af DF må kun tage ansættelse i en månedslønnet stilling som fysioterapeut såfremt stillingsvilkårene er godkendt af DF. Hvis der er indgået overenskomst med DF om ansættelsesvilkår, må et medlem ikke tage ansættelse på vilkår, der er dårligere end overenskomstens.

Privat ansættelse

Alle, der ansættes mere end 8 timer om ugen skal have kontrakt med aftale om bl.a. løn. For indlejere skal der aftales provision m.v. Standardkontrakter til praksisområdet rekvireres på tlf.: 3341 4655 Ditte Aggerholm, mail: da@fysio.dk Kontrakter kan downloades på www.fysio.dk/praksis og privat

Amter/kommuner

Løntillæg skal forhandles ved ansættelsen. Sig ikke din nuværende stilling op, før du har et tilsagn om lønnen i den nye stilling. Yderligere oplysninger om løn- og ansættelsesvilkår fås hos tillidsrepræsentanten eller på www.fysio.dk

Udlandet

Hvis du søger oplysninger om arbejde i udlandet, kontakt Henriette L. Sørensen på tlf.: 33414654, mail: hls@fysio.dk

HOVEDSTADEN

Skodsborg Fysioterapi

Underviser
side 37

Otto Bock Scandinavia AB

Vil du ha ansvar og udfordringer?
side 37

Østervang/Vestervang, Frederiksberg

Fysioterapeut
side 38

Værløse Fysioterapi

Barselsvikar
side 38

Plejhjemmet Frydenholm

Fysioterapeut
side 41

SJÆLLAND

Skibby Fysioterapi

Fysioterapeut søges
side 36

Gilleleje Fysioterapi

Vikariat
side 37

Fysioterapi & Fitness i

Holbæk
Fysioterapeuter
side 38

Kurhus, Dianalund

Fysioterapeut
side 42

JYLLAND

Pilates Academy ApS

Instruktører
side 36

Skanderborg Kommune

Børnefysioterapeut
side 38

Randers Kommune, Børnehaven Lucernevej

Barselsvikariat
side 39

Århus Sygehus, Ergo- og fysioterapiafdelingen

Fysioterapeut, kirurgisk gruppe
side 39

Hammel Neurocenter

Fysioterapeut til neurorehabilitering
side 41

FYN OG ØERNE

Psykiatricenter Midt, Psykiatriafd. Middelfart

Genopslag - ledende fysioterapeut
side 40

FÆRØERNE

Suderø Sygehus

Afløserstilling som fysioterapeut
side 37

KLINIK TIL SALG/LEJE

Klinik nær Strøget

Til leje
side 38

Fysioterapeuten nr. 10/11

udkommer 1. juni

Deadline 16. maj

Fysioterapeuten nr. 12

udkommer 15. juni

Deadline 31. maj

Skibby i Frederikssund Kommune

Til Skibby Fysioterapi søges fysioterapeut til ydernetnummer under 30 timer.

Vi er 3 fysioterapeuter + 1 sekretær i mindre klinik. Det forventes at du er interesseret i bl.a. MT / McKenzie / almen træning.

Arbejdstidsplacering aftales, evt. 1 ugentlig fridag.

Send snarest ansøgning til:

Skibby Fysioterapi ved/Kirsten Vigstrup Jensen
Hovedgaden 82B
4050 Skibby
Tlf. 47 52 87 45
e-mail: skibby_fysioterapi@private.dk



Pilates Academy Aps

søger flere selvstændige instruktører til konceptløsning i velindrettede lokaler

Se mere på www.Pilatesnord.dk eller kontakt os på tlf. 2872 3948

Gilleleje Fysioterapi

søger fast vikar frem til januar 2008, ca.30 timer ugentligt fordelt på patientbehandlinger og holdtræning.
Fast timeløn.

Læs om arbejdet på klinikken www.gilleleje-fysioterapi.dk

Yderligere information ved
Bettina K. Rasmussen mobil 21 60 23 44.

Ansøgningsfrist 8/5-07.

