

# FYSIO

*terapeuten*

#04 2015 · 97. ÅRGANG



## Fagkongres 2015

TEMA SIDE 16

*Mød Louise Thule,  
direktør for velfærd.  
Og fysioterapeut.*

PORTRÆT SIDE 10

*Manglede en vikar og  
startede sit eget bureau.*

MIN ARBEJDSPLADS SIDE 52



## INCLUSIVE LINE

Innovativt træningsudstyr, udviklet til personer både **med** og **uden handicap**. Med **INCLUSIVE LINE** gør Technogym det muligt for en stor gruppe mennesker at opnå de fysiske - og psykiske fordele, målrettet fysisk træning medfører. Såvel personer med kognitive -, sensoriske - eller fysiske handicap som personer uden handicaps kan med fordel benytte udstyret.

- **FORBEDRET SIKKERHED.** Alle indstillinger på styrketræningsudstyret udføres med én enkelt træk-/udløsningsmekanisme.
- **ET VIRKELIG INCLUSIVE PRODUKT.** Visuelt adskiller udstyret sig ikke fra almindeligt træningsudstyr, og intimiderer derfor ikke personer med handicap.
- **SVINGBART SÆDE.** På alle overkropsmaskinerne kan sædet let svinges til siden, så kørestolsbrugere let og effektivt kan positionere sig i den korrekte træningsposition.
- **FORBEDRET ERGONOMI.** Taktile tal kombineret med en ny smart vægtsplit, gør det også muligt for blinde og svagseende at benytte maskinerne.
- **INCLUSIVE LINE,** inkluderer både styrke- og konditionstræningsudstyr.



## 10 VIDERE!

Mød Louise Thule Christensen, der er nået så højt, som man næsten kan komme i det kommunale system, og er blevet direktør for velfærd i Fredericia Kommune.

## 16 BIOMEKANISKE FORKLARINGSMODELLER SKILLER VANDENE

Flere oplæg på Fagkongressen havde fokus på kroniske ryglidelser og smerter. Seniorforsker og ph.d. Tom Petersen giver et bud på en samlet konklusion.

## 32 MANGE GENTAGELSER, OPGAVESPECIFIK OG SKRÆDDERSYET GENOTRÆNING

Den tidlige fase af genoptræningen er vigtig, og der skal sættes ind med intensiv træning, lød den hollandske professor Gert Kwakkels budskab på Fagkongressen.

## 36 KUN SPARSOM DOKUMENTATION FOR DEN FYSIOTERAPEUTISKE INTERVENTION TIL BØRN

Til gengæld er grundlaget i orden, for man er nået langt, hvad angår måleredskaber

## 39 PATIENTER MED HOFTEBRUD SKAL TRÆNE PÅ SYGEHUSET OG EFTER UDSKRIVELSEN

Fokus på tidlig aktivitet og genoptræning på sygehuset er forudsætningen for, at patienter med hoftebrud genvinder tidligere funktionsniveau, lød et budskab på Fagkongressen.

## 46 MENNESKER MED GIGT SKAL TRÆNE HÅRDT OG KAN TÅLE DET

Med reumatoid artrit følger en høj risiko for livsstilssygdomme. Fysioterapeuter skal sikre, at der trænes med tilstrækkelig intensitet.

## Det faste

- 6 Fysnyt
- 49 Foreningsnyt
- 52 Min arbejdsplads
- 54 Litteratur
- 56 Møder & kurser
- 63 Job



*1300 medlemmer af Danske Fysioterapeuter brugte tre dage i marts på Fagkongressen i Odense. Med alt hvad dertil hører af præsentation af ny forskning og nye produkter og udveksling af viden fra praksis - samt ikke mindst glæden ved at være sammen og dele det hele med ligesindede. Tema om Fagkongressen side 16-47.*

FOTO HEIDI LUNDGAARD



DANSKE FYSIOTERAUTER/ Holmbladsgade 70, 2300, København S, Tel 33 41 46 20, redaktionen@fysio.dk, www.fysio.dk. 97. årgang. ISSN 1601-1465 REDAKTION/ Kommunikationschef Mikael Mølgaard, ansv. red. (mm@fysio.dk), faglig redaktør Vibeke Pilmark (vp@fysio.dk), redaktionschef Anne Guldager (ag@fysio.dk) ANNONCER/ Dansk Mediaforsyning, telefon 70224088, www.dmfnet.dk, fysiojob@dmfnet.dk. Kontrolleret oplag 13.049. Kontrolleret af FMK i perioden 1. juli 2013 - 30. juni 2014. LAYOUT/ Mette Funck/Datagraf TRYK/ Datagraf

# AcupunctureShop ApS

På under 2 år har flere end 100 af dine kollegaer anskaffet sig en Lojer Capre brikse.  
Vi søger yderlig 50 referenceklinikker - se priser på vores webside.



**FX5**

Eliten af brikse  
fra Lojer

## **Lojer fra Finland:**

Finske Lojer har mere end 100 års erfaring med produktion af behandlingslejer, og dette har nu resulteret i en serie af luksusbrikse i absolut førsteklasses design: Capre FX, Capre F og Capre M.

## **Er du vores referenceklinik?**

AcupunctureShop ApS søger 50 referenceklinikker, som gennem os kan anskaffe sig en af disse brikse til en meget fordelagtig pris. Vi søger også referenceklinikker til både Shockwave og HI-DEF BTL Laser. Anvender din klinik akupunktur nåle? Vi har Europas største lager samt prisgaranti. Kontakt os på **76940877** og hør nærmere.

# Faget blev fejret



Tina Lambrecht

FORMAND FOR DANSKE  
FYSIOTERAPEUTER

”  
*I marts 2018  
skal vi til  
Fagkongres igen.  
Jeg er allerede  
begyndt at  
glæde mig!*

Jeg var glad, stolt og træt, da jeg tog hjem fra Danske Fysioterapeuter Fagkongres. Glad for, at det var lykkedes at samle mere end 1300 fysioterapeuter fra hele landet. Stolt over at være en del af dette faglige fælleskab. Og træt efter at have hørt mange inspirerende oplæg og mødt og snakket med et væld af medlemmer.

Og så fik jeg atter bekræftet, at det er en god ide at fejre faget på denne måde.

I løbet af de tre dage kunne deltagerne vælge mellem 220 oplæg fra førende forskere fra ind- og udland, som præsenterede ny viden, og dygtige praktikere og specialister, der demonstrerede behandlingsprincipper og teknikker. Her var rekordmange udstillere, der viste det nyeste trænings- og behandlingsudstyr, og så var der selvfølgelig mulighederne for at møde kollegaer og gamle studiekammerater.

Det er præcis den kombination af fagligt input og socialt samvær, der kendetegner fagkongressen. Og som jeg fik flere positive tilkendegivelser om fra medlemmer og oplægsholdere undervejs.

Evalueringen fra deltagerne tegner samme billede. Stor tilfredshed med programmet, det faglige indhold og rammerne. Men der er også en række forslag til, hvad vi kan gøre anderledes næste gang. Dem vil vi selvfølgelig alle sammen kigge på.

Det er femte gang, vi har holdt fagkongres. Og der er sket meget, fra vi første gang slog dørene op til arrangementet. Præcis som vores fag og profession har udviklet sig eksplosivt de seneste år, har fagkongressen fået mere faglig tyngde.

Vi har etableret os på universiteterne, fået en kandidatuddannelse og kan glæde os over, at et væld af fysioterapeuter tager master-, kandidat- og ph.d.-uddannelser. Vi kan registrere, at der kommer stadig mere forskning i fysioterapi, og at større dele af den fysioterapeutiske praksis på sygehuse i kommuner og på klinikker bliver evidensbaseret.

Vi kan også se, at fysioterapeutfaget ændrer og udvikler sig. Fysioterapifaget forgrener sig og vokser i mange retninger, og der bliver skabt nye arbejdsfelter og jobs. Og så har vores fag folkelig og politisk medvind. Patienter, borgere og myndigheder efterspørger i stor stil det, vi kan.

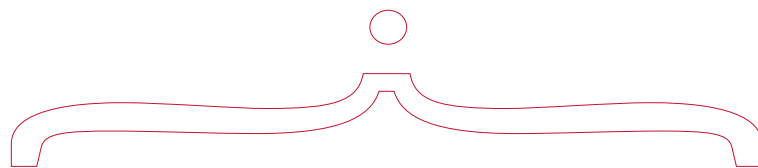
Den udvikling blev afspejlet i Fagkongressens program. Som en gammel kollega uopfordret gjorde mig opmærksom på, er der virkelig sket meget siden 2003, hvor vi første gang indbød til fagfestival, som arrangementet dengang hed.

I marts 2018 skal vi til Fagkongres igen. Jeg er allerede begyndt at glæde mig!

## 20 minutters fysisk aktivitet kan være nok

Inaktivitet anslås at være årsag til dobbelt så mange dødsfald som fedme. Et stort europæisk studie med 334.000 viser, at de inaktive kan reducere risiko for tidlig død med 16-30 procent ved at motionere i 20 minutter pr. dag. Ekelund et al. *Physical activity and all-cause mortality across levels overall and abdominal adiposity in European men and women. Am J Nutr jan 2015.*

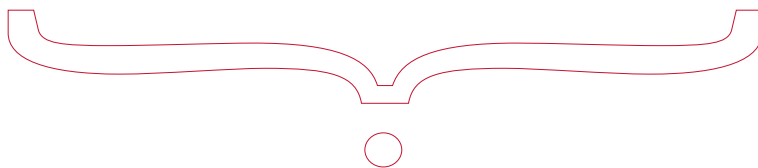
📄 [kortlink.dk/nutrition/gct5](http://kortlink.dk/nutrition/gct5)



## Tværfaglig rehabilitering motiverer til vægttab

Overvægt øger risikoen for tilbagefald og for at udvikle følgesygdomme som lymfødem, livsstilssygdomme og tidlig død hos kvinder med brystkræft. På RehabiliteringsCenter Dallund har man i et projekt tilbudt overvægtige kvinder med brystkræft et tværfagligt forløb med psykolog, diætist og fysioterapeut. I alt 57 kvinder gennemførte hele forløbet, der bestod af et indledende forløb på fem dage og et tredages forløb tre måneder efter. Forløbene viste, at senfølger og de psykologiske faktorer ved både sygdom og overvægt spillede en vigtig rolle for kvinderne. Kvinderne blev med det tværfaglige tilbud motiverede til at tabe sig og tabte sig i gennemsnit 6,1 kg på seks måneder, og deres vægttab var højere, end man har set det i andre studier.

Tina Broby Mikkelsen et al. *Tværfaglig rehabilitering kan motivere overvægtige brystkræftoverlevende til vægtreducing. Ugeskrift for læger 2. marts 2015.*



## Træn muskeludholdenhed og bliv stærk

Tommy Lundberg har undersøgt, hvilken effekt muskeludholdenhedstræning har på funktion og på celleniveau. Han fandt, at muskeludholdenhedstræningen øgede den muskelopbygning, som man tidligere troede udelukkende kom efter styrketræning. Der var særlig god effekt, hvis der var lang tid mellem træningspassene. "Det er svært at finde specifikke markører, der kan forudsige, hvordan musklerne vil reagere på træningen", fortæller Tommy Lundberg til det svenske fagblad Fysioterapi.

*The effects of aerobic exercise on human skeletal muscle adaptations to resistance exercise.*

📄 [fra kortlink.dk/diva-portal/gctg](http://fra.kortlink.dk/diva-portal/gctg)



## FORSKNINGEN HAR TALT: CYKELHELMEN VIRKER

Cykelhelmen mindsker risikoen for at få en moderat til svær hjerneskade med 63-88 procent. De fleste argumenter mod brug af cykelhelme er hypotetiske og underbygges ikke af forskning.

📄 [ugeskriftet.dk/videnskab/cykelhjem-forebygger-hjerneskade](http://ugeskriftet.dk/videnskab/cykelhjem-forebygger-hjerneskade)



## Nedbringelse af tvang i psykiatrien

Et 3-årigt satspuljeprojekt, der har som mål at nedbringe tvang i psykiatrien er blevet evalueret. Fem regioner med 34 psykiatriske døgnafsnit deltog i projektet, fordelt på børne- og ungdomspsykiatri, retspsykiatri, gerontologi, almenpsykiatri og andre specialer inden for voksenpsykiatrien. Af evalueringsrapporten fremgår det, at antallet af bæltefikseringer samlet set er reduceret med 26 procent, de bæltefikserede voksne patienter bæltefikseres i gennemsnit færre gange, og fysisk og sansestimulerende aktivitet og sociale og andre miljøterapeutiske aktiviteter kan bidrage til at nedbringe anvendelsen af tvang.

📄 [kortlink.dk/rm/gcp8](http://kortlink.dk/rm/gcp8)



## Børn og unge har også ondt i ryg og nakke

Børn og unge mellem 11 og 13 år har ondt i ryg og nakke, og smerterne har samme karakter som hos de voksne. Der er generelt ingen sammenhæng mellem fysisk aktivitet og rygsmerterne, men der er en forhøjet risiko for rygsmerter hos dem, der er meget aktive. Den kliniske rygundersøgelse alene kan ikke identificere nuværende og fremtidige rygsmerter. Det viser et projekt, som kiropraktor Ellen Årtun har gennemført i forbindelse med sin ph.d. I et interview i "Kiropraktoren" understreger Ellen Årtun, at det også er vigtigt at opfordre børn og unge til at være fysisk aktive, også selv om inaktivitet ikke øger risikoen for at få ondt i ryggen.

*Physical activity, clinical examination, and the young spine: A two-year prospective cohort study with 1,300 Danish adolescents aged 11-13*

[kortlink.dk/sdu/gcpf](http://kortlink.dk/sdu/gcpf)

## Hvad skal man vælge PEP eller CPAP?

Den svenske fysioterapeut Maria Sehlin har i forbindelse med sit ph.d.-studie undersøgt, hvilke hjælpemidler og hvilken modstand der er hensigtsmæssig til patienter med åndedrætsforstyrrelser.

*Maria Sehlin. Resistance breathing with PEP and CPAP: effects on respiratory parameters.*

[kortlink.dk/diva-portal/gcsy](http://kortlink.dk/diva-portal/gcsy)

## Sundhedsmedarbejdere får ikke nok information om kliniske retningslinjer

Kommunale sundhedsmedarbejdere, som SOSU-assistenten, fysioterapeuter, ergoterapeuter og sygeplejersker – informeres ofte utilstrækkeligt om nye kliniske retningslinjer, som de skal anvende i deres arbejde. Sådan lyder en konklusion i en rapport, som Center for Interventionsforskning, der hører under Institut for Folkesundhed på Syddansk Universitet, står bag. Rapporten handler om implementeringen af fire retningslinjer, der blev udviklet af KL og Sundhedskartellet og afprøvet i ni kommuner i 2013-14.

[kortlink.dk/gcpa](http://kortlink.dk/gcpa)

## Ny professor skal forske i livslængde og livskvalitet hos ældre

Rudi Westendorp er blevet ansat som professor på Københavns Universitet, hvor han bliver tilknyttet Center for Sund Aldring og Institut for Folkesundhedsvidenskab. Rudi Westendorp skal forske i innovative løsninger til at fremme livslængde og livskvalitet hos ældre. Hans tværfaglige forskning tager udgangspunkt i begrebet "vitalitet", som har fokus på at inspirere ældre til at få mest muligt ud af livet. Ikke blot for deres egen skyld, men også for at fortsætte med at yde et bidrag til samfundet.



## BEDRE SAMMENHÆNG I TELESUNDHED

Et nyt servicecenter for telesundhed skal sikre bedre sammenhæng for brugerne. Udgangspunktet er, at uanset om det er en videoskærm til virtuel træning fra kommunen, et apparat til at måle blod-sukker fra den praktiserende læge eller en app til deprimerede fra den psykiatriske afdeling, skal der være én indgang for både borgere og personale, når teknikken driller, og når apparatet skal stilles op.

[kortlink.dk/regionmidtjylland/gcp4](http://kortlink.dk/regionmidtjylland/gcp4)



# Kan dyr hele?

## Kom til minisymposium om dyreassisteret terapi

TrygFonden ønsker at fremme brugen af de positive effekter af samværet mellem mennesker og dyr. Mere end 500 besøgshunde og deres frivillige ejere skaber i dag gennem TrygFonden Besøgshunde glæde blandt udfordrede og sårbare mennesker på institutioner i hele Danmark. Men samværet med dyr kan løfte mere end livskvalitet.

Når dyr integreres i veldefinerede, målrettede behandlingsforløb, kaldes det dyreassisteret terapi. En medicinfri intervention, der kan motivere og skabe sammenhold. Dyr kan berolige, sænke modstand og flytte fokus.

På dette minisymposium deler danske og udenlandske eksperter viden om og erfaringer med brug af dyr som behandlingsform. Forskere, praktikere og terapeuter giver øjenåbnende eksempler på, hvordan arbejdet med dyr bruges aktivt i forskellige former for terapi.

**Alle er velkomne til en inspirerende formiddag.**

*TrygFonden er medlem af IAHAIO  
(International Association of Human-Animal Interaction Organizations)*



**Hvornår:**  
Torsdag den  
28. maj 2015,  
kl. 9.30-11.30



**Hvem:**  
Alle med  
interesse for  
det, der sker  
mellem dyr  
og mennesker:  
terapeuter,  
forskere,  
hundeejere,  
ledere og ansatte  
på institutioner  
og borgere.



**Hvor:**  
Festauditoriet  
på Københavns  
Universitet,  
Bülowsvej 17,  
1870  
Frederiksberg



**Pris:**  
Deltagelse er  
gratis, men vi har  
et begrænset  
antal pladser.  
Tilmeld dig senest  
den 21. maj på  
**besogshunde.dk**  
Her kan du også  
se det fulde  
program.

## TrygFonden

TrygFonden varetager TryghedsGruppens almennyttige arbejde. TryghedsGruppen er hovedejers i forsikringsselskabet Tryg og skaber værdi og tryghed gennem langsigtede investeringer og almennyttige uddelinger.



**FITNESS  
ENGROS**

# KAMPAGNEPRIS PÅ STAR TRAC TURBO TRAINER

**TURBO**TRAINER™

by **STAR TRAC**

Relationships. Solutions. Innovation.

“Jeg har med Turbo Traineren fået en super maskine til mine seniorer. De får på kort tid pulsen op, men kan selv styre hastigheden og kan nemt holde balancen med de stabile håndtag. Vi inddrager også Turbo Traineren i vores cirkeltræning som en nem, men hård kredsløbsøvelse.”