Gilleleje Fysioterapi
Fiskerbakken 19
3250 Gilleleje
att. Bettina K. Rasmussen

Underviser i fysioterapi

Skodsborg Fysioterapiskole, CVU København og Nordsjælland, søger en underviser til ansættelse i adjunkt/lektorstilling i fysioterapi, fra den 1. august 2007.

Adjunktens/lektorens arbejdsopgaver vil primært omfatte undervisning, vejledning samt afholdelse af eksamen i fysioterapeutiske fag samt på efter- og videreuddannelser, der udbydes i CVU-regi. Derudover vil faglige og pædagogiske udviklingsopgaver samt koordineringsopgaver på grund-, efter- og videreuddannelse være aktuelle.

Se videre på www.sfs.dk



Suderø Sygehus
FO-800 Tvøroyri
Færøerne

På grund af orlov er en afløserstilling som fysioterapeut ledig til ansættelse hurtigst muligt og frem til 31. desember 2007.

Sygehuset er et blandet med./kir. sygehus, der er bygget i 1995 og har 26 sengepladser.

Fysioterapien er lys, med god plads, et stort bassin og en velforsynet gymnastiksal. Vi skal være 4 fysioterapeuter, en ergoterapeut og en medhjælper.

Vores arbejde er varieret. De indlagte patienter kan repræsentere stort set alle med./kir. kategorier. Der er også efterbehandlinger fra andre sygehuse. Endvidere skal vi tage os af patienter fra det tilstødende plejehjem og af ambulante patienter, henvist fra de praktiserende læger.

Du skal kunne arbejde selvstændigt, og du må meget gerne have humør.

Suderø har ca. 5000 indbyggere. Hvis du er naturmenneske, vil du helt sikkert få nogle oplevelser, som du vil mindes.

Der er også gode muligheder for at dyrke diverse former af sport.

Rejseudgifterne til og fra arbejdsstedet refunderes. Møbleret værelse med adgang til køkken og bad stilles til rådighed mod betaling.

Lønnen er i henhold til overenskomst mellem Landstyret og Færøske Fysioterapeuter. Sproget er ingen hindring, da alle nordiske sprog forstås.

Er det noget for dig, så er du velkommen til at ringe til overfysioterapeut John Rødgaard for yderligere oplysninger, tlf 00 298 37 11 33, lokal 115 el. 116.

Ansøgning med kopi af autorisation m.m. sendes til:

Suderø Sygehus, Sygehusinspektøren,
Postboks 51,
FO- 810 Tvøroyri, Færøerne, eller
ssh@ssh.fo
inden 14. maj 2007.

Otto Bock®

QUALITY FOR LIFE

Otto Bock Scandinavia AB med hovedkontor i Norrköping, Sverige, leverer produkter til det skandinaviske rehabiliteringsmarked. Vore produkter er bløde bandager - Rehband - til sport og rehabilitering samt proteser, benortoser, kørestole osv. Vi er 275 ansatte i firmaet og omsætter for ca. 300 mil. SEK. Otto Bock Scandinavia er et datterselskab til Otto Bock Healthcare som er en international koncern med basis i Tyskland og med ca. 30 markedskontorer i hele verden.

www.ottobock.dk



Vil du ha ansvar og udfordringer?

Vi søger en konsulent, gerne med erfaring fra sundhedssektoren til vort salgskontor i Hvidovre i Danmark. Arbejdsopgaverne er at markedsføre vore Rehband ortoser ved at planlægge og gennemføre kundebesøg/seminarer. Vore kunder er sygeplejeforretninger, bandagister, sygehuses ergoterapi-, fysioterapi- og ortopædiske afdelinger. Du vil også være med på messer og andre salgsaktiviteter.

Vi tilbyder

- Faglig og personlig udvikling via supervision, undervisning og kurser - Kompetente og engagerede kolleger - En afvekslende hverdag med mulighed for at præge udviklingen i et glad team - Firmabil, mobiltelefon og bærbar computer.

Vi forventer at du

- er fysioterapeut, ergoterapeut eller lignende baggrund • er udadvendt, positiv, engageret, ansvars- og samvittighedsfuld • kan gennemføre egne ideer • er vant til at arbejde selvstændigt, med høj serviceniveau • har kørekort og en vis rejsevane

Kontakt gerne salgschef Marianne Johansson på telefon 40 33 02 20 for mere information. Ansøgning med CV sendes pr. mail til marianne.johansson@ottobock.dk eller post. Mrk. Ansøgning, Otto Bock Danmark, Arnold Nielsens Boulevard 60, 2650 Hvidovre. Ansøgningsfrist 20 maj.



Skanderborg
KOMMUNE

BØRNEFYSIOTERAPEUT

En stilling som børnefysioterapeut søges til vores team.

Stillingen er på 30 timer om ugen, med start fra den 1. august '07.

Ansøgningsfrist den 21. maj '07.

Læs mere på www.skanderborg.dk

Løn og ansættelsesvilkår i henhold til gældende overenskomst efter principperne i Ny Løn.



Skanderborg Kommune · Adelgade 44 · 8660 Skanderborg

■ KLINIK NÆR STRØGET

Lokale på 25 m² i klinikfællesskab med psykologer til leje. Klinikken har trefagsvindue, parketgulv og separat toilet. Fælles venteværelse, køkken og personalestue. Husleje kr. 6.500,- pr. måned eksklusiv moms, men inklusiv vand, el og varme.

Henvendelse

cand. psych. Ole Nielsen
45 42 56 86

Værløse Fysioterapi søger en barselsvikar

fra medio juni 2007 til 1. maj 2008 (evt. 1-2 måneder længere, hvilket afklares i starten af september) til eget ydernummer u. 30 t/uge.

Der er mulighed for at arbejde mere. Stillingen er som lejer på provisions basis.

Vi er fire engagerede og smilende fysioterapeuter, som arbejder i en moderne og veludrustet klinik med bl.a. lukkede behandlingsrum, moderne træningsfaciliteter (se på klinikkens hjemmeside), egen PC, internet adgang, telefon og e-mail. Endvidere har vi et tæt samarbejde med bl.a. reumatologer.

Vi har et bredt arbejdsområde og specialiserer os løbende indenfor bl.a. idrætsfysioterapi, genoptræning, MDT, MT og forventer derfor et højt fagligt engagement og interesse for videreuddannelse. Endvidere skal du have meget gode almene EDB-kundskaber (klinikken bruger Xdnt), en professionel og serviceminded indstilling, samt organisatorisk overblik.

Start medio juni 2007 (eller efter aftale).

Du kan læse om klinikken på www.juen.dk

Skriftlig ansøgning sendes til e-mail: juen@mail.dk eller
Værløse Fysioterapi, att. Barbara Juen, Bymidtens 11, 1., 3500 Værløse.

Fysioterapi & Fitness i Holbæk søger fysioterapeuter:

- Vikar for fysioterapeut fra 15. maj til 1. september 2007
- Provisionsansat på ydernummer op til 30 timer pr. uge
- Sommerferievikar fra 1. juli ca. 4 uger
- Fysioterapeut til træningscenter pr. 1. august
- 3 dage om ugen.
- Kendskab til og interesse for idræt, træning og MTT er en forudsætning
- Studerende til træningscenter pr. 1. august
- Hverdage kl. 18 - 21

Vi har en spændende klinik med et godt team, god stemning og et bredt tilbud af behandling, hold, træning mv. Vi vægter dialog og udvikling i et åbent, fagligt miljø.

Du skal have god energi og kunne arbejde selvstændigt.

Skriftlig ansøgning med CV sendes til Fysioterapi & Fitness, Munkholmvej 17, 4300 Holbæk. Ansøgningsfrist senest 1. maj for vikarstillingerne og senest 1. juni for de øvrige.