Susanne Nielsen,  
Hvidovre Motionscenter

**Kontakt**  
Fitness Engros

**Ole Okke**

Key Account Manager  
Mobil (+45) 25 38 76 79  
E-mail oo@fitnessengros.dk

**Patrick Nielsen**

Distriktsansvarlig Jylland & Fyn  
Mobil (+45) 20 23 23 54  
E-mail pn@fitnessengros.dk

**DKK 11.130** EKSKL. MOMS  
(normalpris DKK 15.900 ekskl. moms)

**Finansiering**  
fra DKK 245 pr. måned ekskl. moms

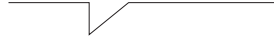
Turbo Trainer er blevet modtaget med stor succes hos vores kunder. Derfor har vi valgt at tilbyde den til kampagnepris indtil 15. maj 2015.





## FYS +

Fysioterapeutens serie 'Fys +' går tæt på fysioterapeuter, der har suppleret fysioterapi med en anden faglighed, f.eks. med en ekstra uddannelse eller skiftet spor. Hvad kan vi lære af osteopater, akupunktører og andre sundhedsfaglige, og hvordan bevarer man rødderne til sit 'gamle' fag?



# Videre!

---

PORTRÆT

---

Louise Thule Christensen hader problemer, men elsker at knuse dem. Mød den 46-årige direktør for velfærd i Fredericia Kommune, der ifølge omgivelserne er den fødte leder, men som selv ser fysioterapien som roden til sin karriere.





**DA LOUISE THULE** Christensens lillesøster fik konstateret kræft som 30-årig, meldte storesøster ret klart ud, at det nok skulle gå, og at alt ville blive godt, men også at lillesøster måtte se sig om efter flere støtter. Hun forsøgte med alle kræfter at se positivt – måske lidt for positivt – på situationen, for tanken om andet var alt for svær at bære. Med to små børn og nyt job var det en nødvendighed for Louise Thule at holde sporet og overblikket, og det var meningsløst, hvis de begge to gik ned med flaget.

En typisk nøgtern Louise-kalkulation.

Lillesøster Katrine værdsætter sin søster for hendes ærlighed og er helt okay med, at hun i stedet for at spille Florence Nigthingale valgte at tone rent flag. For det andet fornemmer man, at de to søstre er helt på det rene med, hvor meget de holder af hinanden. Der er ingen *hangs*.

”Jeg er nok overlevertypen, der kører videre og som undgår at falde i hullerne på livets vej”, fortæller Louise, der har lukket døren til sit direktørkontor i Fredericia Kommunes lokaler for at fortælle om sin vej fra fysioterapeutstudiet til de bonede gulve.

Hun gør historien om den meget private dag færdig: ”Da Katrine ringede og fortalte om diagnosen, stod jeg på et seminar og skulle lige til at gå på som næste taler. Jeg var i chok og sagde til min chef, at jeg havde brug for at gå en tur og gik ned til søen. Der stod jeg og hylede. Efter lidt tid tænkte jeg: ’Det er noget møg, men jeg kan godt klare den præsentation’, hvorpå jeg gik tilbage og fremlagde mine og min daværende chef, Dorte Lykkes, strategiske overvejelser, som

handlede om rehabilitering, hvilket lige siden har været min faglige mærkesag”.

### Kalder en spade for en spade

Louise Thule kan sagtens både at være ’hende med de spidse albuer, som kalder en spade for en spade’ og vise sin mere private sårbare side. For hende er det nærmest selvfølgelig, at hvis man ’lukker ned’ på nogle fronter, manifesterer ens sårbarhed sig bare på nogle andre. Det er bare en af de mange lektier, hun mener, at hun lærte som fysioterapeutstuderende og sidenhen i jobbet på Herlev Amtssygehus, hvor hun arbejdede med cancerpatienter og kronisk smerte.

Og selv om hun har siddet mere bag et skrivebord end stået ved en briks i sin snart tyveårige karriere, føler hun sig alligevel ’virkelig meget som fysioterapeut’.

”Den terapeutiske krop-psyke-måde at tænke på er nærmest integreret i min måde at tænke på i dag. Jeg kan ikke lade være med at tolke kropssprog og tænker f.eks. også over, hvad der er på spil, når jeg pludselig falder og slår mig på en skiferie. ’Hvad handler det om? Har jeg brug for en pause’”, siger hun og tilføjer, at krop og psyke selvfølgelig er spejle af hinanden.

Lige det udsagn er måske ikke så selvfølgelig for en direktør, der sidder med fingrene nede i kommunens millionbudgetter til daglig.

### Ansvar for 3000 ansatte

Siden januar har Louise Thule Christensen været direktør for Velfærd i Fredericia, som i øvrigt er hendes mands fødeby. I det nye job

har hun ansvar for ca. 3.000 ansatte og udover rehabilitering på ældreområdet, er hun også øverste chef for børn og unge, familie, psykiatri, handicapområdet og sundhed.

Noget af en mundfuld for de fleste, men egentlig ikke for den 46-årige fysioterapeut og nystartede direktør, der netop har været på rundtur hos sine fem afdelingschefer for at sætte sig ind i de nye områder. Mens vi taler, bladrer hun lidt i de noter, hun har taget fra de sidste ugers interviews med sine chefer og konstaterer, at der ”ikke er så langt fra den klassiske fysioterapeutiske tankegang og rehabilitering til de andre områder, som man måske skulle tro”.

”Min stilling er ny og samler en række områder under én hat. Men selv om det godt kan lyde som om, der er milevidt fra fysioterapi og det at hjælpe ældre borgere til at klare sig mere selvstændigt til børn og unge, så er afstanden reelt ikke så stor. I bund og grund handler det jo om at få øje på ressourcerne hos børn og unge, der går i skole og daginstitution, så de kan opnå maksimal læring og dermed mestre deres eget liv. Det er jo præcis det samme, når det gælder voksne med et handicap eller en sindslidelse eller ældre borgere. Spørgsmålet er, hvordan vi – altså kommunen – bedst understøtter den naturlige drivkraft, som findes i alle mennesker, så de får lyst til livet og til at deltage i de små og store fællesskaber, som er så vigtige for os som mennesker. Vi arbejder på at hjælpe borgeren over i ikke kommunale fællesskaber,” understreger Louise Thule og tilføjer ”ikke for at løbe fra ansvaret over for borgerne og spare penge,

**Hvem:**

Louise Thule Christensen, 46 år.

**Hvad:**

Bifag i idræt 1990 og Fysioterapeut fra Fysioterapeutuddannelsen i Odense 1992-1995

**Hvad mere:**

Cand. scient. i sundhed, Syddansk Universitet 2003

**Hvor:**

Direktør for velfærd i Fredericia Kommune.

men fordi at fællesskaber er god medicin". "Kommunen skal jo ikke være bedste ven med borgerne, og det er af hensyn til borgene og for ikke at gøre dem en bjørnetjeneste. Vi har lavet noget borgerdreven innovation, hvor en antropolog interviewede en række borgere med sindslidelse om det at være syg med behov for hjælp, og svarene skabte refleksion: 'hvis jeg havde vidst, at det normale *ikke* var så forskelligt fra mig, havde jeg måske opfattet mig selv som rask for længe siden'. En anden sagde noget i retning af, at han havde fortalt sin lidelseshistorie så mange gange i offentligt regi for at få hjælp, at han ikke kunne huske, hvem han var *uden* historien. Vi er desværre nogle gange alt for gode til at få øje på begrænsningerne og er på den måde medskyldige, når alt for mange borgere hænger fast i for lange og måske vedvarende kommunale tilbud".

Louise Thule kan "tale solen sort", som hun selv siger, men hun er også professionel nok til at lade de politisk varme kartofler dampe af. Men uanset, om det gælder borgere med hjælpebehov i kommunen, søsters cancerforløb eller Louises egne børn på henholdsvis 14,13 og 11, år er holdningen grundlæggende den samme: Et kærligt spark i røven er bedre end at blive *nurset* til afhængighed.

**Kun seks måneder som menig**

Målrettet. Klog. Strategisk. Privat. Taber aldrig hovedet.

Det er nogle af de ord, der bliver sagt om Louise Thule, når man spørger hendes familie, venner eller kolleger, 'hvem Louise er'. ➡

Selv om det er pæne ord, mener Louise Thule, at det i betragtning af, at hun er chef for en af landets store arbejdspladser, ikke er så overraskende gloser endda.

”Strategisk ledelse er noget af det, jeg altid har brændt for og er god til, selv da jeg læste til fysioterapeut, var der én af mine ’fysioterapeutiske mødre’, der spurgte, om jeg mon havde overvejet at blive leder”, siger Louise Thule, der åbenbart også i sit første vikariat stak så meget ud, at hun blev tilbudt en stilling som afdelingsleder efter seks måneder som mening fysioterapeut.

”Jeg var kun 28 år, og det gav lidt ballade og en masse hår på brystet”, husker Louise Thule, der blev færdig som fysioterapeut i 1995 på fysioterapeutuddannelsen i Odense.

*Men hvorfor overhovedet fysioterapi?*

”Det var et fuldkommen lystbetonet valg, jeg kunne lide at bevæge mig. Som barn og ung i Nyborg, hvor jeg er vokset op med mine søskende (udover Louise og Katrine er der også en ældre bror), elskede jeg at lege i skoven. Jeg spillede også basket i 1. division. Før jeg startede på fysioterapeutstudiet, læste jeg bifag i idræt, men jeg frygtede, at det ville blive brødløst i længden og søgte i

stedet fysioterapi. Og i dag ville jeg absolut ikke være foruden den oplevelse, det var at læse til fysioterapeut dengang”, understreger Louise Thule og griner lidt.

”Dengang var fysioterapeutstudiet, i hvert fald i Odense, en indre dannelsesrejse. De tøser, jeg hang ud med på studiet og som jeg skrev speciale med, valgte emnet ’selvudvikling’. Det siger ikke så lidt, vel? Men i de år lærte jeg meget, både om kroppen, systematisk tænkning og om mennesker - og også om, ’hvem Louise er’. Det er jo et studie, der bogstavelig talt stripper én for fordomme fra starten. Af med tøjet, op på briksen på alle fire – hvor ellers får man unge piger til at stå på alle fire kun iført trusser med bagdelen i vejret og lade sig palpere...? Vores kvindelige lærer i manuel terapi smed også selv blusen og stod og kampsvedte foran hele klassen for at vise os nye studerende, hvad ’vegetative reaktioner’ er. Altså, hvor man sveder af psykiske årsager, fordi andre kigger på én, ikke på grund af varme. En anden lærer spurgte os, om man kan forvride et knæ, simpelthen fordi man har det dårligt psykisk”.

*Kan man så det?*

”Aner det ikke. Det er nok heller ikke me-

ningen, at man skal vide det. Det handler jo om både menneskeligt og fagligt at reflektere over årsag-virkning og om at forstå, at krop og psyke hænger sammen. Når jeg får en knugen i maven en sjælden gang imellem, tænker jeg da: ’Skete der mon noget i går, som går mig på – jeg må finde ud af, hvad det handler om og få det løst, så jeg kan slippe for at have den dårlige fornemmelse i maven’. Det er helt klart en måde at tænke på, som jeg lærte i de år”.

Louise Thule kalder konsekvent sine lærere og tidligere chefer for ”fysioterapeutiske fædre og mødre” - for at ære dem, som de mentorer de reelt var for hende. Det at ’blive set’ af andre, betyder efter hendes mening meget for ens karrierevej, og af samme grund gør hun meget ud af også selv at sige ’only the sky is the limit’, når hun møder unge mennesker med potentiale og drømme.

### **Så tæt på magten, som man næsten kan komme**

I hendes eget tilfælde har fysioterapien ført hende så tæt på magten, som man kan komme uden at være kommunaldirektør. Jobbet ligger så meget til hendes højrebæn,



## 5 HURTIGE TIL LOUISE THULE CHRISTENSEN

### ***En person, der inspirerer mig fagligt?***

Jeg bliver inspireret af mange og forskellige mennesker hver eneste dag

### ***Mit største faglige øjeblik:***

Da jeg på trods af, at jeg var helt grøn, ung og nyuddannet fik tilbudt første lederjob

### ***Det bruger jeg fysioterapien til i dag:***

Leder efter ressourcer hos mig selv og i mine omgivelser

### ***Hvis jeg skulle arbejde som fysioterapeut i dag, ville jeg:***

Skulle på massiv opkvalificering

### ***Fredericia er så:***

Fuld af potentialer – natur, kultur og dejlige mennesker – et rart sted at være og i en rigtig god udvikling.

at man bliver nødt til at spørge, om det mon er skræddersyet til hende af Fredericia Kommune?

”Nej”, griner hun. ”Det var helt reelt. Efter to-tre samtaler, personlighedstest og intelligencetest, plus et møde med borgmesteren, var vi tre tilbage i opløbet. Du bliver virkelig tjekket igennem i sådan et forløb, og jeg fik bl.a. at vide, at jeg var sprogligt spændstig og god til at kommunikere, hvilket jeg selv opfatter som nogle vigtige ledelsesværktøjer”.

Rekrutteringsfirmaet Mercuri konkluderede, at hun var en ’moderne leder’.

”Det havde selvfølgelig omvendt ikke været små godt, hvis de havde sagt ’umoderne’, siger hun kækt. Det skal jo helst ikke lyde som om, hun roser sig selv.

Alle kvinder (og måske også mænd) ved, at der *skal* kæmpes hårdt og træffes stærke beslutninger som kvinde for at nå hendes position. Tænk på Helle Thorning og Stine Bosse. ”Kvinder skal stadigvæk være halvanden gang så gode som mænd for at være med i det *ballgame*”, supplerer en af Louise Thules tidligere kolleger, der selv er myndighedschef i Hedensted Kommune, og som også siger, at Louise udover at være godt selskab og sjov at være i nærheden af er ret hårdkogt.

Louise er afklaret med, at hun ikke er den bløde type.

”’*Ingen syge og ingen døde*’, plejer jeg at svare, når folk spørger, hvordan det står til med familien. Det er nærmest blevet en vittighed mellem min mand og mig. Men der er et gran sandhed i, at jeg ikke gider snakke så meget om banaliteter og hverdagsforhindringer, de skal bare løses og af vejen hurtigst muligt. Jeg tog faktisk på et tidspunkt et lederkursus i ’containing’ for at blive bedre til at rumme mennesker, der ikke er som mig, og som har et mere frustreret udtryk. En af mine svagheder er, at jeg har svært ved at rumme personer, der er negative. Det dræner mig, siger hun ærligt og tilføjer eftertænksomt:

”Jeg ved godt, at de selvfølgelig har en anden udlægning af sagen, men det er svært, når man som jeg hader problemer. Til gengæld elsker jeg at knuse problemer, så vi kan komme videre”. ●

# NYHEDER

## Hjælpemidler med fokus på

- Ældre- og handicapområdet
- Selvhjulpethed
- Sansestimulering
- Ro og tryghed



**Ny Protac MyFit®** har velcroåbning på begge skuldre og mindre kugler, som reducerer vægten. Anbefales til brugere som er fysisk svage og har indskrænket bevægelighed f.eks. ældre, demente og neurologiske brugere. Kuglernes tyngde og tryk styrker kropsfornemmelsen og beroliger.



**Nyhedsrabat på 20%  
indtil 31.05.2015**

**Ny Protac SenSit® Straight** opbygget af stabil skumkerne, som gør det nemmere at rejse og sætte sig ved fysisk funktionsnedsættelse. Formbart indhold af kugler i sæde og ryg skaber en bekvem sidde- og hvilestilling. Nakke- og sidevinger omslutter brugeren og giver ro og tryghed.

### Gratis besøg

Vores ergo- og fysioterapeuter rådgiver og fremviser gerne vores produkter. Kontakt os på 8619 4103 eller [protac@protac.dk](mailto:protac@protac.dk)



**PROTAC®**  
INTEGRATING SENSES

# BIOMEKANISKE FORKLARINGSMODELLER SKILLER VANDENE

Flere oplæg på Fagkongressen havde fokus på kroniske rygsmerter og smerter, og flere af eksperterne var enige om, at der skal være fokus på at normalisere den ændrede kropsoplevelse, som mange patienter får i forbindelse med rygsmerterne, og at patienternes mestringsstrategier skal styrkes. Seniorforsker, fysioterapeut Tom Petersen fra Ryg- og Genoptræningscenter København sugede til sig på kongressen og fortæller her, hvad han tager med sig hjem.

”**NOGLE AF DE** vigtigste gå-hjem-budskaber inden for rygbehandling fra denne kongres er, at vi skal se på andre stressorer til smerterne end blot de biomekaniske. Vi er alle enige om, at det gælder om at finde det dominerende problem i patientens samlede billede. Hvis der er frygt for smerter, så skal vi starte dér. Og her har vi som fysioterapeuter nogle gode redskaber, fordi vi efter tolkning af patienternes smertesvar under undersøgelsen kan afbekymre dem og give dem en forklaring på, hvilke mekanismer der vedligeholder problemet”.

Således siger seniorforsker Tom Petersen efter tre dages Fagkongres, der har afsløret både enigheder og forskelle blandt de forskellige forskere, der holdt oplæg på kongressen.

Fysioterapeuter optimerer patienternes mestringsstrategier. Det var både den australske kliniker og rygekspert Trish Wisbey-Roth, den australske professor Peter O’Sullivan, den danske forsker, fysioterapeut Bjarne Rittig-Rasmussen og Tom Petersen selv enige om.

”Patienter med langvarige rygsmerter vil få tilbagefald, og så skal de vide, hvad de skal gøre for ikke at blive modløse”, siger Tom Petersen.

Men når det handler om klassifikationsmodeller og biomekaniske forklaringsmodeller skilles vandene. En af hovedoplægsholderne inden for rygområdet var Peter O’Sullivan fra Australien, der i sit keynote oplæg gennemgik baggrunden for sin biopsykosociale tilgang til behandling af rygproblemer. Et oplæg, som Tom Petersen overværede med stor interesse, selvom han ikke var enig i alle budskaberne.

”Peter siger, han ikke kan lide kasser, så på det punkt er vi ikke enige. Enhver genkendelse af bestemte mønstre hos patienten handler om at klassificere. Men jeg ser ikke selv en modsætning mellem hans biopsykosociale tilgang bygget op omkring smerteletelse ved at ændre patientens bevægelsesmønstre og den mobiliserende klassifikationsmodel, som bliver benyttet inden for MDT (Mekanisk Diagnostik og Terapi)

bygget op omkring smertesvar ved gentagne bevægelser. Modellerne fanger forskellige typer af patienter, og de supplerer hinanden, når de søger efter genkendelige mønstre, som skal normaliseres for at bringe patienten ud af sine fejlstillinger. Komplexiteten i tilgangen til patienter med kroniske smerter kan let betyde, at fysioterapeuterne farer vild, så hvis vi kan ændre en smertefuld bevægelse til at være mindre smertefuld efter korrektion, er det et godt sted at starte. Så kan vi tackle de andre faktorer i den biopsykosociale model hen ad vejen”, mener Tom Petersen.