Yderligere oplysninger ved henvendelse til Per Lind, tlf. dag: 5943 9304, aften: 2845 0940. Se også www.fys-train.dk



Fysioterapeut til 37 timers stilling

Plejeboligerne Østervang/Vestervang søger pr. 1. juni eller hurtigst mulig en fysioterapeut til vores Trivselscenter.

Østervang/Vestervangs Trivselscenter består af en fysioterapi, værested/ergoterapi, et aktivitetscenter, en café og et motionscenter.

Vi er en meget moderne organisation der arbejder med træning og trivsel til ældre.

- Vi kan tilbyde gode kollegaer
- Et kreativt og fagligt miljø
- Et godt arbejdsmiljø

Vi forventer:

At du kan arbejde selvstændigt

Kan trives i en travl hverdag med et omskifteligt miljø.

At du er god til at samarbejde også tværfagligt

At du har, interesse og nogen erfaring med målgruppen yngre senhjerneskade.

At du har erfaring og interesse i at arbejde med ældre.

Har du kompetencerne så har vi et spændende arbejde.

Har du spørgsmål til stillingen kontakt da: Trivselschef Lotte Dyrbye.

Ansøgningsfrist er den 9. maj

Annoncen og kopi af autorisation sendes til:

Østervang
Godthåbsvej 83
2000 Frederiksberg
Att.: Lotte Dyrbye

Til samtale medbringes ren straffeattest.

Beitostølen Helsesportscenter



Rideinstruktør Stallassistent

Fra 15. august 2007 har vi ledig fast stilling som rideinstruktør. Vi har også ledig ett års engasjement som stallassistent med tiltredelse 1. sept. For fullstendig utlysningstekst, se www.bhss.no. For ytterligere info; ta kontakt med Ellen Trætteberg, tlf. 61340800.

Skriftlig søknad med kortfattet CV sendes **innen 1.juni 2007** med e-post til post@bhss.no.

Fysioterapeut barselsvikariat

I børnehaven Lucernevej er der en 20 timers barselsvikariatstilling som fysioterapeut ledig til besættelse fra den 1. august 2007 til den 14. februar 2008.

Der er mulighed for frigørelsesattest. Ligeledes er der mulighed for forlængelse af vikariatet i forbindelse med evt. forældreorlov.

Børnehaven er en specialbørnehave under Randers Kommune og normeret til 18 børn med betydelig og varig nedsat funktionsevne.

Her er ansat 11 pædagoger, en musikerapeut, en ergoterapeut og en fysioterapeut.

Vi søger en fleksibel og dynamisk fysioterapeut, der er villig til og kan se ressourcer i at arbejde tværfagligt. Du skal være indstillet på at indgå i det direkte arbejde med børnene.

Vi ønsker en person:

- Der har en fysioterapeutisk uddannelse og har lyst til at arbejde med børn med nedsat funktionsevne.
- Der selvstændigt kan forestå undersøgelse, observation og behandling af børnene.
- Der kan indgå i et åbent og positivt tværfagligt samarbejde, hvor dialog refleksion og sparring er en del af det daglige arbejde.
- Der i et pædagogisk miljø kan fastholde og udvikle eget fagligt område.
- Der kan indgå i et konstruktivt samarbejde med forældre og øvrige samarbejdspartnere.
- Der kan udarbejde skriftlige handleplaner og dokumentation i samarbejde med øvrige faggrupper.
- Der er åben over for forandringer i en travl hverdag.

Af væsentlige egenskaber vægter vi:

- At du tør bruge dig selv.
- At du er fysisk og psykisk robust og kan bevare overblikket i pressede situationer.
- At du er legende, kan skabe liv omkring dig, er i stand til at undre dig.
- At du besidder nærvær, indfølelse og tålmodighed.
- At du kan inspirere og vejlede kollegaer og forældre.
- At du har humoristisk sans.

Vi kan tilbyde:

- En spændende og krævende arbejdsplads i konstant udvikling.
- Mulighed for faglig og personlig udvikling.
- Et aktivt forældresamarbejde.
- En flok dejlige børn.
- En arbejdsplads med stor faglighed.