## **Gode mestringsstrategier og kortical reorganisering**

Fysioterapeut, ph.d. Bjarne Rittig-Rasmussen havde i sit keynote oplæg om smerter fokus på reorganiseringen af den kortikale hjerne som en vigtig komponent i behandlingen af smerter. ”Det ser ikke ud til, at der er en systematisk øvelsesstrategi, der er bedre end andre”, sagde Bjarne Rittig-





Fysioterapeut, ph.d. Tom Petersen samler op på tre dages kongres.

”Men læg ikke ekstra belastninger oven i en forvejen presset hverdag. Hvis patienterne har fem børn derhjemme, har de ikke brug for et øvelsesprogram. Få dem i stedet til at tage trappen og hjælp dem med at være mindfulde”, sagde Peter O’Sullivan.



”Der er ikke nogen i denne sal, der ikke har de psykosociale faktorer med i rehabiliteringen. Men vi må også give træningsprogrammer og behandling til dem, der har brug for det”, understregede Trish Wisbye-Roth.

Rasmussen blandt andet i sit oplæg. ”Patienten skal derfor have at vide, at selv om en bevægelse gør ondt, så er den ikke farlig. Hjernen skal genopdrages til at tolke nociceptionen korrekt”, forklarede han.

”Netop dette er på linje med den australske rygforsker Paul Hodges. Som jeg udlægger det, er én af grundene til, at der ikke er så stor forskel på effekten af de forskellige systematiske måder at træne på, at de alle ændrer opmærksomheden og repræsentationen af kroppen i hjernen. Hjernen bliver opmærksom på, at noget er galt i et bestemt område, og vores øvelsesterapi bidrager til at normalisere tolkningen af input fra noci- og proprioceptorer”, forklarer Tom Petersen. ●

#### Interview med Peter O’Sullivan

Læs interview med Peter O’Sullivan i Fysioterapeuten nr. 3 2015.

# Pris til poster om knækontrol



*Tina Junge (th) fik posterprisen overrakt af Det Videnskabelige Panel, der stod for bedømmelsen. Fra venstre Jakob Lorentzen, Susan Warming og Uffe Læssøe.*

Fagkongressen præsenterede 83 poster. Prisen for den bedste gik til Tina Junge, UC Lillebælt.

**E**n væsentlig del af Fagkongressens program var præsentationerne af de ikke færre end 83 posters fordelt på mange fagområder.

Prisen til bedste poster gik til en poster, der præsenterede studiet "Altered knee joint neuromuscular control during landing from a jump in 10-15 year old children with generalised joint hypermobility. A substudy of the CHAMPS-study Denmark".

Posteren blev af Fagkongressens Videnskabelige panel vurderet ud fra videnskabelig og metodisk kvalitet, fysioterapeutisk relevans, design samt ikke mindst perspektiver for faget.

Tina Junge, UC Lillebælt, modtog prisen på de 5.000 kroner.

Posterne blev som noget nyt præsenteret på digitale postersessioner foruden at være ophængt på traditionel vis i Fagkongressens vandrehal.

## God effekt af stavgang til hofteartrose

**F**ire måneders stavgang forbedrer gangdistance, trappegang og lysten til at fortsætte med at træne, og effekten holder også efter et år. Det viser et projekt som fysioterapeut, ph.d.-studerende Theresa Bieler har gennemført med 152 ældre med artrose, og som hun fremlagde på Fagkongressen. Gennemsnitsalderen var 70 år og alle havde kliniske tegn på hofteartrose, men stod endnu ikke på venteliste til at få en ny hofte. De ældre blev randomiseret til enten superviseret styrketræning i fitnesscenter, stavgang eller hjemmetræning, hvor de fulgte et øvelsesprogram fra Gigtforeningen. Alle trænede 2-3 gange om ugen.

Ved inklusion og ved afslutning af studiet blev deltagerne testet med 30 sekunders rejse-sætte-sig test, 6-minutters gangtest, trappegang, maksimal isometrisk styrke i UE, hofteekstensor power (kraft pr. tid) og bevægelighed i hoften. Derudover skulle deltagerne selv evaluere effekten med WOMAC og HOOS.

Efter fire måneder viste det sig, at de, der havde gået stavgang, scorede højest på gang- og trappegang. Grupperne havde sammenlignelige resultater på hofte- og lårmuskelstyrke og bevægelighed.

Patienterne selv vurderede størst effekt på smerte og funktion med styrketræning og ingen effekt af hjemmetræning. Styrketræning var den bedst accepterede træningsform. Et-års-follow-up viser sig, at 63 procent af stavgangsgruppen har fastholdt træningen og har opnået en væsentlig forbedring på gangdistance og trappegang. Stavgangsgruppen har desuden forbedret sig i rejse-sætte-sig-testen, hvor de nu har overhalet styrketræningsgruppen





# Complimenta Work

## Online, nemt og fleksibelt

### Adgang til dit kliniksistem overalt!

ComplimentaWork er kliniksistemet, som gør det muligt at bruge tiden på dét du gerne vil ...nemlig dine patienter!

ComplimentaWork giver dig overblik over din kalender, patienter, journaler og ikke mindst omsætning.

Systemet er enkelt og brugervenligt. Det kræver blot en internetforbindelse - vi passer på dine data og sørger naturligvis for backup og opdatering.

Ingen opstartsgebyrer - og du er i gang på 2 minutter.

### Vi er altid klar til at hjælpe dig

Har du spørgsmål? Bare rolig vi hjælper dig med et smil. Vores support hjælper dig hurtigt, så du kan komme videre med dit arbejde - OG det koster ikke ekstra!

Kontakt os i dag og få et uforpligtende tilbud og en demo, så du kan se, hvor hurtigt og billigt du kommer online:

Mail: [hc@complimenta.com](mailto:hc@complimenta.com)  
Telefon: 8830 7600

*Se mere på [www.complimenta.com](http://www.complimenta.com)  
- og husk at følge os på Facebook!*

### Kom igang for under 500 kr om måneden!

#### Alt dette får du:

- Kalender, journal, fakturering, rapporter
- Aut. afregning til regionen & Sygeforsikring "danmark"
- Elektronisk korrespondance til læger
- Dankortbetaling
- Online booking
- Fremmødere registrering
- Individuelle undersøgelseskemaer
- Avanceret indlejer afregning
- Forsikringsforløb med aut.afregning til forsikringselskaber
- Support, lige når du har brug for det!

#### Tillægsmoduler:

- SMS / E-mail
- E-faktura
- Finansmodul & håndtering af indlejers regnskab
- Træningscenter:
  - Holdstyring, bødemodul, online booking
  - Træning med henvisning med aut. afregning til regionen
  - Abonnementbetaling



## AT UDSKIFTE KRØLLET PAPIR MED NY TEKNOLOGI ØGER COMPLIANCE

Lektor på University College Nordjylland, Lene Duus fremlagde på Fagkongressen et projekt, der i form af kvalitative interviews har undersøgt, om ny teknologi, i dette tilfælde en Digifys-app, kan øge patientens compliance og empowerment. Fire fysioterapeuter i alderen 28-56 år anvendte appen, der gav adgang til en øvelsesbank med videoklip samt muligheden for at supplere med optagelser af patienten selv. Undersøgelsen viste, at fysioterapeuterne brugte teknologien meget forskelligt, og kun én brugte optagefunktionen. Alligevel viser undersøgelsen med Lene Duus' ord, at "bare det at udskifte et krøllet stykke papir med videoklip øger compliance". Som en af de yngre patienter sagde: Jeg ser appen, når jeg tjekker facebook, og så kommer jeg i tanke om, at jeg skal træne". Patienterne følte større tilskyndelse til at repetere øvelserne i stedet for at springe dem over med henvisning til, at de ikke kunne finde ud af dem. Fysioterapeuterne gav udtryk for, at de i højere grad fik rettet i sammensætningen af øvelserne undervejs og slettet øvelser, der ikke var relevante.



## Håndbold inspirerer til test og træning af balance

Fysioterapeut, ph.d. Uffe Læssøe fremlagde på Fagkongressen et projekt, der har undersøgt en ny måde at teste ældres balance på med inddragelse af dual-task-tankegang for at få et så realistisk billede af balancen som muligt. På tre vægge er fastgjort en række farvede sensorer, som blinker på skift. De ældre skal forsøge at slukke lyset ved at holde hånden foran sensoren så hurtigt som muligt. Placeringen af sensorerne tvinger deltagerne til at komme ud i yderstillinger og stiller krav til balancen i kombination med både reaktion og hurtighed. "Det næste er så, at vi skal undersøge, om vi med dette udstyr er i stand til at finde dem, der i øget risiko for at falde", sagde Uffe Læssøe i sit oplæg. Udstyret Fitlight, som Uffe Læssøe har anvendt i sit studie, var udstillet på Fagkongressen. Udstyret er oprindeligt udviklet til at træne reaktioner hos håndboldmålmand, men det har vist et langt større potentiale i rehabiliteringen og benyttes på flere genoptræningscentre i Danmark.

## Bachelorprojekter i praksis gør en forskel

Fysioterapeutuddannelsen i Holstebro har undersøgt, om det gør en forskel for praksis, når bachelorprojekter udføres i samarbejde med praksis. Og det gør det, lyder konklusionen på den kvalitative undersøgelse, der blev fremlagt på Fagkongressen af Elsebeth Hovmøller Christensen. Otte studerende, fordelt på fire projekter, fire erfarne vejledere samt tre praksissteder i tre sektorer er blevet interviewet. De studerende giver udtryk for, at de lærer at anvende deres faglige og metodiske viden og at styre projekter, og at de føler sig mere forpligtede og ansvarlige, fordi der er en ekstern samarbejdspartner, der skal bruge deres resultat. Vejlederne får indsigt i udfordringerne i praksis, men vejledningen er mere uforudsigelig pga. involvering af tredjepart, så det koster mere tid og energi. Også praksisstederne bruger tid og energi, men giver udtryk for, at det giver ny viden og skub til evt. ændring af praksis, når nye øjne kommer på, så tiden er en god investering.





## RH Mereo

Kompromisløs ergonomi med innovation og design fra alle vinkler

RH Mereo er designet med det formål at forbedre både din og hele arbejdspladsens arbejdspræstation. Den er nem at tilpasse til alle personer, uanset fysisk fremtoning. Det gør den både til en helt personlig stol og en stol, der passer i kontorlandskabet til alle. RH Mereos dynamiske system 2PP™ sikrer, at alle får en aktiv siddestilling. Det kræver ikke andet end en simpel justering. RH Mereo kombinerer innovation, funktionalitet og effektivt design. Fra inderst til yderst. Nu får du muligheden for at nyde godt af en perfekt siddestilling. Hele dagen, hver eneste dag.

[www.rhstolen.dk](http://www.rhstolen.dk) • tlf 99 50 55 00





## Interessegruppe med fokus på hænder

Fysioterapeut Josef Andersen viste med en række patientcases på en workshop på Fagkongressen, at fysioterapeuter kan spille en vigtig rolle i behandlingen af patienter med dysfunktion og nedsat bevægelighed i hænderne. Internationalt findes der faglige selskaber for håndterapi, der omfatter både ergoterapeuter og fysioterapeuter. De internationale selskaber rummer både behandling til ortopædkirurgiske, muskuloskeletale og neurologiske problematikker. I Danmark har der været et meget lille fokus på området hos fysioterapeuterne. Josef Andersen har taget initiativ til interessegruppen "Danish Upper Limb Interest Group" på Facebook. Her kan man se videoeksempler på behandling og netværke med andre på området.

## ROBOTTER, SENSORER OG INTERNETBASERET TRÆNING

Der er i de senere år udviklet en lang række teknologier, der skal gøre det muligt at intensivere genoptræningen, uden at det kræver flere fysioterapeuter. Men teknologierne koster meget, er svære at implementere og viser sig i mange tilfælde ikke at have overbevisende effekt i studier, hvor de sammenlignes med konventionel fysioterapi. Det fortalte den engelske fysioterapeut og forsker Jane Burridge på Fagkongressen. "Teknologierne kan være motiverende, sjovere og give en bedre feedback, men kræver ofte i startfasen meget tid, når de skal introduceres til patienterne", sagde Jane Burridge. Hun understregede, at det er svært at gennemføre RCT-studier i fysioterapi i al almindelighed, og når det handler om at sammenligne effekten af genoptræning med for eksempel robotarm med konventionel fysioterapi, er det umuligt at blinde interventionen for patienterne. Udfordringen er desuden, at det ikke ville være korrekt at give standardiseret behandling til patientgrupper med meget sammensatte og komplekse problematikker. Jane Burridge har undersøgt barriererne for at indføre ny teknologi, og ofte ligger de hos fysioterapeuterne. De tror for eksempel ikke, at de ældre patienter har internetadgang og kan finde ud af det. Spørger man patienterne selv, er dette ikke tilfældet. Fysioterapeuterne mener desuden, at teknologierne er for dyre, for besværlige at påføre patienterne, og at de ikke sparer tid, fordi fysioterapeuten skal være der for at hjælpe patienterne. Desuden er der mange, der ikke mener, de har tid til at forholde sig til ny teknologi. Der er et stort behov hos både terapeuter og patienter for, at teknologien kan integreres i daglige aktiviteter og ikke kun bruges til træningsøvelser. Nogle af de mest populære teknologier viste sig at være Funktionel Elstimulation (FES) og dynamiske skinner.



📖 Læs beskrivelser af studier om teknologi i Jane Burridges præsentation fra Fagkongressen på [fysio.dk/](http://fysio.dk/) Fagkongres-2015/Prasentationer-fra-Fagkongres-2015/



Dansk Selskab for  
Muskuloskeletal Fysioterapi

*moving forward*

### Kursusoversigt 2015

Differentiel diagnostik Medicinske sygdomme	17.-18. april.	Horsens
Nedre kvadrant del 2 - Trin 2A	26.-28. april + 10.-12. maj	Tårnby
Smerte del 1	8.-9. maj	Tårnby
Differentiel diagnostisk Neurologiske sygdomme	2. juni	Århus
Eksamen del 1 og Eksamen del 2	Juni mdr. - Uge 24	Se hjemmeside
Case Rapport	24.8 + 15.9. 2015 + 10.2. 2016	Se hjemmeside.
Smerte del 1	30.-31. august	Horsens
Nedre kvadrant del 1 (Trin 1A)	20.-22.9. - 18.-20.10	Horsens
Øvre kvadrant del 2 (Trin 2B)	20.-22.9. - 18.-20.10	Tårnby
Smerte del 2	25.-26. 9.	Tårnby
Mobilisering og manipulation del 1	27.-29. sep.	Tårnby
Øvre kvadrant del 1 - Trin 1B	4.-6. okt.+ 25.-27. okt.	Tårnby
Nedre kvadrant del 2 - Trin 2A	4.-6. okt.+ 25.-27. okt.	Horsens
Supervision del 1	30. okt. - 1. Nov.	Tårnby
Cervicogen Headache and Dizziness - Part I	5-7. Nov.	Horsens
Supervision del 3	13. - 15. Nov.	Tårnby
Supervision del 4	4.-6. december	Horsens

Tilmelding og yderligere information om kurserne er at finde på følgende link:  
<http://www.muskuloskeletal.dk/uddannelse.aspx>





# HVORDAN TACKLER VI ULIGHED I SUNDHED?

Hvad stiller vi som fysioterapeuter op med uligheden i sundhed? Det spørgsmål var til debat på Fagkongressen.

**ULIGHEDEN I SUNDHED** står højt på den politiske dagsorden. Alle er enige om, at der skal gøres noget ved den, men det hjælper ikke, lød det nedslående budskab fra professor Finn Diderichsen, da han gik på scenen foran de 1300 deltagere i Fagkongressen for at blive udspurgt af tv-vært Kim Bildsøe Lassen.

”Det er vigtigt at have det perspektiv, at det hverken er særlig dansk eller særlig nyt, at der er ulighed i sundhed. Men efter en lang årrække, hvor vi er blevet økonomisk mere lige, så er sundheden ikke fulgt med,” sagde Finn Diderichsen.

Når det gælder fysioterapeuters rolle i at gøre noget ved uligheden, så pegede han på to ting. For det første, at kommunikationen

er afgørende: ”Mange kontakter i sundhedsvæsenet er jo en forhandling. Det her med at være aktiv og fastholdende er en vigtig del. For det andet; Hvis vi ser på fysioterapeuters ydelser, så er det dem med de laveste indkomster, der har det største behov, men dem med de højeste indkomster, der bruger ydelserne mest”.

Men kan man gøre noget uligheden i sundhed, ville Kim Bildsøe Lassen gerne vide?

”Økonomisk ulighed tjener måske nogle formål i forhold til for eksempel at få folk til at tage en uddannelse. Ulighed i sundhed er ikke til gavn for nogen – det er sådan set kun dyrt og uretfærdigt,” slog Finn Diderichsen fast. Han understregede, at ulighed i sundhed er et strukturelt problem, og at



*Professor Finn Diderichsen gjorde tv-vært Kim Bildsøe Lassen samt de øvrige 1300 tilhørere klogere på ulighed i sundhed.*

det er begrænset, hvor meget der kan flyttes på det store billede ved at sætte ind på individbasis.

### **Gør en forskel**

At man som fysioterapeut kan gøre en forskel for den enkelte er der dog ingen tvivl, og Fagkongressen præsenterede i den sammenhæng en række små film, der blandt andet viser, hvordan projekter som fodbold for hjemløse, boksetræning for psykisk syge og træning for kræftramte mænd har gjort en forskel ved at tage udgangspunkt i patienternes behov og ønsker og ikke i fysioterapeutens egen opfattelse af, hvad sundhed er.

Fysioterapeuternes opfattelse af sundhed er grundlagt allerede inden, de træder ind ad døren til uddannelsesstederne, fortalte Louise Søgaard Hansen, som har skrevet kandidatspeciale om fysioterapeut-studerendes sundhedsopfattelse.

”De studerende oplever sig som sundhedsrepræsentanter, der ikke må veje for meget, skal træne, ikke må ryge og ikke må drikke. Det er hårdt arbejde at opføre sig fuldstændig anderledes end andre studerende,” konstaterede Louise Søgaard Hansen.

Det er fint nok at gå op i sin egen sundhed, mente hun, men det er vigtigt, hvor fokus ligger: ”Man er nødt til at interessere sig mere for det menneske, der sidder over for en end for sin egen krop”.

### **Dum, uambitiøs og langsommelig**

Samme budskab gik igen på Fagkongressens symposium ”Fysisk sygdom hos patienter med psykisk sygdom”.

Mennesker, der har været indlagt med psykisk sygdom, har en betydeligt større risiko for at dø tidligere end andre mennesker. Og selv hvis man renser statistikkerne for selvmord og ulykker, er der en betydelig overdødelighed blandt mennesker med psykiske lidelser.

Finn Breinholt Larsen fra Folkesundhed og Kvalitetsudvikling i Region Midtjylland gennemgik data, der viser en øget forekomst af livsstilssygdomme blandt mennesker med psykisk sygdom, men også data, der viser, at det er mennesker, der rent faktisk gerne vil leve sundere og udtrykker ønske om at ændre livsstil i endnu højere grad end den øvrige befolkning.

Hans gennemgang af statistikkerne blev bakket

op af Lene Nyboe fra Aarhus Universitetshospital, Risskov, der har undersøgt forekomsten af metabolisk syndrom blandt nydiagnosticerede med skizofreni og efter et års follow up, hvor forekomsten har vist sig at være endnu større.

”Der er en stor opmærksomhed på medicinske bivirkninger, men patienterne bliver stadig metabolisk syge. Her har vi en vigtig rolle at spille, for det er noget, vi ved noget om”, sagde Lene Nyboe og stillede spørgsmålet: ”Hvordan kommer vi fra et meget lavt aktivitetsniveau til noget, der bare ligner Sundhedsstyrelsens anbefalinger?”.

### **Pres giver modpres**

Søren Drivsholm fra projekt ”Change – det gælder livet” gav et bud. ”Fysioterapeuten skal være dum, uambitiøs og langsommelig”, fastslog han.

Dum som i modsætning til bedrevidende, og uambitiøs forstået som, at man skal lade være med at have ambitioner på patientens vegne, fordi pres giver modpres. ”In true dialogue both sides are willing to change”, som han citerede en unavngiven kilde.

”Fysioterapeuter har tendens til at slæbe af sted med folk, så snart de øjner det mindste spor af motivation, i stedet for at underbygge motivationen og få et godt fundament for forandringen”, lød hans opsang. ●



SE FILMENE:

[FYSIO.DK/](http://FYSIO.DK/)

[FAGKONGRES-](#)

[2015/NYHEDER/](#)

[SE-FILMENE-](#)

[HVORDAN-TACKLER-](#)

[VI-ULIGHED-](#)

[I-SUNDHED/](#)

*Lene Nyboe fra Aarhus Universitetshospital, Risskov, har undersøgt forekomsten af metabolisk syndrom blandt nydiagnosticerede med skizofreni og efter et års follow up, hvor forekomsten har vist sig at være endnu større.*



# ”BARRIERERNE LIGGER HOS JER SELV”

Nye tal viser, at danskerne er villige til at bruge 21 milliarder kroner pr. år af egen lomme på sundhed og sundhedsrelaterede produkter. Et symposium på Fagkongressen skulle klæde fysioterapeuter på til at få en større bid af kagen.



*”Sundhed er et sted, hvor det stadig er legitimt at bruge penge. Der er masser af penge i det private sundhedsforbrug, og hvis ikke I griber dem, er der andre, der gør”, lød Eva Steensigs budskab på Fagkongressen.*



**DANSKERNE BRUGER HVERT** år 21 milliarder kroner af egen lomme på at holde sig sunde, raske og i form. Det viser nye beregninger, der tager udgangspunkt i den analyse, sociolog og forretningsudvikler Eva Steensig udarbejdede for Danske Fysioterapeuter i 2012 og præsenterede i rapporten Health for Sale. Dengang var det tilsvarende tal 18 milliarder kroner, og det private sundhedsmarked er dermed ikke blevet mindre, tværtimod.

Når det er interessant, hvor stort det samlede private sundhedsmarked er, er det fordi antallet af fysioterapeuter vokser og dermed også behovet for nye job, ikke mindst på det private marked.

Ifølge de nyeste tal bruges 2,4 milliarder kroner inden for det fysioterapeutiske kerneområde, bevægeapparatet. Her finder man foruden fysioterapeuterne blandt andre praktiserende læger, speciallæger og kiropraktorer.

I næste lag, sundhed, bruger danskerne 3,4 milliarder kroner. Her står træning for 80 procent af den vækst, der har fundet sted, siden den oprindelige rapport udkom. Danskerne træner således nu for 2,1 milliarder kroner pr. år, men bruger også penge på fx wellness (668 millioner), kostvejledning,

mental helse og alternativ behandling (834 millioner).

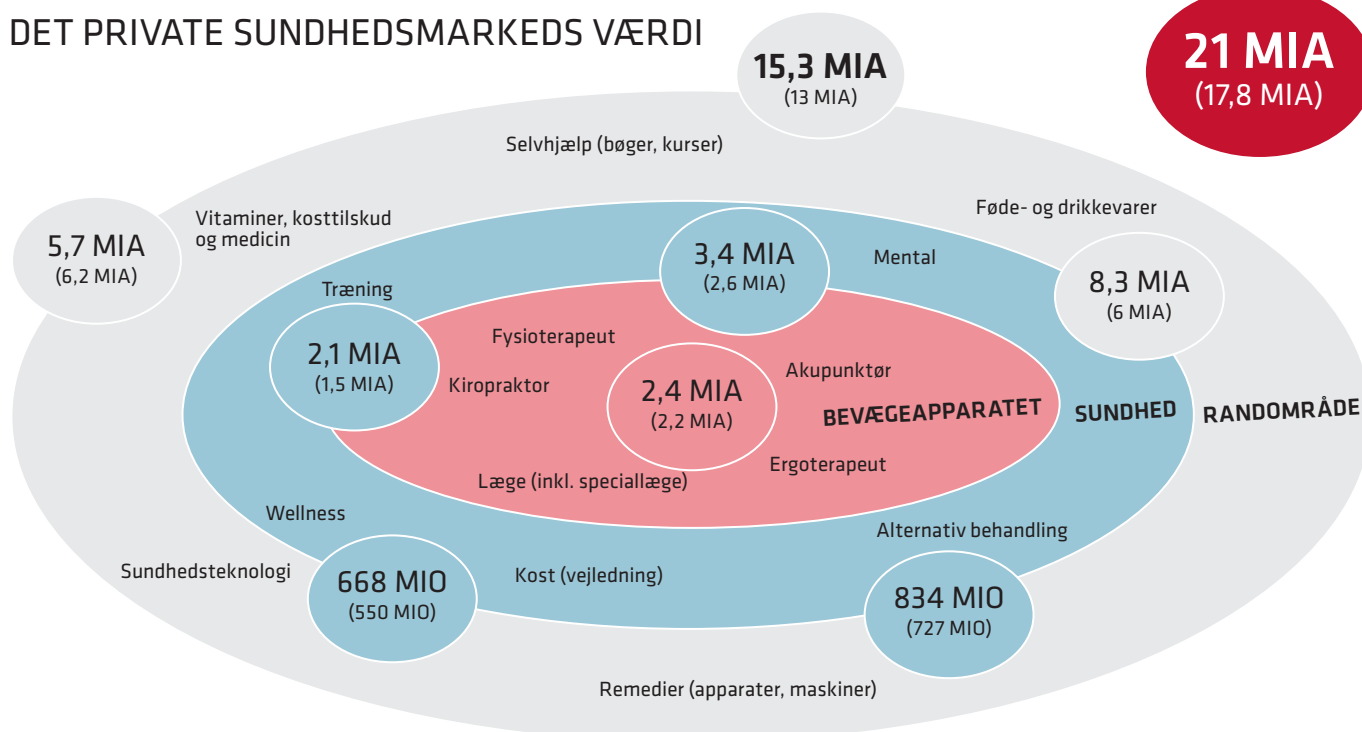
Hele 15 milliarder kroner fordeler sig mellem de forskellige ydelser i randområdet, for eksempel salg af kosttilskud, føde- og drikkevarer med sundhedseffekt, selvhjælpskurser, teknologi og skønhed.

”Sundhed er et sted, hvor det stadig er legitimt at bruge penge. Der er masser af penge i det private sundhedsforbrug, og hvis ikke I griber dem, er der andre, der gør”, lød Eva Steensigs budskab på Fagkongressen, hvor hun præsenterede et tillæg til den oprindelige rapport, opdateret med de nye tal.

## Åbningstider skal afspejle patientens behov

Health for Sale-rapporten segmenterer befolkningen ud fra deres behov for sundhedsydelser og beskriver fire segmenter: Forbedrings-segmentet, der ønsker at opnå bedre ydeevne. Forebyggelses-segmentet, der er optaget af at undgå sygdom og skader. Behandlings-segmentet, der vil af med en lidelse. Og genopbygningssegmentet, hvor motivet er at komme op på niveauet for lidelsen. Ifølge de nye tal er særligt genopbygningssegmentet interessant, fordi det er

## DET PRIVATE SUNDHEDSMARKEDS VÆRDI



dette segment, der er steget mest i forhold til rapporten fra 2012.

Health for Sale beskæftiger sig også med såkaldte megatrends indenfor sundhed, hvor særligt brugernes forventninger til åbningstider ifølge Eva Steensig er værd at bide mærke i: "Tendensen er helt klart, at man forventer at kunne få professionel hjælp stort set døgnet rundt alle ugens dage. Det er i nød til at forholde jer til, når I tilrettelægger jeres åbningstider. Tager I udgangspunkt i jeres patienters behov eller jeres egne?", spurgte hun forsamlingen.

### Salg og troværdighed

Herefter overlod Eva Steensig podiet til medlemmer af det Rådgivende Forum for vækst, som Danske Fysioterapeuters hovedbestyrelse i 2014 nedsatte for at få input til foreningens arbejde og ikke mindst til branchen.

I det rådgivende forum har siddet fem eksperter udefra med kompetence inden for forskellige dele af den samlede udfordring med at skabe vækst. Blandt andre cykelhandler Michael Blomsterberg, hvis bestyrelse over, at fysioterapeuter tilsyneladende ikke vil tjene penge, flere gange fik latteren frem blandt tilhørerne på Fagkongressen. Men de anfægtede ikke, at han har ret.

"Vi har i mange år været bange for at påføre patienterne en udgift. Det skal vi til at komme os over", som en tilhører sagde.

En anden tilhører manede dog til besindighed og advarede imod at kaste sig over udviklingen af nye produkter, der kunne komme til at skygge for fagligheden. "Vores klinik ligger i Virum (Nordsjælland, red.). Der klarer ostehandleren sig bedre end Fakta, og jeg vil hellere lave gourmet end frokostbøf. Vi har en høj troværdighed, og den skal vi bevare".

Det kan man også godt, selvom man går efter nye markeder, og der er et stort behov for ydelser af høj kvalitet, beroligede Eva Steensig.

En anden tilhører følte sig dog mere provokeret end beroliget: "Vi bliver provokerede, fordi det her er stik imod alt det, vi har brugt 3½ år på at lære. Vi holder den faglige fane så højt, at det er nyt for os at få troværdigheden til at gå hånd i hånd med salgstankegangen".

"Det er enormt synd for jeres kunder", svarede Eva Steensig lakonisk, inden hun lukkede workshoppen ved at sige, "jeg sidder og bliver helt lettet over, at barriererne er hos jer selv og ikke ude hos de onde markeds kræfter". ●



FIND DEN OPRINDELIGE RAPPORT OG SUPPLEMENTET MED DE OPDATEREDE TAL PÅ: [FYSIO.DK/](http://FYSIO.DK/) ANALYSER

LÆS OM ANBEFALINGERNE FRA DET RÅDGIVENDE FORUM FOR VÆKST I FYSIOTERAPEUTEN NR. 3 2015. [FYSIO.DK/](http://FYSIO.DK/) FYSIOTERAPEUTEN/ARKIV





Lasse Kromann og Connie Pedersen på race runner-standen i Fagkongressens store udstillingsområde.

Firmaerne, der udstillede på Fagkongressen, havde som noget nyt mulighed for at købe sig til en plads i programmet. En stor flok morgenfriske fysioterapeuter fik på den måde et indblik i race running.

# LASSE HAR SVÆRT VED AT GÅ, MEN TIL OKTOBER VIL HAN LØBE EN HALVMARATON

**19-ÅRIGE LASSE KROMANN** er race runner. Det har han været, siden han for tre år siden tog sine første to omgange på løbecyklen, der gjorde ham i stand til at bevæge sig på en helt ny måde trods CP og en dårlig gangfunktion. I dag er han på landsholdet.

”Jeg kan stadig huske, hvor ondt jeg havde bags”, fortalte han en hel sal fuld af morgenfriske tilhørere på Fagkongressen.

Lasse Kromann havde taget turen til Odense med sin far Peter, der er fysioterapeut og en del af landsholdets træner-team, for at indvie tilhørerne i den verden, der har åbnet sig for ham. Siden de første ømme omgange er det blevet til mange kilometer, og til oktober har Lasse udfordret sin far til en halvmaraton. Race runnerne har deres egne konkurrencer, men deltager også i almindelige motionsløb, som for eksempel

Cityløbet, hvor Lasse sidste år klarede 5 km. På 27:23 inkl. et styrt.

## Firmasession

Sessionen var en nyskabelse på Fagkongressen, idet det var en firmasession, betalt af firmaet 'By Connie Hansen', der var blandt udstillerne i Fagkongressens store standområde. Connie Hansen, der er ergoterapeut og tidligere kørestolsracer med flere OL-medaljer i bagagen, står selv bag udviklingen af race runneren, der i Lasse Kromann har en meget engageret ambassadør.

”Det er den mest fantastiske sport. Den gavner mit kredsløb, min styrke og min selvtillid”, fortalte han.

Med sig havde Lasse også Rie, der ikke stiller op i konkurrencer, men bruger race runneren som motionist og på trods af en

medfødt lidelse med dårlig muskelfunktion og balance kan bevare en fysisk aktiv livsstil, selvom hun nu også oveni er blevet diagnosticeret med sclerose.

To gange om ugen løber hun en tur på 6,5 km, og en gang om ugen bliver der bundet et bildæk bag på race runneren, ”for det skal jo ikke være for nemt”, som hun forklarede tilhørerne.

”Jeg bliver særligt glad, når jeg møder andre løbere, der er ude på en tur, ligesom jeg er. Så vinker vi til hinanden og siger godmorgen”, fortalte Rie.

Hendes og Lasses entusiasme gjorde indtryk på de mange tilhørere. Som en af dem sagde bagefter: ”På en kongres taler vi meget om test og tal, og så kommer der et ungt menneske med CP og siger, 'det kan godt være, men jeg kan bare godt lide at løbe'”. ●

# ANATOMIEN ER KOMMET UD I HÆNDERNE

På fysioterapeutuddannelsen på UCN er man holdt op med at skovle anatomi i de studerende i form af forelæsninger. Og det er de ikke blevet dummere af.



**PÅ FYSIOTERAPEUTUDDANNELSEN PÅ** University College Nordjylland har underviserne ”gået med en stadig undren over, at de studerende ikke kunne få rystet den anatomi, de havde i hovedet, ud i hænderne”.

Det fortalte lektor Heidi Marie Brogner et tæt pakket rum fuld af tilhørere på Fagkongressen.

Løsningen blev anvendelse af ny teknologi i undervisningen og udviklingen af et nyt fag, anvendt anatomi, der er kilet ind mellem anatomi og manuel vævsbehandling.

Heidi Marie Brogner fortalte, hvordan man havde taget udgangspunkt i en konstruktivistisk tilgang til læring – at man selv skal konstruere sin viden for at forstå den – og at der godt kan finde læring sted, selvom man ikke er sammen med sin underviser.

”De studerende forbereder sig nu hjemmefra”, fortalte Heidi Marie Brogner, hvortil flere tilhørere mumlede: ”som noget helt nyt”.

## Skal selv læse pensum

Men det er faktisk nyt. Forstået sådan, at man ikke længere kan forvente at få gennemgået hele anatomipensummet, selvom man kommer til alle forelæsningerne.

”A til B-anatomien”, som Heidi Marie Brogner kaldte det, dvs. hvor musklerne udspringer, og hvor de hæfter, læser de studerende selv, hjulpet på vej af videoforelæsninger og -demonstrationer. Face to face-tiden med underviseren bruges så på at diskutere det, man har lært.

Og hvordan virker det så? ”De er i hvert fald ikke blevet dårligere, end de plejer at være, selvom de har studeret på egen hånd”, fortalte Heidi Marie Brogner.

Det ved man, fordi anatomiprøverne er de samme multiple choice-test som tidligere, og man derfor kan sammenligne.

Desuden har man underviserens ord for, at de oplever, at de studerende har fået større forståelse for den funktionelle anatomi. Anatomien er kommet ud i hænderne. ●



*De studerende forbereder sig nu hjemmefra”, fortalte Heidi Marie Brogner, hvortil flere tilhørere mumlede: ”som noget helt nyt”.*

10 års jubilæums konference



Hindsgavl Slot, Middelfart  
28. - 29. september 2015

*Foredragsholdere:*

**Ad Verheul**, Co-founder of Snoezelen, Holland

**Kerstin Uvnäs Moberg**, Professor i fysiologi, Sverige

**Paul Pagliano**, Associate Professor, Australien

**Audun Myskja**, Overlæge, Norge

**12 workshops om Snoezelen**

Konference pris 2700 kr. + overnatning

Tilmelding på [www.snoezelnet.dk](http://www.snoezelnet.dk)



## Forbrugsvarer af høj kvalitet

Dane-gel (CE) (5 typer)	Ultralyd, IPL/laser, Dobbler, Elektroder
Massagecreme	Standard/Anticeptisk Olivenolie creme Heat
Massageolie	Mineralsk
Sprit	60% Badesprit
Rheumafin (CE)	Paraffinblanding til gigtbehandling
Papir	Lejepapir Aftøringspapir
Vand	Demineraliseret

Gl. Holtegade 40 - DK-2840 Holte - Tlf. 4580 2023  
www.rohdepro.com - rohdepro@rohdepro.com



## Kognitiv Center Fyn tilbyder i 2015 på Kreta og i Danmark

**Mindfulness Træner (MBCT),  
trin 1 - Kreta 1/10, Kerteminde 26/10  
og Trin 2 - 20/5 Kerteminde**

Kognitiv Grunduddannelse – opstart 9/9  
Kognitiv Videreuddannelse – opstart primo 2016  
Kurserne er godkendte af de praktiserende lægers  
efteruddannelsesfond.