Løn og ansættelse i henhold til Ny Løn.

Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til stedfortræder Bente Hauge på tlf. 8712 5730.

Vi skal have din ansøgning **senest den 25.05.2007**.

(Helst pr. mail til bente.hauge@randers.dk).

Indkaldelse til ansættelsessamtaler vil blive sendt pr. mail.

Ansættelsessamtalerne foregår den 11. juni 2007.

Ansøgningen bedes mærket fysioterapeut.

**Børnehaven Lucernevej
Lucernevej 61
8900 Randers**

Alle uanset køn, etnisk baggrund m.v. opfordres til at søge.

Randers Kommune



Job

midt
regionmidtjylland

Region Midtjylland har som sin største opgave at drive hospitaler og sociale og psykiatriske tilbud, samt regional udvikling. Regionen har et bruttobudget på 20,7 mia. kr. og ca. 25.000 ansatte.

Fysioterapeut (Kirurgisk Gruppe) Ergoterapi- og Fysioterapiafdelingen, Århus Sygehus

Fast stilling på 37 timer pr. uge i kirurgisk gruppe fra 1. maj 2007 eller snarest muligt derefter på Århus Universitetshospital, Århus Sygehus, Nørrebrogade.

Fra den 1. maj 2007 - 30. november 2007 er arbejdsfunktionen på afd. L2-L3 (abdominalkirurgisk) samt behandling af ambulante traumepatienter. Efterfølgende er stillingen på afd. E5-E6 (tumor/infektion/amputation/skulder) samt behandling af ambulante traumepatienter. Der er vagtarbejde.

Kirurgisk gruppe består af 16 fysioterapeuter, 4 ergoterapeuter, 1 social- og sundhedsassistent og 1 sygehjælper.

Nærmere oplysninger kan fås ved Ledende terapeut Helle Kruuse-Andersen eller Daglig koordinerende terapeut for kirurgisk gruppe Birgitte Bille Brahe på tlf. 8949 2210.

Ansøgningsfristen er fredag den 18. maj 2007.

Samtaler forventes afholdt i uge 21.

Sammen med ansøgningen vedlægges eksamensbevis, autorisation og CV.

Ansøgning sendes til

Ledende terapeut
Helle Kruuse-Andersen
Århus Universitetshospital
Århus Sygehus
Nørrebrogade 44
Bygning 3
8000 Århus C

Stillingsopslaget kan ses i fuld længde på
www.regionmidtjylland.dk

Se stillingsopslag på www.regionmidtjylland.dk

Psykiatricenter Midt, Psykiatrisk afdeling, Middelfart GENOPSLAG - Ledende fysioterapeut



www.regionssyddanmark.dk

En stilling som ledende fysioterapeut er ledig til besættelse 01.07.07 eller efter aftale.

Psykiatrisk Afdelings hovedopgave er at undersøge og behandle voksne psykiatiske patienter. Alt arbejde på Psykiatrisk Afdeling baseres på de bærende værdier: Respekt, faglighed og relation. Afdelingen har 2 almene psykiatiske sengeafsnit, 1 gerontopsykiatrisk sengeafsnit, 1 retspsykiatrisk sengeafsnit; i alt 60 senge. Der er desuden 1 dagafsnit, distriktskykiatrisk funktion, ambulatoriefunktion, akutteam og en del tværfaglige funktioner. Du kan læse mere på www.regionssyddanmark.dk/wm134528

Hvem er vi?

Du vil blive leder for en lille gruppe fysioterapeuter (3), hvor der hersker en åben og positiv stemning. Vi er nået langt i en spændende udvikling af psykiatrisk fysioterapi, hvor vi tager afsæt i ressourceorienteret kropsundersøgelse og behandling, og inddrager principper og metoder fra Body Awareness Therapy. Vi har fokus på fysisk aktivitet – har deltaget i sundhedsstyrelsens projekt - og står foran implementeringsfasen i forhold til sengeafdelingerne og dagafsnit. Vi arbejder på at integrere relevante dele af kognitiv adfærdsterapi. Vi indgår i både udredning og behandling af patienterne. Sparring og videndeling er afgørende for en fælles fysioterapeutisk platform, hvorfor vi går meget op i at trække på hinandens kompetencer.