For yderligere oplysninger om uddannelserne og  
tilmeldingsprocedure: se  
**www.kognitivcenterfyn.dk**  
eller kontakt sekr. Yvonne Wintcentsen,  
5124 0450 onsdag og fredag kl. 9-13  
eller yw@kognitivcenterfyn.dk



## #fagkongres

Der var gang i de sociale medier under Fagkongressen.  
Ikke mindst på Twitter

Ewa Roos: "Forskere og fysioterapeuter: bland jer, - og politikere: så lyt dog for helvede" #fagkongres  
**@TMaribo**

Its easy to miss something you're not looking for!  
@PeteOSullivanPT #fagkongres  
**@neil-maltby**

"I'm visiting a lot of conferences but this is outstanding!"  
siger Gert Kwakkel på #fagkongres  
**@AgGuldager**

Jonathan Bean: There is no pill out there to treat low mobility. WE (rehab professionals) are that pill. #fagkongres  
**@TBandholm**

@kimbildsoe: på en fys-klinik trækker man maven ind og er omgivet af mennesker i sunde sko #fagkongres  
**@annsofie\_orth**

Dansk Kiropraktor Forening besøger fyssernes #fagkongres. Flot set up! Sikke mange I er! #kiropol  
**@KiropraktorenDK**

Hvor blev de fysisk aktive sygehuse af? Medicinske patienter, der KAN gå, ligger stille 17 timer i seng! #fagkongres  
**@VibekePilmark**

Maden er spist. Kom så med musikken. Vi er SÅ klar til dans #fagkongres #fysserfesterforfedt  
**@annsofie\_orth**

Peter O'Sullivan: "backs are considered a scary thing in our society, oh no the nerves come out of there" #fagkongres  
**@K\_Milling**

Congrats #Fagkongres on a great start of your annual congress (>1300 PTs). Excellent international line up and high quality local touch!  
**@troosters**

@BjerregaardA jeg lover at holde dig jaloux med opdateringer herfra #fagkongres #kommednæstegang  
**@K\_Milling**



Både nuværende ledere og potentielle ledere var mødt op for at få fire personlige beretninger om udviklingen fra fysioterapeut til leder.

# FYSIOTERAPEUTER SOM LEDERE

Har fysioterapeuter særlige forudsætninger for at blive ledere? Både og, lød svaret fra fire ledere på fagkongressen.



**INDEN FOR DE** næste 10 år går 20.000 offentligt ansatte ledere på pension. Det giver gode muligheder for fysioterapeuter til at søge en lederstilling. Det var udgangspunktet for et velbesøgt symposium på Fagkongressen, hvor fire ledere fortalte om deres egen karrierevej og vurderede, om fysioterapeuter har særlige forudsætninger for at blive ledere.

Både og, lød svaret på det sidste spørgsmål.

Oplægsholderne var enige om, at de studerende ikke på grunduddannelsen lærer noget, der direkte kvalificerer dem til at blive ledere.

Men fysioterapeuter får indirekte en række færdigheder med fra uddannelsen, som kan bruges i lederjobbet, vurderede Sussanne Østergaard, der er leder på Frederiksberg Kommunes Rehabiliteringsenhed Lioba.

”Vi lærer at tænke i linjer, mål, delmål og får en rationel tilgang til opgaverne. Det er vores styrke, men også vores svaghed. Og så er vi vant til at tage ansvar, organisere

forløb og er ikke bange for at stå alene,” lød hendes opsummering.

Susanne Østergaard pegede på, at fysioterapeuter kommer ud i verden med fagligheden som kompas. Men hvis man vil være leder, skal man også have viljen til at søge indflydelse.

## Ikke noget for alle

Nogle fysioterapeuter har evnerne og talentet til at blive ledere. Men de fleste fysioterapeuter bør fortsætte med det, som de er gode til. Nemlig at være fysioterapeut, var budskabet fra Lotte Stächer Christensen, der i dag er centerleder i Teknik og Miljø i Københavns Kommune.

Hvis man som fysioterapeut har mod på at prøve kræfter med lederjobbet, kan man trække på flere ting: ”Fysioterapeuter leder patientforløb og agerer i tværfaglige sammenhænge, hvor de skal udrede problemstillinger, sætte mål og sikre koordineringen, og det er vigtige færdigheder at besidde

som leder”, sagde Lotte Stächer Christensen.

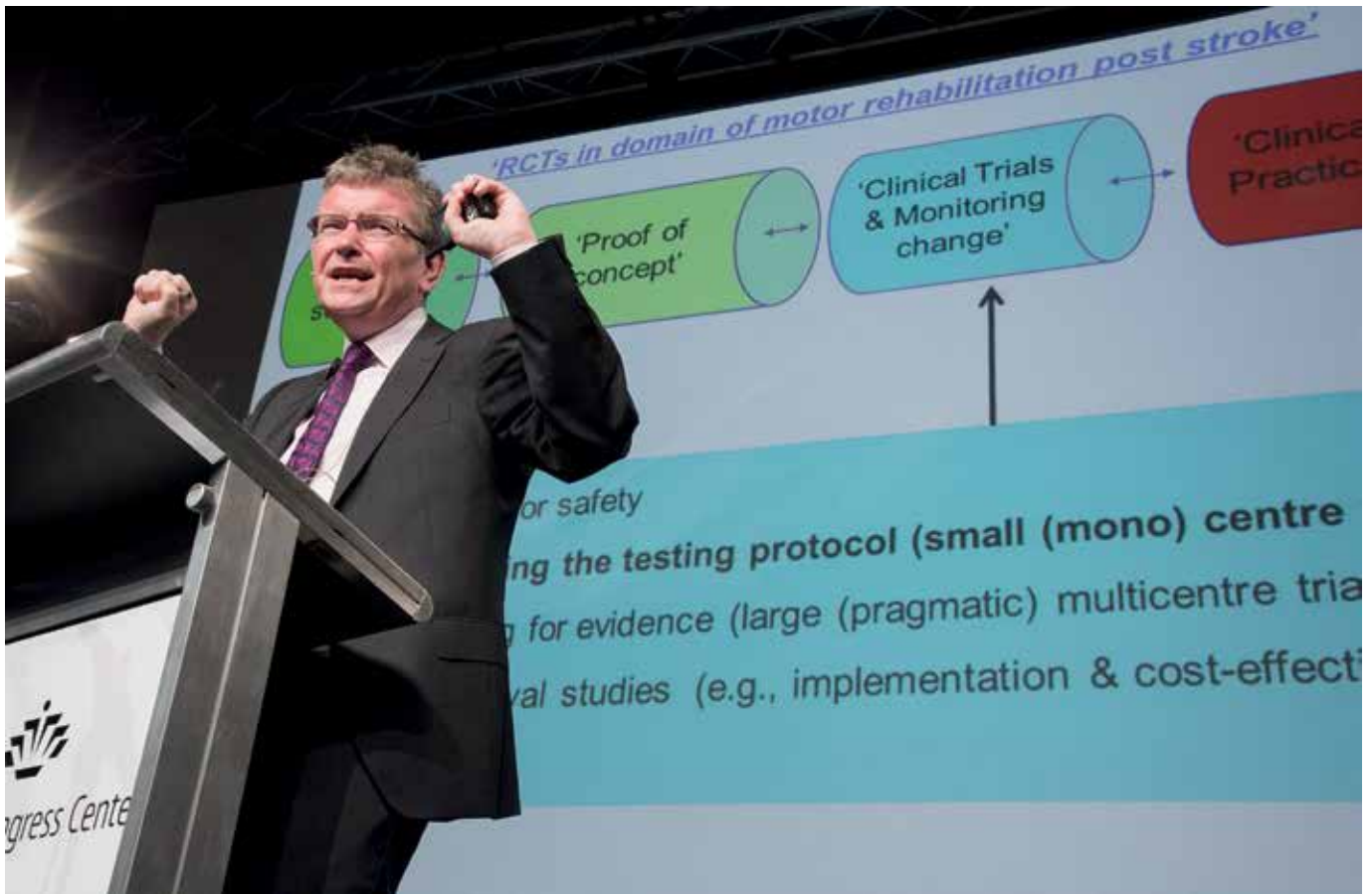
Og hvis man så vælger at tage springet, havde hun en håndfuld gode råd: ”Drop perfektionismen, bed om hjælp og skab netværk. Og frem for alt: Undgå at blive leder for dine tidligere kollegaer.”

## Lysten, viljen og talentet

Fysioterapeut og administrerende direktør Tom Wedele Petersen, Cityfys A/S, der er en landsdækkende kæde med omkring 170 ansatte, kunne også godt få øje på færdigheder fra fysioterapeutuddannelsen, som kan bruges i lederjobbet.

Men. Når alt kommer til alt, er lysten, talentet og viljen det vigtigste, lød hans budskab.

”Hvis man kigger efter, hvilke egenskaber der skal til for at blive en god leder, finder man egnede personer indenfor alle brancher, og selvfølgelig også blandt fysioterapeuter.” ●



*“More is better”, led Gert Kwakkels budskab på Fagkongressen, hvor han var blandt keynote speakerne.*

# MANGE GENTAGELSER, OPGAVESPECIFIK OG SKRÆDDERSYET GENOPTRÆNING



De overordnede principper for fysioterapi efter en apopleksi er velbeskrevne og veldokumenterede. Den tidlige fase af genoptræningen er vigtig, og der skal sættes ind med intensiv træning, lød den hollandske professor Gert Kwakkels budskab på Fagkongressen.



**INTENSIV FUNKTIONEL TRÆNING** med mange gentagelser har vist sig effektiv til at behandle patienter efter apopleksi. Selvom der stadig mangler gode RCT-studier, der viser den ideelle behandling i alle faser af rehabiliteringsforløbet, er det i dag muligt at komme med specifikke anbefalinger, der kan guide fysioterapeuter i klinisk praksis. Den hollandske forsker, professor Gert Kwakkel var en af keynote talerne på Fagkongressen. Han præsenterede den nyeste viden inden for området og tog udgangspunkt i et systematisk review<sup>1</sup> fra 2014.

Man ved i dag, at den største forbedring i funktionsevnen ses i begyndelsen af et rehabiliteringsforløb, hvor den spontane bedring udgør den væsentligste del. Nogle patienter kommer sig hurtigere end andre, og det er især dem, der på et tidligt tidspunkt har et højt funktionsniveau, der har det største genoptræningspotentiale, fortalte Gert Kwakkel. Han understregede betydningen af en systematisk anvendelse af målemetoder, der kan være med til at fastlægge den funktionelle prognose og genoptræningsforløbet. Testene kan desuden være med til at styre patientens og terapeuternes forventning og dermed indsatsen i den kroniske fase af apopleksien. I den sammenhæng er det vigtigt, at fysioterapeuter bruger pålidelige redskaber, der er fundet egnede til patientgruppen og den fase, patienter er i, og at fysioterapeuter i både sekundær- og primærsektoren tager udgangspunkt i de samme måleredskaber.

”Des større intensitet, det vil sige mange gentagelser, des større effekt. Vi ved også at funktionsrettet, kontekst-specifik træning er vigtig. Men vi ved endnu ikke, hvor lidt man kan nøjes med, for der er ikke gen-

neført dosis-responsstudier på området”. Der er desuden evidens for, at der sættes ind med den intensive træning fra dag ét, og at genoptræningen i begyndelsen tilbydes dagligt i så mange timer som muligt, forklarede Gert Kwakkel.

”Mange fysioterapeuter tror, at biologien stopper i weekenden, men det gør den ikke”, understregede han. ”Fysioterapi er lige så meget behandling som en pille, og den stopper man heller ikke med at give i weekenden”.

#### **Systematisk gennemgang af evidensen**

I forbindelse med udarbejdelsen af reviewet fra 2014 identificerede Gert Kwakkel og kolleger i alt 467 RCT-studier. I studierne har man undersøgt interventioner til optimering af gang, hånd-arm-aktiviteter, ADL og træning/fysisk aktivitet. Man fandt i reviewet stærk evidens for 30 af 53 undersøgte interventioner inden for et eller flere effektmål, men at der er forskel på, i hvilken fase af rehabiliteringen de har effekt. Flere studier viser god effekt af træning af spisefunktion, træning med robot og constrained induced movement therapy (CIMT) sammenlignet med konventionel fysioterapi. I træningsstudier med robot får patienterne en langt mere intensiv træning med flere gentagelser, end de får med konventionel fysioterapi. Hvis der korrigeres for dette, er der ifølge Gert Kwakkel ingen forskel på effekten.

Heller ikke gangrobotter som Lokomat har vist den store effekt ud over i den første fase af genoptræningen. ”Lokomaten giver ikke den naturlige gang; tværtimod forhindrer den patienten i at træne relevante kompensationsstrategier. For at lære at gå

efter første fase skal patienterne have flere frihedsgrader og kun hjælpes lige der, hvor der er behov for hjælp”, mener Kwakkel.

Han er dog ikke afvisende over for at anvende den nye teknologi, hvis det kan være med til at sikre den rette træningsdosis. ”Robotter bliver ikke trætte, det gør fysioterapeuter. Men min holdning er, at man skal gå efter den mest effektive og billigste løsning, og her er den skræddersyede fysioterapeutiske intervention at foretrække. En stor del af rehabiliteringen efter en apopleksi er at lære patienten at tilpasse sig de nye vilkår og finde egnede kompensationsstrategier”, sagde Gert Kwakkel.

Den systematiske gennemgang af litteraturen har fundet stærk evidens for fysioterapeutiske interventioner med mange gentagelser og med fokus på funktionstræning i alle faser efter en apopleksi. For at sikre den rette intensitet og dosis er der forskere, der er ved at undersøge, om man med fordel kan inddrage de pårørende som ”ko-terapeuter”, der kan stå for træning, når fysioterapeuten ikke er der.

Gert Kwakkel fortalte desuden om Fit-Stroke-studie, hvor man har undersøgt effekten af at organisere genoptræningen i kommunen som stationstræning (cirkeltræning), hvor patienterne træner parvis med tre minutter på hver station. Mens den ene træner, hepper den anden. Træningsøvelserne har som mål at forbedre gangen og tager udgangspunkt i balance, forflytninger, gang og trappegang.

”Den store fordel ved cirkeltræning er, at der kun er brug for 1-2 fysioterapeuter til 4-8 patienter, sagde Gert Kwakkel. Og resultaterne er positive: træningsprogrammet er sikkert at gennemføre og lige så effektivt





FIND ABSTRACT FRA  
FAGKONGRESSEN PÅ  
**KORTLINK.DK/  
FYSIO/GAYS**

som en-til-en-fysioterapi, og træningen har bedre effekt på ganghastighed og gangdistance end sædvanligt træningstilbud.

### Livslang træning med periodiske boost

”Mennesker med en apopleksi har en forhøjet risiko for at få livsstilssygdomme og for at falde. Vi ved også, at de har svært ved at klare træningen selv, og mange er inaktive efter apopleksien. Nogle kan med lidt støtte klare en del af træningen selv, men det er nødvendigt med regelmæssig kontrol og screening af funktionsevnen og faldrisiko”, sagde Gert Kwakkel.

”Hvis der er nedgang i funktionsevne, er det vigtigt at sætte ind med et intensivt forløb på mindst tre måneder, og her kan man med fordel benytte moderne teknologi som for eksempel apps til at motivere patienter til at supplere den kommunale træning med hjemmetræning”.

Selvom nogle kan klare at træne alene i det senere stadie, viser alle studier, at supervision øger effekten af træningen. Gert Kwakkel er med sin forskergruppe ved at undersøge, om man i selekterede grupper kan bruge familien til at stå for noget af træningen. ”Det kræver, at de pårørende og patienten er indstillede på det, og at patienterne er blevet testet, så man har et klart billede af, hvad der er behov for at træne. Den målrettede og specifikke træning er nødvendig. Og vi skal sikre os, at træningen er udfordrende nok”, understregede han.

Gert Kwakkel ser en udfordring i samarbejdet mellem genoptræningsenheder på sygehuse og i kommuner. ”Fysioterapeuterne kender sjældent hinanden. De bruger måske ikke de samme test, og de har forskellige måder at dosere træningen på. Det skal vi gøre bedre, det vil give en bedre genoptræning af patienterne.

### Behov for efteruddannelse

Antallet af RCT'er inden for genoptræning efter apopleksi er i de sidste 10 år firedoblet, og kvaliteten af forskningen er højnet. I de hollandske kliniske retningslinjer for den fysioterapeutiske rehabilitering efter apopleksi anbefales det, at alle fysioterapeuter, der genoptræner patienter efter apopleksi, gennemfører en formaliseret efteruddannelse. Gert Kwakkel og hans forskergruppe har i en årrække tilbudt et efteruddannelsesforløb, der omfatter et teoretisk og praktisk forløb på universitetet efterfulgt af en afprøvning af det lærte i klinisk praksis.

”For at sikre kvaliteten vil vi have fysioterapeuter, der er opdaterede med den seneste viden om træning, behandling og test af patienter med apopleksi. Vi har haft de fleste hollandske IBITA-instruktører på kursus, og de er også med til at formidle den nyeste viden på området”.

For danske fysioterapeuter, der her og nu ønsker en hurtig opdatering af den nyeste viden, henviser Gert Kwakkel til review fra 2014<sup>1</sup> og de hollandske guidelines fra 2014<sup>2</sup>. ●

### SÅDAN GJORDE VI

Gert Kwakkels udtalelser stammer dels fra keynote speak på Fagkongressen, dels fra et efterfølgende interview.

1. Veerbeek JM, van Wegen E, van Peppen R, van der Wees PJ, Hendriks E, Rietberg M, Kwakkel G. What Is the Evidence for Physical Therapy Poststroke? A Systematic Review and Meta-Analysis. *PLoS One*. 2014; 9(10):e108798. DOI: 10.1371/journal.pone.0087987

📄 [kortlink.dk/plos/gab5](http://kortlink.dk/plos/gab5)

2. KNGF Clinical Practice Guideline for Physical Therapy in patients with stroke. 2014.

📄 [kortlink.dk/fysionet-evidencebased/gab4](http://kortlink.dk/fysionet-evidencebased/gab4)

# K·LASER<sup>®</sup> USA

*"Jeg var egentlig ikke den store tilhænger af LaserTerapi, men efter at jeg havde et voldsomt styrt til et XTERRA race og lavede en komminut fraktur af clavícula, som måtte stabiliseres med titanium skinne, startede jeg op på K-Laser behandling 3 dage efter operationen. Jeg havde i samråd med min læge egentlig planlagt at være ude af træning i 12 uger, men allerede efter 2 uger kunne jeg træne på min cykel igen og have patienter i klinikken. Så kort tid efter fik jeg selv en K-Laser på prøve i klinikken, så jeg kunne se om det havde den samme effekt på helingstider på mine patienter og det har det absolut. Det er uden sammenligning den bedste investering jeg har gjort, både for mine patienter og for min virksomhed"*

BioMekanikeren  
Fysioterapeut v/Kenneth Carlsen

- **Verdens første Terapi Laser med 4 bølgelængder**  
660nm | 800nm | 905nm | 970nm
- **15 Watt CW**
- **20 Watt ISP**
- **Frekvens 1 - 20.000 Hz**
- **3 års fabriksgaranti + Livstidsgaranti på dioden**



 **CUBE™ 4**

MED-TECH Scandinavia ApS • Vindinggård Ringvej 1 • DK-7100 • Vejle  
Mobil +45 2929 7870 • claus@med-tech.dk • www.med-tech.dk

## Spinomed<sup>®</sup> - aktiv mod osteoporose

**medi**

Spinomed kan anvendes ved osteoporosebetingede sammenfald samt andre ryglidelser.



- Stabiliserer og retter den beskadigede rygsøjle op
- Styrker muskulaturen
- Forbedrer mobiliteten og giver smertelindring
- Effekten er dokumenteret i kliniske tests og studier
- Optimalt supplement til medicinsk behandling



medi Danmark ApS  
Vejlegårdsvej 59  
2665 Vallensbæk Strand  
Telefon 7025 5610  
Fax 7025 5620  
kundeservice@sw.dk

[www.medidanmark.dk](http://www.medidanmark.dk)

medi. I feel better.

# KUN SPARSOM DOKUMENTATION FOR DEN FYSIOTERAPEUTISKE INTERVENTION TIL BØRN

Der er stadig kun få studier af god kvalitet, der har undersøgt effekten af fysioterapi til børn. Til gengæld er grundlaget for flere studier i orden: De fleste indlæg på fagkongressen omhandlede måleredskaber, og her er man nået langt.



**ALDRIG FØR HAR** Danske Fysioterapeuters Fagkongres budt på så mange oplæg om fysioterapi til børn og unge. Med seks korte præsentationer, en workshop, tre symposier og en keynote var det umuligt at følge med i det hele. I hvert fald havde ph.d.-studerende Helle Mätzke Rasmussen og specialist i børnefysioterapi Michelle Stahlhut svært ved at vælge, fortalte de, da Fysioterapeuten mødte dem i en af de hårdt tiltrængte pauser mellem de mange oplæg.

”Desværre mangler vi evidens for meget af den fysioterapi, vi yder til børn. Men inden for måleredskaber har vi efterhånden fået en solid dokumentation for, hvilke redskaber der dur, og hvilke der ikke dur”, lød deres samlede konklusion.

## Spild ikke børnenes tid

Dansk Selskab for Pædiatrisk Fysioterapi stod sammen med blandt andre Michelle Stahlhut for et symposium om måleredskaber og interventioner til børn med svære

funktionsevnenedsættelser. Her belyste den svenske fysioterapeut Eva Nordmark, hvor langt man er nået med den kliniske forskning inden for behandling af børn. ”Vi må ikke spille børnenes tid med unødigt og ineffektiv træning”, lød hendes budskab.

Den franske fysioterapeut og forsker Christine Assaiante har undersøgt, hvilke motoriske strategier børn med neuropsykiatriske diagnoser anvender, og sammenlignet dem med de strategier, man finder hos børn uden funktionsnedsættelser. Hendes oplæg på Fagkongressen drejede sig blandt andet om, hvordan man kan bruge viden om barnets motoriske strategier i den fysioterapeutiske praksis.

”Er det i virkeligheden sådan, at børn med neuropsykiatriske diagnoser anvender den strategi, der er mest velegnet i forhold til deres funktionsnedsættelse? Og vil det betyde, at det ikke er noget, vi som fysioterapeuter skal forsøge at påvirke eller ændre? Det ved



vi ikke i dag, og det er der brug for at forskere finder frem til, hvis vi skal kunne bruge As-saiantes forskning i klinisk praksis”, mener Helle Mätzke Rasmussen.

Hun deltog desuden på et symposium hvor teori og erfaringer med inklusion og fysioterapi i folkeskolen blev præsenteret. Dansk Selskab for Pædiatrisk Fysioterapi havde valgt denne tilgang til emnet, da der ikke er meget dokumentation for de indsatser fysioterapeuter gerne vil bidrage med i folkeskolen. Den manglende baggrund i forskning prægede debatten på symposiet om fysioterapi i folkeskolen, fortæller hun:

”Præsentationerne gav ikke svar på, hvornår fysioterapi er effektiv og evidensbaseret. Der er brug for forskning på området, så vi kan tilvejebringe videnskabeligt dokumenterede argumenter for vores indsatser”.

### Udskældte kliniske retningslinjer

Manglende dokumentation i form af RCT-studier er et problem, ikke mindst i forbin-

delse med udarbejdelsen af kliniske retningslinjer.

Helle Mätzke Rasmussen præstenterede på Fagkongressen de nationale kliniske retningslinjer for børn med cerebral parese, som hun selv har været med til at udvikle som medlem af en arbejdsgruppe nedsat af Sundhedsstyrelsen.

Her har hun måttet erkende, at det er et problem at finde tilstrækkeligt mange studier af god kvalitet, og at konklusionerne på effekten af de fleste interventioner ikke blev så entydige, som man kunne ønske sig som børnefysioterapeut. Hun og Dansk Selskab for Pædiatrisk Fysioterapi tog derfor i kølvandet på retningslinjerne initiativ til et inspirationsmateriale, som klinikerne kan støtte sig til.

Et af de mest udskældte punkter i de nationale retningslinjer er en svag anbefaling imod at anvende ridning som sundhedsfaglig indsats til børn med CP. Her støtten manglende dokumentation for effekten



*Manglende dokumentation for effekten af en fysioterapeutisk indsats i folkeskolen afspejlede sig ikke i antallet af tilhørere til symposiet om samme emne på Fagkongressen. ”Der var en god stemning og en gejst på symposiet. Flere var optagede af, hvordan de kunne komme mere på banen og mente, at fysioterapeuter havde meget at bidrage med”, fortæller Michelle Stahlhut, der selv holdt oplæg om måleredskaber på et af den andre symposier om børn. Der var blandt tilhørerne en generel accept af, at man for en periode må bygge indsatsen på erfaringsbaseret viden, men at der er brug for dokumentation, hvis man skal overbevise politikerne om, at der skal tilknyttes fysioterapeuter til folkeskolen.*

sammen med den risiko, der er ved at sidde på en hest, og det fremstår derfor i retningslinjerne som om omkostningerne er for store i forhold til gevinsten.

”Så børn med CP skal ikke længere tilbydes ridning som sundhedsfaglig indsats”, konstaterede en af deltagerne på symposiet, men det er en alt for unuanceret fortolkning, mener Helle Mätzke Rasmussen.

”Når det handler om et sundhedsfagligt tilbud, skal man tage risikoen alvorligt, og man skal være lige så omhyggelig med at informere forældrene om risikoen for at falde af hesten, som lægen skal være omhyggelig med at fortælle om en risiko forbundet med en operation eller medicin. Fysioterapeuterne skal tage fat i det, der er essensen i den evidensbaserede praksis og se samlet

på den videnskabelige dokumentation, rammerne for praksis, egne erfaringer samt forældrenes og børnenes præferencer, når de skal afgøre, om et barn skal have tilbudt ridning i sundhedsfagligt regi”.

Med andre ord er manglende dokumentation ikke nok til at skrinlægge et tilbud. Men kliniske retningslinjer er kommet for at blive, og manglende dokumentation bliver derfor tydeligere, mener Helle Mätzke Rasmussen. Med flere validerede måleredskaber og flere danske ph.d.-studerende inden for det pædiatriske område, håber hun og Michelle Stahlhut, at der til næste Fagkongres kommer mere fokus på fysioterapeuternes intervention på det pædiatriske område. ●



Helle Mätzke Rasmussen

Foto: Claus Sjødin

SE KURSER PÅ KINESIOTAPENING.DK



\*Kinesio Tex - et patenteret produkt

+ kursus  
på din  
arbejds-  
plads?  
ring til os!



Bliv certificeret indenfor

**Original Kinesiotapening**

af Kristian Seest, med international erfaring

Kristian har bl.a. undervist på Stanford University, USA  
og underviser på  
Kinesiotaping SYMPOSIUM 3 i Oslo, april 2015

Kristian Seest,  
Re-Certificeret Kinesio Tape instructor af  
Dr. Kenzo Kase, Kinesio Tapens opfinder

tel. 7584 0533  
sportspharma.dk



# PATIENTER MED HOFTEBRUD SKAL TRÆNE PÅ SYGGEHUSET OG EFTER UDSKRIVELSE

Fokus på tidlig aktivitet og genoptræning på sygehuset er forudsætningen for, at patienter med hoftebrud genvinder tidligere funktionsniveau. Patienterne skal i gang med at træne hurtigt efter udskrivelsen, og træningen skal have fokus på balance, progredieret styrketræning og funktionstræning, lød nogle af budskaberne på Fagkongressen.



**PATIENTER MED HOFTEBRUD** kan tåle at træne på et tidligt tidspunkt under indlæggelsen, de skal træne eksplosiv styrke og balance, og træningen skal fortsætte hurtigt efter udskrivelsen. Flere sessioner på Fagkongressen havde fokus på genoptræning efter hoftebrud og forebyggelse af fald.

Norden har en kedelig verdensrekord i antallet af hoftebrud i forhold til antal indbyggere. Hvert år får cirka 7000 danskere over 65 år en hoftefraktur, og især dem med en pertrochantær fraktur har en øget risiko for ikke at få en selvstændig gangfunktion efter bruddet, fortalte seniorforsker Morten Tange Kristensen fra forskningsenheden PMR-C på Hvidovre Hospital i et oplæg på et symposium om hoftebrud.

Den amerikanske læge og specialist i re-

habilitering Jonathan Bean, der var en af keynote speakerne på kongressen, fremhævede i sit indlæg, at der er fire former for svækkelse hos ældre, som man i dag ved fører til tab af funktionsevne: styrke i UE, evnen til at aktivere musklerne hurtigt (power/eksplosiv styrke), bevægelighed (ROM) og styrke i trunkus' ekstensorer. Alle faktorer, der også gør sig gældende for mange med hoftebrud.

At kunne klare sig selv og have en selvstændig gangfunktion er ifølge Morten Tange Kristensen det højeste ønske hos de fleste patienter, og gangfunktionen er en væsentlig prædikator for funktionsevnen på lang sigt. I den sammenhæng er det vigtigt, at patienterne hurtigt genvinder kræfterne i det opererede ben fortalte han i sit indlæg.

Han fremhævede fysioterapeut, ph.d.-studerende Lise Kronborg et al.'s studie, der har vist, at styrketræning kan påbegyndes 2-3 dage efter operationen, og at træningen kan progredieres under indlæggelsen<sup>1</sup>.

I en af de korte sessioner præsenterede Lise Kronborg, også fra Hvidovre Hospital, et studie, hvor hun har monitoreret det fysiske aktivitetsniveau stående og gående hos 37 ældre indlagt med hoftebrud. Deltaerne var i gennemsnit 80 år og havde en selvstændig gangfunktion inden bruddet. De fik tilbudt den vanlige behandling i hoftefrakturoenheden på Hvidovre Hospital, som inkluderer fysioterapi de første tre dage efter operation og herefter 3-5 gange ugentligt på hverdage. Den gennemsnitlige indlæggelsestid var 12 dage. Døgnmobiliteten blev



LISE KRONBORGS  
PRÆSENTATION KAN  
FINDES PÅ [FYSIO.DK/](http://FYSIO.DK/)  
[FAGKONGRES-2015/](http://FAGKONGRES-2015/)  
[PRASENTATIONER-FRA-FAGKONGRES-2015/](http://PRASENTATIONER-FRA-FAGKONGRES-2015/)



*Lise Kronborg er ph.d.-studerende ved Fysioterapien og Physical Medicine & Rehabilitation Research-Copenhagen (PMR-C), Hvidovre Hospital.*



målt ved hjælp af en kropsbåren monitor, der kan måle aktivitet liggende/siddende og stående/gående. ”Desværre kunne man ikke med monitoren adskille liggende fra siddende. Det er ellers en vigtig information, da patienterne postoperativt gerne skal op at sidde for at forebygge respiratoriske komplikationer”, fortalte Lise Kronborg.

Patienterne i projektet fik vurderet basismobilitet med Cumulated Ambulation Score (CAS) og Timed Up and Go, og ganghastighed blev målt med 10-meters gangtest. Short Falls Efficacy Scale International blev brugt til at vurdere patienternes frygt for at falde.

”Frygt for at falde øger risikoen for at falde igen. Lige efter operationen kan det være svært at finde ud af, om det er den nedsatte funktion eller frygt for at falde, der får patienterne til at være mere inaktive, men under alle omstændigheder forstærker inaktiviteten tab af funktionsevne og påvirker mobiliteten negativ”, sagde Lise Kronborg.

Undersøgelsen viste, at den tid, patienterne var stående/gående steg frem mod udskrivelsen, og at det at opnå selvstændig basismobilitet vurderet med CAS så ud til at være en væsentlig faktor for at fremme mere tid på benene. Størstedelen af patienterne nåede at få en selvstændig gangfunktion inden udskrivelsen, og det var også dem, der var mest aktive under indlæggelsen.

”Fysioterapeuter har en vigtig rolle, når det handler om at holde fokus på mobiliteten.

Vi skal være ambassadører for mere fysisk aktivitet både i forhold til patienterne og det tværfaglige personale”, mener hun.

”Når patienterne udskrives, kommer de måske hjem og venter 2-3 uger, inden de kommer til kommunal genoptræning, og hvis de ikke har en selvstændig gangfunktion på det tidspunkt, kan de risikere aldrig at komme op i funktionsniveau igen”, sagde Lise Kronborg.

### Patienterne må ikke tabes

Ifølge Jonathan Bean vil patienterne få den største effekt ved at træne funktionelt med udgangspunkt i træningsfysiologien. Og der skal lægges vægt på progression, overload og træningsmængde. Den tilgang til genoptræningen har været udgangspunktet for et træningsstudie i Lolland Kommune, hvor udviklingsfysioterapeut Jan Overgaard sammen med Morten Tange Kristensen har undersøgt effekten af et intensiveret 6-ugers forløb i kommunale genoptræningscentre<sup>3</sup>. Genoptræningen bestod af progredieret styrketræning til det frakturerede ben suppleret med træning af balance og funktionel træning. Deltagerne styrketrænede i knæekstensormaskine og i benpres, hvor belastningen blev justeret i takt med, at de ældre blev stærkere. Der var efter træning en markant forbedring af styrke og funktion. De fleste borgere kunne gennemføre træningen, og hoftesmerterne var ikke en

begrænsende faktor. Flere deltagere klagede dog over knæsmerte især i den sidste fase af genoptræningen, hvor belastningen var størst.

Jonathan Bean havde følgende gå-hjem-budskaber, som på mange måder dækker budskabet i de forskellige indlæg om genoptræning efter hoftebrud: Sæt ind med tidlig genoptræning, behov for øget fokus på overgange, dual task-træning er relevant, undgå underdosering af træning og tag patienternes sundhedskompetence (health literacy) i betragtning i genoptræningen. ●

1. Kronborg L, Bandholm T, Palm H, Kehlet H, Kristensen MT. Feasibility of progressive strength training implemented in the acute ward after hip fracture surgery. *PLoS One*. 2014; 9: e93332
2. Kronborg L, Bandholm T, Kehlet H, Kristensen MT. Municipality-based physical rehabilitation after acute hip fracture surgery in Denmark. *Dan Med J* 2015 (in press)
3. Overgaard J, Kristensen MT. Feasibility of progressive strength-training commenced shortly after hip fracture in community-dwelling patients. *World J Orthop* 2013; 4:248-58.





## De originale kurser i Kinesio® taping

### 1. halvår 2015

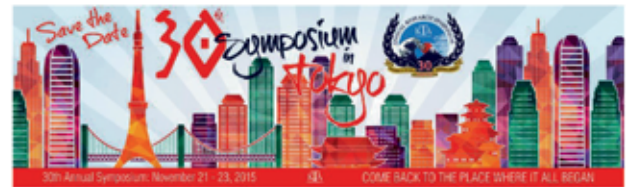
D. 21.-22. maj	KT3		Randers
D. 1.-2. juni	KT3		København
D. 6. maj	Intro til skulder/nakke		Randers

KT 1-2-3 pr. kursus kr. 1995,- inkl. forplejning

Intro kurser 6½ time kr. 595,- inkl. forplejning

Tilmelding:

8640 7500 eller [os@ortonordic.dk](mailto:os@ortonordic.dk)



## Vind en tur til Japan!

Alle der har deltaget på et af vores kurser fra 1. januar til 1. oktober 2015 kan deltage i konkurrencen om en tur til Kinesio® Taping Association Verdens Kongres i Japan.

Se nærmere på vores facebookside:  
Kinesio Taping i Skandinavien

# ØKOLOGISK MASSAGEOLIE

**Til en fordelagtig pris tilbyder Eilbygaard nu kokosolie – perfekt til behandlinger!**

Den økologiske olie kommer fra kokospalmer, som dyrkes traditionelt med brugen af naturlig gødning og jordbearbejdning og uden at bruge syntetiske pesticider og moderne landbrugsteknologier.

Kokosolien sælges i plastspande med tilhørende låg og hank der er egnet til direkte berøring med fødevarer. Olien er mindst holdbar til august 2016 (Kokosolien bliver fast i kølige temperaturer og flydende i varmere temperaturer opbevar derfor spanden på et køligt sted med låget på). Kokosolien er også god som fugtighedscreme, og er en sund måde at blødgøre hænder og hud på uden sædvanlige giftige produkter som parfume og parabener.

Leveres med GLS eller Postdanmark.

## TILBUD NETOP NU!

### ALMINDELIG RAFFINERET KOKOSOLIE

Mængde	Afhentningspris	Leveringspris
1 kg	80 kr.	145 kr.
2 kg	125 kr.	190 kr.
5 kg	270 kr.	355 kr.
10 kg	480 kr.	595 kr.
15 kg	680 kr.	805 kr.

### ØKOLOGISK RAFFINERET KOKOSOLIE

Mængde	Afhentningspris	Leveringspris
1 kg	105 kr.	170 kr.
2 kg	180 kr.	245 kr.
5 kg	390 kr.	475 kr.
10 kg	690 kr.	805 kr.
15 kg	970 kr.	1.095 kr.