Jobbet som ledende fysioterapeut

Du vil have ansvaret for den faglige og personalemæssige ledelse af fysioterapien, hvor der både vil være oplæring og opbakning. Ud over de ledelsesmæssige opgaver skal du varetage patientbehandling, og som de øvrige fysioterapeuter vil du være tilknyttet et sengeafsnit. Der henvises i øvrigt til funktionsbeskrivelsen, som kan rekvireres hos nedenstående.


Region Syddanmark

Hvem er du?

Du har ikke nødvendigvis ledererfaring, men du har erfaring med psykiatrisk fysioterapi. Du brænder for at gøre psykiatrisk fysioterapi synlig, og har lyst til at udvikle det regionale samarbejde på området. Da du skal møde samarbejdspartnere på flere niveauer, er det vigtigt dine evner til samarbejde og kommunikation er i top, og du skal have gennemslagskraft og være i stand til at sætte handling bag ord.

Hvad kan vi tilbyde dig?

En engageret gruppe medarbejdere, der brænder for at arbejde med psykiatrisk fysioterapi og som er modtagelig for nye ideer. Du tilknyttes et bredt tværfagligt lederteam, og der tilbydes supervision hver 2. uge i ledergruppen. Psykiatrisk Afdeling har en mentorordning, hvis formål er at støtte dig igennem den første tid af ansættelsen.

Løn- og ansættelsesvilkår:

Ansættelsen sker efter gældende overenskomst mellem Danske Regioner og Danske Fysioterapeuter.

Interesseret?

Hvis du er interesseret kan du kontakte oversygeplejerske Isabel Gindeberg, tlf.: 6348 4301 eller ledende overlæge Peter Fristed, tlf.: 6348 4300.

Send din ansøgning til

Ansøgning vedlagt relevant dokumentation fremsendes til: Afdelingsledelsen, Psykiatricenter Midt, Psykiatrisk Afdeling, Østre Hougvej 70, 5500 Middelfart. Du er også velkommen til at ansøge via mail til: psykiatrisk.middelfart@shf.fyns-amt.dk

Ansøgningsfrist den 25.5.2007, og ansættelsessamtaler forventes afholdt den 29.5.2007 om formiddagen.

Psykiatricenter Midt
Middelfart

Østre Hougvej 70 . 5500 Middelfart

Plejehjemmet Frydenholm

Vores motto: "Leve livet - hele livet"

Fysioterapeut søges til plejehjem i Holte.

Frydenholm er et kvalitetsplejehjem for 67 ældre beboere fordelt på 3 afdelinger. Herudover har vi bofællesskaber for 24 demente beboere og 2 Dagshjem. Frydenholm er kendt for sit høje aktivitetsudbud og omfattende samarbejde med frivillige og foreningen "Frydenholms Venner".

Vi tilbyder beboerne at deltage i motion og vedligeholdende træning, og i nogen omfang også fysioterapeutisk behandling. Vi har en god fysioterapi, hvor vi er 2 fysioterapeuter på deltid og en træningsmedhjælper.

Vil du være med til at sikre beboernes fysiske funktionsniveau og livskvalitet, resten af deres liv?

Så skal du, sammen med to kolleger, tilbyde beboerne træning både individuelt og på hold, i fysioterapien og beboernes bolig. Jobbet er på cirka 30 timer ugentligt.

Læs mere om jobbet og om hvem du skal stille ansøgningen til på www.rudersdal.dk.

Ansøgningsfrist

Din ansøgning skal være os i hænde senest den 14. maj 2007.



RUDERSDAL
KOMMUNE

Øverødvej 2, 2840 Holte

Job

midt
regionmidtjylland

Region Midtjylland har som sin største opgave at drive hospitaler og sociale og psykiatriske tilbud, samt regional udvikling. Regionen har et bruttobudget på 20,7 mia. kr. og ca. 25.000 ansatte.