E i l b y g a a r d<sup>®</sup>  
SUNDHEDSFREMME & FOREBYGGELSE

Bestil på [info@eilbygaard.dk](mailto:info@eilbygaard.dk) eller køb direkte på webshoppen på [Eilbygaard.dk](http://eilbygaard.dk)



# Master of Science in Osteopathy (MSc.Ost.)

DO Diploma, ISO 9001 Quality Assurance

- All Teachers are academically trained
- Exclusive integrative programme and electronic scripts
- The training can be followed at your own pace
- Personal guidance
- Recognition professional organisation

## Free Introduction courses:

Saturday, 11.04.2015, 09.00–13.00

Saturday, 09.05.2015, 09.00–13.00

**Address:** Københavns Fysioterapeut Skole

Sigurtsgade 26, 2200 København N

Tel: +32 (0) 92 33 04 03 | Fax: +32 (0) 55 70 00 74

**The International Academy of Osteopathy**

Kleindokkai 3-5, 9000 Gent | Tel. +32(0)92330403 | [info@osteopathy.eu](mailto:info@osteopathy.eu) | [www.osteopathy.eu](http://www.osteopathy.eu)

# ÆLDRE PATIENTER SKAL UD AF SENGENE

De ældre medicinske patienter ligger i gennemsnit 17 timer pr. døgn i sengen på sygehuset. Inaktivitet under indlæggelsen fører til inaktivitet efter udskrivelsen og et tab af funktionsevne, der er svært at genvinde. Ph.d.-studerende Mette Merete Pedersen er ved at teste, om to øvelser under indlæggelsen kan være med til at gøre en forskel.



—

**NÅR ÆLDRE BLIVER** indlagt på sygehus, bliver de langt mere inaktive, end de var inden indlæggelsen. Selvom den gennemsnitlige indlæggelsestid for den ældre medicinske patient kun er fire dage, har inaktiviteten konsekvenser også efter udskrivelsen. Mange ældre tror, at de skal forholde sig i ro og fortsætter med at være inaktive, også når de kommer hjem.

”Inaktiviteten på sygehusene er et problem, især for de svageste. De kommer ikke op på tidligere funktionsniveau og risikerer at blive indlagt igen”, forklarede fysiotera-

peut, ph.d.-studerende Mette Merete Pedersen i et indlæg på Fagkongressen.

Ældre medicinske patienter (+65) står for godt halvdelen af alle indlæggelser i Danmark (2009). Mange af disse ældre er svage, og man ved, at funktionsniveauet og den generelle status en måned efter udskrivelse fra sygehuset har betydning for de ældres funktionsniveau på længere sigt. Mette Merete Pedersen har undersøgt, hvordan aktivitetsniveauet ændrer sig, når ældre indlægges, og fandt, at ældre der havde selvstændig gangfunktion inden indlæggelsen, lå op til 17



*Jonathan Bean har identificeret tre faktorer af betydning for at få patienterne ud af sengene: ”Man skal inddrage familien og ægtefællen i mobiliseringen, plejepersonalet skal være indstillet på, at det gør en forskel at få patienterne ud at gå, og fysioterapeuten skal gå med patienten for at kunne afdække patientens genoptræningspotentiale”, fortalte han på Fagkongressen.*

timer i sengen om dagen på sygehuset og kun var oppe at stå og gå en time pr. dag.

Undersøgelsen er gennemført med 50 patienter indlagt på Hvidovre Hospital, der blev udstyret med aktivitetsmålere på låret og på skinnebenet, der målte den tid, de var liggende, siddende og stående/gående i løbet af døgnnet.

At indlæggelse er med til at gøre ellers aktive ældre mere inaktive indgik også i den amerikanske læge og forsker Jonathan Beans indlæg på Fagkongressen. Han har blandt andet fundet, at ældre, der ikke har en selvstændig gangfunktion med eller uden ganghjælpemiddel efter indlæggelse, er i større risiko for aldrig at genvinde tidligere funktionsniveau. De risikerer at falde og i sidste ende at blive afhængig af hjælp. Jonathan Bean har identificeret tre faktorer af betydning for at få patienterne ud af sengene:

”Man skal inddrage familien og ægtefællen i mobiliseringen, plejepersonalet skal være indstillet på, at det gør en forskel at få patienterne ud at gå, og fysioterapeuten skal gå med patienten for at kunne afdække patientens genoptræningspotentialer”.

### **Motivation og omgivelsernes betydning**

Ud over den menneskelige faktor har omgivelserne også betydning for, om patienterne overhovedet kan se et mål med at komme ud

af sengene, mente en af tilhørerne på Fagkongressens symposium om genoptræning af den geriatriske patient.

Mette Merete Pedersen var enig. ”Hvis der ikke er et sted, hvor patienterne og de pårørende har lyst til at gå hen, så er det næsten umuligt at motivere dem til at komme ud af sengen”. Mette Merete Pedersen understreger desuden betydningen af omgivelserne, og af at afdække faktorer, der kan motivere patienterne.

### **Træning på sygehus og hjemme**

Men hvad skal der til for at forbedre de svage ældres funktionsniveau efter indlæggelse, og hvor lidt kan man nøjes med? De spørgsmål søger Mette Merete Pedersen at besvare i et nyt RCT-studie, der gennemføres i et samarbejde mellem Hvidovre Hospital og Hvidovre, København og Brøndby kommuner.

”Vi ved, at styrketræning virker, og at muskelstyrke er associeret med funktion. Men vi har brug for at vide, hvor lidt træning vi kan nøjes med. Vi ved også, at ældre skal have superviseret træning og helst vil træne tæt på hjemmet”, redegjorde Mette Merete Pedersen.

I RCT-studiet indgår 80 ældre med medicinske problematikker, indlagt på Hvidovre Hospital. De randomiseres enten til træningsintervention eller sædvanlig be-

handling. Interventionsgruppen får daglig superviseret træning af fysioterapeuten på hospitalet efterfulgt af fysioterapeutsuperviseret træning tre gange om ugen i fire uger i eget hjem. ”Hvis patienternes funktionsniveau skal op på tidligere niveau, ved vi, at det er vigtigt at komme i gang med træningen hurtigt”, sagde hun. Med projektet vil man således finde frem til, om det gør en forskel på funktionsniveau på kort og lang sigt at intensivere træningen på sygehuset og de første fire uger efter udskrivelsen.

Træningen består af to styrketræningsøvelser, der er gennemgående på både sygehus og efter udskrivelse. Det drejer sig om rejse-sætte-sig og tå-stand. Øvelserne progredieres i takt med, at de inkluderede bliver stærkere. Øvelserne gentages 8-12 gange i tre sæt. I projektet har man valgt at lade fysioterapeuter stå for hjemmetræningen for at være helt sikre på kvaliteten. Hvis man finder ud af, at træningen har effekt, er det tanken, at social- og sundhedsassistenter skal kunne varetage opgaven, og at fysioterapeuterne skal vejlede dem, så den nødvendige progression sikres. Forskerne er halvvejs gennem studiet, og resultaterne foreligger om et halvt år. ●

## **METTE MERETE PEDERSEN**

Er ph.d.-studerende på Hvidovre Hospital og tilknyttet de to forskningsprogrammer Optimized Senior Patient Program (Optimed), Klinisk Forskningscenter og Physical Medicine & Rehabilitation Research – Copenhagen (PMR-C).

# BODYWORK FOR FYSIOTERAPEUTER

## Kurser i strukturel integration



Lær at identificere og behandle dysfunktioner i kroppens overfladiske og dybe bindevævslag. I denne kursusrække lærer du at læse kroppen som en tredimensionel struktur i flere lag.

Med hjem har du myofascielle teknikker til effektiv normalisering af tonus i bindevæv og afbalancering af holdning. Kursusdagene blander teori med praktisk træning og instruktion.

Underviser er Linda Thorborg, der som eneste danske fysioterapeut er fuldt certificeret i Kinesis Myofasciel Integration (KMI) og uddannet af Thomas Myers. Hun udbyder i Danmark fem kurser. Læs mere på [lindathorborg.dk](http://lindathorborg.dk)

### Del 1: Fødder-underben - Bækken - Nakke-skulder

Du kan tage disse tre kurser enkeltvis og i vilkårlig rækkefølge. De varer hver 2 dage og koster hver 3.000 kr.

### Del 2: Ryg

Dette kursus forudsætter, at du har taget de tre kurser i del 1. Det varer 2 dage og koster 3.000 kr.

### Del 3: Integration

Dette kursus forudsætter, at du har taget del 1 og 2. Det varer 3 dage og koster 4.000 kr.



### Kurser i 2015

Fødder-underben	31. maj - 1. juni og 4. - 5. september
Nakke-skulder	8. - 9. maj og 2. - 3. oktober
Bækken	5. - 6. juni, 25. - 26. september og 13. - 14. november
Ryg	30. - 31. oktober
Integration	20. - 22. november

Kurserne foregår på Frederiksborgvej 118 A, 2400 Kbh. NV eller i jeres lokaler mod betaling af rejse og eventuelt ophold. Tilmelding og info på [lindathorborg.dk](http://lindathorborg.dk)



## Uddannelse i organmassage

Organerne er kroppens ældste og mest primitive strukturer og samtidig blandt de mest sofistikerede. Deres funktion afspejler præcist kroppens tilstand, og organerne skal derfor ofte behandles før ydre strukturer som bindevæv, knogler og muskler.

Ofte igangsætter behandling af organer kroppens selvkorrigerende mekanismer, så en bred vifte af symptomer forsvinder. Organsystemet virker direkte på bl.a. nervesystem, hormonsystem, muskelskeletsystem, lymfesystem og blodcirkulation.

Organmassage-uddannelsen blander teori og praktiske teknikker. Du lærer om organernes anatomi, fysiologi og symptomer samt om organerne i relation til kinesisk medicin, shamanisme og yoga. Vi arbejder med dyb blid bindevævsteknik og aktiv lytning til hvert organ. Uddannelsen består af 4 moduler og koster i alt 12.000 kr.

Underviser er DeeDee Schmidt-Pedersen, kropsterapeut med speciale i organmassage, KraniSakral-Terapi, bindevæv og ALT



### Uddannelsesforløb 2015

Modul 1.: 28. - 29. august	: Peritoneum, brystkasse, spiserør, lunger og hjerte
Modul 2.: 27. - 28. september	: Fordøjelsessystem, sphinctersystem, lever, galdeblære og mave
Modul 3.: 18. - 19. oktober	: 12-fingertarm, bugspytkirtel, milt og tyndtarm
Modul 4.: 29. - 30. november	: Tyktarm, forplantningsorganer, nyrer og blære

Undervisningen foregår på Frederiksborgvej 118 A, 2400 Kbh. NV eller i jeres lokaler mod betaling af rejse og eventuelt ophold. Tilmelding på [lindathorborg.dk](http://lindathorborg.dk)

# MENNESKER MED GIGT SKAL TRÆNE HÅRDT OG KAN TÅLE DET

Mennesker med inflammatorisk gigtsygdom som reumatoid artrit er i høj risiko for at få livsstilssygdomme. Fysioterapeuter skal sikre, at der trænes med den tilstrækkelige intensitet og at der vælges en aktivitet, som den enkelte kan fastholde hele livet. Det var det overordnede budskab i den svenske fysioterapeut og ph.d. Emma Swärdhs indlæg på Fagkongressen



**FOR MENNESKER MED** kroniske inflammatoriske lidelser som reumatoid artrit (RA) vil øget fysisk aktivitet ikke blot kunne nedsætte risikoen for livsstilssygdomme, men også bedre nogle af de symptomer, som sygdommen fører med sig. Træning er således en afgørende del af behandlingen til mennesker med gigt. Det er de færreste, der på egen hånd træner med en tilstrækkelig høj intensitet og fastholder træningen. Fysioterapeuter har en afgørende opgave med at lære patienterne at dosere træningen og hjælpe dem med at finde en aktivitet, de har lyst til at fortsætte med hele livet. Det var budskaberne på et symposium om gigt og træning på Fagkongressen fra den svenske fysioterapeut, ph.d. og adjunkt ved fysioterapiuddannelsen på Karolinska Institutet Emma Swärdh, der i sin ph.d.-afhandling fra 2013 har beskæftiget sig med fysisk aktivitet, fastholdelse til et fysisk aktivt liv og træning til mennesker med gigt.

## RA fører til inaktivitet

Tidlig diagnosticering og biologisk medicin gør, at mennesker med RA i dag har færre komplikationer og smerter end tidligere. I dag får patienterne en tidlig aggressiv behandling, der fører til færre smerter og mindre grad af leddestruktion.

Nu til dags er det især fatigue, en træthed der er svær at overvinde, og den psykiske belastning ved at få en kronisk sygdom, der fylder, når man får gigt, fortalte Emma Swärdh i sit indlæg. Det kan være en af forklaringerne på, at mennesker med gigt er langt mindre fysisk aktive end andre. I Sverige fastholder kun 11 procent af patienterne med en inflammatorisk gigtsygdom anbefalingerne for fysisk aktivitet. Hun mener, det er bekymrende, fordi denne patientgruppe har højere risiko for f. eks. kardiovaskulære lidelser, kakeksi (alvorlig afmagring med tab af skeletmuskulatur), osteoporose, depression og astma. Alt sammen følger af gigtsygdomme, hvor fysisk aktivitet har vist sig at have en god effekt.



EMMA SWÄRDHS  
 PRÆSENTATION  
 KAN FINDES HER:  
[FYSIO.DK/  
 FAGKONGRES-2015/  
 PRASENTATIONER-FRA-  
 FAGKONGRES-2015/](http://FYSIO.DK/FAGKONGRES-2015/PRASENTATIONER-FRA-FAGKONGRES-2015/)



*Med den nye biologiske medicin kan de fleste mennesker med reumatoid artrit tåle at træne med højere intensitet end tidligere, og det er med til at sikre et højt funktionsniveau og forebygge livsstilssygdomme. Fysioterapeuter skal lære patienterne, hvordan de skal træne, fortalte den svenske fysioterapeut Emma Swärdh på fagkongressen.*

”Patienterne har meget at vinde ved at være fysisk aktive. Vi ved at for eksempel, at styrke- og konditionstræning er med til at forbedre muskelstyrke og kondition. Mange af patienterne tåler desuden en højere intensitet, end de tror. Og de må godt træne under sygdomsaktivitet, blot de ikke har feber”, fortalte Emma Swärdh.

Fastholdelse til træning er en af de helt store udfordringer, når det drejer sig om mennesker med en kronisk sygdom. I den forbindelse er det vigtigt at finde den træningsform, som patienterne selv foretrækker.

”De fleste foretrækker at træne under supervision og gerne i varmtvandsbassin. Man kan forbedre konditionen, både når man træner i vand og på land, men den smertereduktion, de fleste oplever ved at træne i vand, er ofte med til at fastholde dem til træning”, forklarede Emma Swärdh.

### **Brug for hjælp til at træne hårdt nok**

For at påvirke faktorer som kondition, styrke og aktivitetsbegrænsninger er det vigtigt, at der trænes tilstrækkeligt hårdt, flere gange om ugen i tilpas lang tid. Der skal trænes med moderat til høj intensitet, belastningen skal øges gradvist, og hvis patienterne har smerter i mere end et døgn efter træningen, skal belastningen sænkes. Der er flere gode RCT-studier, der har undersøgt effekt af specifikke træningsprogrammer på kondition, styrke og funktionsevne. Emma Swärdh anbefaler, at man bruger BORG-RPE-skala, pulsfrekvens, pulsøre og accelerometer til at opretholde den rette træningsintensitet og -dosis.

”Fysioterapeuten skal indarbejde nye rutiner hos patienter med gigtssygdomme, så de træner med en højere intensitet. Intensiteten skal være så indarbejdet, at patienterne overfører det til de daglige aktiviteter og træningen i fitnesscentre”, fortalte Emma Swärdh. ●

# OP AT STÅ - UD AT GÅ!



*Selvhjulpethed og  
god økonomi*



HMI-nr 46441 fra hmi-basen.dk



HMI-nr 46443 fra hmi-basen.dk

Har I også fokus på den rehabiliterende indsats?

Taurus gangborde giver:

- Optimal mobilisering af borgeren/patienten
- Høj faglig kvalitet og sikkerhed for plejer og borger/patient
- Gode fysiske arbejdsstillinger for personalet
- Selvhjulpethed og livskvalitet for borgeren/patienten
- Økonomiske besparelser i kommuner og regioner

Med Taurus gangbordet får I optimale muligheder for, at vedligeholde og træne borgerens stand- og gangfunktion, både som en eventuel postoperativ indsats eller som led i den rehabiliterende træning.

For yderligere information, kontakt os gerne.

## ONEMED

OneMed A/S | [www.onemed.dk](http://www.onemed.dk) | tlf. 86 109 109

OneMed A/S leverer i dag hjælpemidler til flere af landets kommuner og hospitaler, og vi lægger stor vægt på at yde en grundig og kvalificeret rådgivning. Vores medarbejdere får løbende undervisning i produkterne, med henblik på at sikre en professionel kundebehandling.



# Hvad er grundlæggende sundhedsydelse

Danske Fysioterapeuter er imod brugerbetaling på grundlæggende sundhedsydelse. Men hvad er en grundlæggende sundhedsydelse? Det skal hovedbestyrelsen give et svar på.

Afkommunikationschef Mikael Mølgaard

**OPGAVEN ER KLAR.** Hovedbestyrelsen skal give et svar på, hvad en grundlæggende sundhedsydelse er. For på repræsentantskabsmødet i efteråret blev det besluttet, at foreningen er imod brugerbetaling på grundlæggende sundhedsydelse. På det seneste hovedbestyrelsesmøde gik fortolkningsarbejdet i gang, men det viste sig hurtigt at være en vanskelig opgave.

Alle hovedbestyrelsesmedlemmer er enige om, at det fortsat skal være gratis at gå til praktiserende læge. Brugerbetaling på lægebesøg kan skabe social ulighed og betyde, at færre patienter bliver visiteret til fysioterapi. "Hvis nogen undlader at gå til læge, fordi de ikke har råd, kan det i sidste ende blive dyrt for samfundet," sagde Sanne Jensen.

Men som Morten Topholm samtidig påpegede, kan der meget vel komme et politisk flertal for at indføre brugerbetaling på lægebesøg. "Det kan betyde, at det reelt bliver muligt at diskutere den eksisterende brugerbetaling, som er historisk betinget og tilfældig. Det er en mulighed, som vi selvfølgelig skal benytte os af", mente han.