Fysioterapeuter til neurorehabilitering

Regionshospitalet Hammel Neurocenter søger fysioterapeuter til vikariater af 6 mdr. pr. 1.6.07 evt. før til deltagelse i højt specialiseret intensiv neurorehabilitering.

Regionshospitalet Hammel Neurocenter er vestdansk center for neurorehabilitering af svært hjerneskadede børn og voksne med erhvervede hjerneskader.

Der er tilknyttet uddannelsesenhed og forskningsenhed.

Vi tilbyder

- introduktion til specialet
- tværfagligt samarbejde med mange faggrupper
- stærkt kernefagligt miljø
- udfordringer med masser af sparringsmuligheder såvel som rum til engagement, initiativ og udvikling

De aktuelle stillinger er midlertidige i en overgangsperiode på RHN.

Indholdet i de aktuelle stillinger har øget andel af tværfaglige og praktiske opgaver i neurorehabiliteringen.

Man er aktiv del af den tværfaglige neurorehabilitering, men ikke fast tilknyttet et af de tværfaglige team.

Man er del af det monofaglige team og monofaglige fora på afsnittet, som patientgennemgang og monofaglig tid, såvel som tværfaglige konference.

Der indgår blandede vagter i form af dagvagter, aftenvagter og weekendarbejde.

Læs yderligere om Hammel Neurocenter på www.neurocenter.dk

Løn og ansættelse efter overenskomsten mellem amtsrådsforeningen og Danske Fysioterapeuter. Stillingerne er omfattet af nye lønformer.

Ansøgning stiles til overfysioterapeut Carsten B Jensen, Regionshospitalet Hammel Neurocenter afsnit H5, Voldbyvej 15, 8450 Hammel.

Ansøgningsfrist 14. maj 2007.

Samtaler afholdes i uge 21 eller 22

Yderligere oplysninger

Overfysioterapeut Carsten B Jensen tlf.: 87 62 3393, neucj@sc.aaa.dk eller ledende ergoterapeut Jette Westh tlf.: 8762 3373, neujw@sc.aaa.dk

Se stillingsopslag på www.regionmidtjylland.dk



Fysioterapeut

fuld tid pr. 1. juli 2007

Har du erfaring med neurorehabilitering og/eller anden bred klinisk erfaring, arbejder du gerne intensivt og tværfagligt, er du god til at skabe overblik og er du indstillet på faglig udvikling og engagement?

Kurhus yder intensiv rehabilitering til voksne med moderate til svære følger efter pludselig opstået hjerneskade.

De i alt 18 døgnklienter og 2 dagklienter er i gennemsnit indskrevet 3-6 måneder og er hjemmehørende i Hovedstadsregionen eller Region Sjælland.

Til opholdet hører en udslusningsproces med hjemmetræning og supervision af personale, som er involveret i et evt. videre forløb.

Såvel det tværfaglige som det fysioterapeutiske arbejde tilrettelægges i samarbejde med klienten og foregår på såvel kropsniveau i træningslokaler som i funktionelle dagligdagsaktiviteter og lystbetonede interesseområder i og uden for huset. Arbejdet tager udgangspunkt i ABC-koncepterne. Videre rehabiliteringsteorier og -metoder integreres, hvis indikeret.

Se den fulde annonce og læs mere om Kurhus på www.kurhus.dk

Yderligere oplysninger eller funktionsbeskrivelse fås ved henvendelse til ld. terapeut Karen Nielsen, tlf. 5827 1268.

Ansøgning sendes til

Center for Neurorehabilitering – Kurhus
Kurvej 8, 4293 Dianalund

senest den **18. maj 2007** med morgenposten mrk. ansøgningen "Kurhus, fysioterapeut".

Ansættelsessamtaler forventes afholdt den 25. maj.



Epilepsihospitalet i Dianalund
• Center for Neurorehabilitering - Kurhus
• Specialskoler • Værkstedcenter • Botilbud
• Møde- og Konferencecenter • Undervisning
• Specialrådgivning www.filadelfia.dk

Deadlines for 2007

Blad nr.	deadline	Udkommer
10/11	16.05	1. juni
12	31.05	15. juni
13	14.06	29. juni
14	09.08	24. august
15	23.08	7. september
16	06.09	21. september
17	20.09	5. oktober
18	04.10	19. oktober
19/20	01.11	16. november
21	15.11	30. november
22	29.11	14. december

DANSKE FYSIOTERAPUETER

[Fysioterapi](#) [Rehabilitering](#) [Kognitiv rehabilitering](#) [Hjælpemidler](#) [Uddannelse](#) [Elevuddannelse](#) [Fagforening](#) [Konferencer](#) [Læge](#)

[Start](#) [Service](#) [Uddannelse](#) [Rehabilitering](#) [Fysioterapi](#) [Uddannelse](#) [Elevuddannelse](#) [Fagforening](#) [Konferencer](#) [Læge](#)

PRAKSISCERTIFIKAT 2007

Datoer for forårets kurser kan findes på hjemmesiden.
Stadig ledige pladser over hele landet
Se www.fysio.dk/praksis-privat

[Start](#) [Service](#) [Uddannelse](#) [Rehabilitering](#) [Fysioterapi](#) [Uddannelse](#) [Elevuddannelse](#) [Fagforening](#) [Konferencer](#) [Læge](#)



Mød os på
Rehab Scandinavia 2007
stand A1107

NOGET RART AT SAMLES OM

Vores nye bordprogram, VISION, giver optimale betingelser for at samles og sidde i en korrekt og behagelig stilling – uanset om man har et handicap eller ej. Den smarte arm support kan hægtes på og tages af efter behov.

VISION er så fleksibelt, at det kan tilpasses stort set alle aldre og situationer – uanset om man har et handicap eller ej. Har du lyst til at se, hvordan VISION fungerer som f.eks. computer- læse- spille- skole- terapi- eller mødebord, er du velkommen til at kontakte os og rekvirere vores

brochure eller klikke ind på www.ropox.dk. Her kan du også se, hvor mange forskellige farver, du kan vælge imellem, når du vælger VISION.

Salgsansvarlig:

Sjælland: Jack Pedersen. Tlf. 5575 0514

Fyn og Jylland: Ebbe Brag. Tlf. 8657 3188

ROPOX Ringstedgade 221 4700 Næstved Telefon 5575 0500

Ropox har siden 1962 udviklet og fremstillet produkter, der hjælper personer med nedsat funktionsevne til at kunne leve en tilværelse uafhængig af andre.

VISION
by ropox

For hver rulle 45m Thera-Band® Elastik du bestiller i maj, vedlægger vi GRATIS 1 eksemplar af Politikens bog om træning med elastik.

(Bogen kan naturligvis også bestilles separat!)

Politikens bog om træning med elastik

Politikens bog om træning med elastik er en bog for alle, der vil i gang med effektiv og sjov muskel- og konditionstræning derhjemme. Elastikken er et sikkert træningsredskab, som udfordrer musklernes styrke og udholdenhed samt kroppens balanceevne på en anderledes og mere dybdegående måde end træning i fitnessmaskiner.

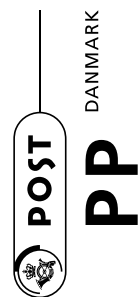
Med bogen følger et styk 2,5 m Thera-Band® elastik, og man kan således straks gå i gang med bogens øvelser, der er grundigt forklaret og illustreret med mere end 140 trin for trin-fotos.



NYHED

Fra bogens indhold:

- Brug elastikken rigtigt
- Øvelser til ben og baller
- Øvelser til mave og ryg
- Øvelser til arme og skuldre
- Træningsprogrammer til alle niveauer
- Opvarmning, konditionstræning og strækøvelser



Maskinel Magasinpost
ID NR. 42137

Afsender:
Postbox 7777
7000 Fredericia