## Ekstrem sport i udlandet

Kirsten Ægidius mente, at behandling på hospitalet af patienter med akutte sygdomme må betragtes som en grundlæggende sundhedsydelse. "Men gælder det også borgere, der har fået en skade fordi de har dyrket ekstrem sport i udlandet? Kunne man forestille sig, at de måtte tegne en forsikring, hvis de ville være dækket ind," lød hendes spørgsmål til resten af bestyrelsen.

Lisbeth Schrøder pegede på, at det var vigtigt at kigge på, hvilke handlingskompetencer og handlingsveje borgerne har. "Der ligger nemlig en indbygget præmis i betegnelsen grundlæggende sundhedsydelse om, at borgerne har de fornødne kompetencer og veje til at tage vare på deres egen sundhed,"

Hovedbestyrelsen kom på mødet ikke frem til en klar definition af grundlæggende sundhedsydelse. Men det var heller ikke meningen. Planen er nemlig, at emnet skal på dagsordenen på kommende hovedbestyrelsesmøder.



## JA TIL AFTALE OM NY OVERENSKOMST I REGIONER OG KOMMUNER – NEJ I STATEN

**96 PROCENT AF** Danske Fysioterapeuters medlemmer på det kommunale og regionale område har stemt ja til aftalerne om nye overenskomster.

Stemmeprocenten i regioner og kommuner nåede op på 53, hvilket er markant højere end sidst, hvor stemmeprocenten var 40 procent.

På det statslige område valgte kun 22 procent af Danske Fysioterapeuters medlemmer at give deres mening til kende. Her vendte et flertal på 52 procent tommelfingeren nedad, men da Danske Fysioterapeuter var den eneste organisation i det statslige forhandlingsfællesskab, SKAF, der stemte nej, har det imidlertid ingen betydning for vedtagelsen.

De nye aftaler træder i kraft med tilbagevirkende kraft fra 1. april og gælder i tre år.

## Mere målrettet genoptræning

**MERE MÅLRETTET GENOPTRÆNING.** Det skal meget gerne blive resultatet af den nye bekendtgørelse, der trådte i kraft ved årsskiftet, og som betyder, at der fremover bliver fire forskellige specialiseringsniveauer i genoptræningen.

Genoptræning på basalt og avanceret niveau foregår i kommunerne, og genoptræning og rehabilitering på specialiseret niveau foregår på sygehusene eller særlige rehabiliteringsenheder.

Men selv om modellen kan sikre mere målrettet genoptræning, og at ressourcerne bliver brugt bedre, er der stadig plads til lokal fortolkning. Eksempelvis af hvilke patientgrupper der skal tilbydes genoptræning på basalt eller avanceret niveau.

Hovedbestyrelsen besluttede på sit seneste møde, at Danske Fysioterapeuter skal give konkrete bud på, hvordan bekendtgørelsen skal fortolkes, så foreningen er med til at præge arbejdet med specialisering i genoptræning.

# Valget skal også handle om arbejde

FOTO JESPER LUDVIGSEN



Kampagnen blev lanceret med morgenkaffe til de rejsende blandt andet på Nørreport Station. Her er Danske Fysioterapeuters formand, Tina Lambrecht, i aktion.

Af presse- og kommunikationskonsulent Bo Berendt Christensen

**B**ag den nye kampagne "Sammen skaber vi værdi" står de knap 100 faglige organisationer i LO og FTF. Målet er at få fokus på blandt andet arbejdsmiljø, flere arbejdspladser og ulighed i sundhed.

Danske Fysioterapeuter er medlem af FTF, der derudover også rummer blandt andre lærere, socialrådgivere, sygeplejersker og pædagoger.

"Vi vil sikre, at vi får sat de ting på den politiske dagsorden, som er vigtige for vores medlemmer," siger Danske Fysioterapeuters formand, Tina Lambrecht.

Der er for lidt fokus på arbejdsvilkår i den offentlige debat, mener Tina Lambrecht og peger blandt andet på den stigende pensionsalder, som noget, der stiller nye krav til arbejdslivet.

"Det gør det endnu vigtigere, at vi sørger for, at det er trygt og sikkert at gå på arbejde,

så man både kan holde til at arbejde længere og stadig er rask, når man når pensionen. Der skal meget mere fokus på forebyggelse. Det er et område, hvor vi som fysioterapeuter har noget at bidrage med," siger Tina Lambrecht.

## 1,5 million medlemmer

Der skal nok blive lyttet til udspillet. For tilsammen har organisationerne i LO og FTF 1,5 million medlemmer.

"Det er klart, at vi taler med en meget stor vægt, når vi er så mange, der er enige om, at det her er vigtigt. Jeg er ikke i tvivl om, at politikerne nok skal lytte – især nu her, hvor valget nærmer sig," siger Tina Lambrecht.

Som del af kampagnen præsenterer LO og FTF i alt 22 konkrete forslag til, hvordan man kan sikre arbejde til alle, gode job og kvalitet i velfærden. ●

**ARJOHUNTLEIGH**  
GETINGE GROUP

**Den manglende brik**  
til sikker håndtering af  
plejemodtagere er her nu



www.ArjoHuntleigh.dk



# Sammen kan vi få et godt arbejdsmiljø

Vi skal ikke blive syge af at gå på arbejde.

Vi skal belønne de virksomheder og organisationer, som gør noget ekstra og tager arbejdsmiljøet alvorligt. De, der ignorerer Arbejdstilsynets advarsler eller overtræder arbejdsmiljøloven, skal straffes hårdt.

Stress er ikke et individuelt problem. Derfor skal ledere uddannes i at sikre et godt psykisk arbejdsmiljø.

*Vi lønmodtagere skaber hver dag værdi for Danmark. Vores arbejde og engagement gør Danmark bedre og rigere. LO og FTF repræsenterer 1,5 millioner lønmodtagere, og sammen med politikerne kan vi lønmodtagere skabe flere job og bedre velfærd. Vi har mange fælles mål. Sammen kan vi skabe mere værdi.*



## MIN ARBEJDSPLADS

**NAVN:** DORTE BORG ANDREASEN

**ALDER:** 44

**ARBEJDSPLADS:** VIKARBUREAUET 'FYSSEN  
OG ERGOEN' SAMT REGSTRUP FYSIOTERAPI

*"Fyszen og Ergoen" havde lejet en stand i udstillingsarealet på Fagkongressen, hvor Dorte Borg Andreasen mødte både potentielle vikarer og aftagere.*

# "Vi går ud og banker på"

## **Hvordan kom du på ideen med at lave et vikarbureau?**

Jeg havde på min klinik en kollega, der blev langtidssygemeldt, og som også havde været sygemeldt flere gange op til. Vi fik dækket os ind med nogle timer hist og nogle timer pist, men det skabte en masse bøvvl og frustration, som jeg godt ville have haft hjælp til. Dér opstod ideen. Jeg tænkte, at der måtte være andre end mig, der havde oplevet den frustration, når læsset væltede. Når man får en sygemelding, uanset for hvor lang tid, kan det være uoverskueligt at skulle tage sig af jobopslag og ansættelsessamtaler, samtidig med, at man står i en stresset situation og her og nu skal lukke hullet efter den, der mangler. Jeg var medlem af et netværk, hvor et af de andre medlemmer, Jane Korgaard, havde et vikarbureau, og jeg spurgte hende derfor, om hun ikke havde lyst til at lave et vikarbureau for fysio- og ergoterapeuter sammen med mig. Det havde hun, og vi har været i gang i siden marts sidste år.

## **Er det en del af din personlighed, at hvis ikke det findes, så opfinder du det selv?**

Jeg er generelt ret innovativ, men jeg kaster mig ikke bare ud i tingene, og det har jeg heller ikke gjort her. Vi har været meget grundige og brugte et halvt år på at undersøge juraen, tale med Danske Fysioterapeuter, med regionerne og så videre, og vi har lavet en forretningsplan for, hvordan vi ville kontakte virksomheder og mulige vikarer.

## **Hvordan kontakter I virksomhederne?**

Vi laver bl.a. 'kold kanvas', dvs. kontakter kunderne uden forudgående aftale – vi går simpelthen ud og banker på. Og det virker. Et sted lagde vi bare vores visitkort og en flyer, fordi klinikejeren ikke var til stede, men han ringede efterfølgende og sagde, at han var i gang med at læse og kunne mærke,

at det ikke rigtigt hang sammen tidsmæssigt, og om vi kunne hjælpe nogle timer om ugen. Han fik en vikar, som han så siden har fastansat. Vi bruger også facebook og linkedin, og i marts havde vi en stand på Danske Fysioterapeuters Fagkongres. Det var en ny måde at deltage på – jeg plejer jo at være en af dem, der render rundt mellem de faglige oplæg.

## **Hvem er jeres kunder?**

Det er både klinikker, kommunale genoptræningscentre og sygehuse, og vi prøver i øjeblikket at komme inden for på bo-stederne, hvor der er mange ergoterapeuter ansat. Det giver mig rigtig meget, som jeg også kan bruge i min egen klinik, at jeg kommer ud og ser så mange forskellige arbejdspladser og får talt med så mange forskellige ledere og får nye input ad den vej.

## **Er det fortrinsvis nyuddannede, I rekrutterer til vikariatene?**

Det er alt fra nyuddannede til seniorer, der har trukket sig lidt tilbage, men gerne vil have en tilknytning til arbejdsmarkedet i perioder og selv kunne sige til og fra.

## **Du driver også en klinik – hvordan får du det til at passe sammen?**

Jeg har taget en fast dag om ugen ud til at passe 'fyssen og ergoen', og derudover bruger jeg omkring to halve dage efter arbejdstid på klinikken. I begyndelsen havde jeg dårlig samvittighed over for Jane, der kunne være mere til rådighed, end jeg kunne, fordi jeg jo havde patienter. Men det har vi løst nu ved, at vi har ansat en sekretær på halv tid, som så også arbejder på klinikken og kan hive fat i mig, når det er nødvendigt. Hun tager sig af det administrative, mens vi selv kører rundt til kunderne, står for interviews med ansøgerne osv.

## **Hvor vigtigt er det, at du selv er fysioterapeut for at kunne drive et vikarbureau for fysioterapeuter?**

Det er meget vigtigt, synes jeg. En fysioterapeut er ikke bare en fysioterapeut, og arbejdet er mange steder så specialiseret, at man er nødt til at have en indsigt i det selv for at kunne matche det rigtige job med de rigtige kompetencer. Jane er ikke terapeut, men hun har til gengæld de kompetencer, jeg ikke har inden for HR-området, og kan fx adfærdsteste kandidaterne. Vi supplerer hinanden rigtig godt.

## **Hvordan er de fysiske rammer omkring virksomheden?**

Jane arbejder fra sit kontor i Holbæk, og jeg og vores sekretær fra klinikken i Regstrup. I december kørte vi rundt på julevisit til vores kunder i hele landet, og vi har afholdt samtaler med kandidater i Odense, Århus og København. Næste stop er Fredericia. Vi flytter os rundt, og det er vi nødt til, for vi dækker hele landet.

## **Hvad er det bedste ved dit job?**

Jeg kan godt lide at komme ud til kunderne, men det bedste er, når jeg har samtaler med ansøgerne. Vi sender jo ikke bare nogen ud, men har samtaler med dem alle sammen, så jeg møder simpelthen så mange forskellige mennesker med forskellige livshistorier. ●

Af journalist Anne Guldager

ag@fysio.dk

FOTO HEIDI LUNDSGAARD



ANMELDELSE / *Motivation – Nå i mål med din træning!* Brian Overkær, Henning Langberg og Nicklas Pyrdol. FADL's Forlag  
ISBN-13: 9788777497711

## Til den ambitiøse læser

”Motivation – Nå i mål med din træning” er en fagbog, skrevet til mennesker, der ønsker at gøre træning til en fast del af deres liv, er gået i stå med træningen eller vil sætte nye mål for deres træning.

Bogen er inddelt i tre hovedtemaer: forberedelse, handling og vedligeholdelse, og inden for hvert tema er forskellige motivationsmodeller og figurer illustreret og beskrevet for at underbygge de teorier, som bogen præsenterer læseren for. Desuden indeholder bogen en række opgaver, læseren skal løse, cases fra det virkelige liv og citater om motivation.

De tre forfattere henvender sig direkte til læseren, hvilket gør bogen personlig. Læseren bliver fra bogens start gjort opmærksom på, at det er vigtigt at afsætte tid og gå aktivt ind i de ting, som bogen præsenterer undervejs. Dette indebærer bl.a. løbende at reflektere over og besvare forskellige spørgsmål, hvilket der er gjort plads til at skrive ind i bogen. Gennem dette grundige arbejde ønsker bogens forfattere, at læseren lærer sig selv, sine styrker og svagheder at kende, får præciseret sine mål og får fokus på sine ressourcer.

Hvis man af forskellige årsager mister motivationen for sin træning, er ideen med bogen også, at det er en bog, man kan vende tilbage til igen og igen.

Bogen er utroligt flot sat op rent grafisk, hvilket gør den meget appetitlig. Da bogen er grundig og kræver, at man som læser investerer tid og fordyber sig med den, er den efter min mening til den ambitiøse læser, som er seriøs i sit ønske om at skabe forandring og er klar til måske endda at ændre på sin egen selvopfattelse.

For fysioterapeuter kan bogen anvendes som inspirationskilde til, hvordan man forklarer og benytter forskellige motivationsteknikker, da størstedelen af de spørgsmål og opgaver, som stilles gennem bogen, sagtens kan overføres til praksis. Udover at anbefale bogen som inspiration til mine kolleger vil det være en bog, som jeg kan anbefale til de af mine klienter, der har taget første skridt og valgt at komme og træne hos mig, og som har større mål for deres træning.

ANMELDT AF FYSIOTERAPEUT MALENE PEDERSEN

## Rabat på bøger

Videnskabsteori er en central disciplin for alle akademiske fag. Det er her, man kan få indblik i begrundelserne for de videnskabelige metoder og betydningen af abstrakte størrelser som objektivitet og sandhed.

NORMALPRIS

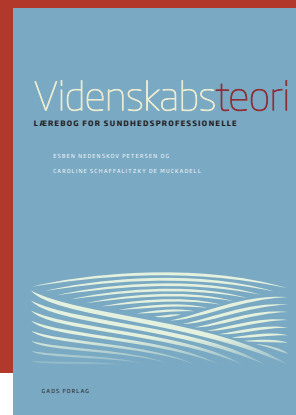
299,-

MEMLEMSPRIS

239,20

Læs mere på [gad.dk](http://gad.dk)

Indtast medlemskoden FYSIO på [www.gad.dk](http://www.gad.dk) og få 20 % rabat



 gads forlag

## KØB DINE FAGBØGER TIL PLUSPRISER

Hvis du er medlem af Danske Fysioterapeuter, får du 20 % rabat på alle bøger fra Munksgaard.

 Find BogPlus på [fysio.dk/boeger](http://fysio.dk/boeger)

### NYHED:

Dette er den første danske lærebog i palliativ medicin.

Bogen kommer hele vejen rundt i det brede område, og kapitlerne er skrevet af mange forfattere med forskellig faglig baggrund.



Normalpris: kr. 475,-  
BogPlus-pris: Kr. 380,-

  
munksgaard

[www.munksgaard.dk](http://www.munksgaard.dk)

# Nyheder 2015

# PT

## ProTerapi A/S



### Unikt rehabiliteringsløbebånd

Spirit MT 200  
Lav starthastighed.  
Indbygget ganganalyse funktioner

### Siddende crosstrainer

Spirit MS 300  
Drejbart sæde for nem indstigning.  
Funktional krydsmønstertræning  
Max. brugervægt: 200 kg.



### Redcord slyngetræning

Nu forhandler ProTerapi Redcord!

Henvendelse vedrørende annoncering af arrangementer i Danske Fysioterapeuters regioner, fraktioner eller faglige selskaber skal ske til **Anne Guldager, ag@fysio.dk tlf.: 33414630**. Henvendelse vedrørende øvrig annoncering skal ske til Dansk Mediaforsyning på tlf.: 7022 4088, fysiotekst@dmfnet.dk. **Se oplysninger vedrørende deadlines, priser og formater på [fysio.dk/Fysioterapeuten/annoncering](http://fysio.dk/Fysioterapeuten/annoncering)**



### Region Syddanmark

#### GENERALFORSAMLING OG FOREDRAG MED BS CHRISTIANSEN

Vi glæder os til at se dig til en spændende aften. Husk at tage dine kollegaer med til diskussion om vores fag, udfordringer og muligheder, og hvordan fysioterapien kommer på den politiske dagsorden.

**Tid:** Mandag den 11. maj, kl. 17-21.30  
(kaffe, te og kage fra kl. 16.30)

**Sted:** Fredericia Idrætscenter, Furniture Lounge, Vestre Ringvej 100, 7000 Fredericia.

#### Program:

Kl. 17-19.15: generalforsamling

Kl. 19.15-20: spisning

Kl. 20-21.30: foredrag med BS Christiansen om "Fundamentet for det gode liv."

**Dagsorden** til generalforsamlingen (jf. vedtægterne):

- Beretning om regionsbestyrelsens arbejde og drøftelse af kommende års aktiviteter
- Indkomne forslag
- Fremlæggelse af regnskab
- Fremlæggelse af budget
- Valg af regionsbestyrelse og suppleanter. Følgende er på valg: Thomas Bertelsen, Morten Topholm, Jasper Juhl Holm, Peter Kromann, Helene Benfeldt, Belinda Toft, Helle Bruun og Esther Skovhus (Esther Skovhus genopstiller ikke, alle øvrige genopstiller).
- Eventuelt

**Tilmelding:** Af hensyn til spisningen er der tilmelding på [fysio.dk/Regioner/syddanmark/](http://fysio.dk/Regioner/syddanmark/) senest den 7. maj.



### Region Hovedstaden

#### UDFLUGT FOR SENIORER

Nu er foråret kommet, og vi inviterer jer derfor til en forårstur med storslået natur og arkitektur. Udflugten starter med en gåtur på Kalvebod Fælled på Vestamager, hvor der er smuk natur og masser af dyreliv. Efterfølgende besøger vi det nyskabende byggeri, Ottetallet, der er tegnet af arkitekten Bjarke Ingels. Her vil vi spise frokost i Cafe Ottetallet, hvor Danske Fysioterapeuter betaler for 2 stykker smørrebrød pr. mand. Regionsformand Tine Nielsen vil komme forbi og fortælle om, hvad der sker i foreningen og generelt blandt fysioterapeuter.

**Tid og sted:** Onsdag den 27. maj kl. 11. Vi mødes på Vestamager Metrostation. **Tilmelding** skal ske senest den 13. maj på [fysio.dk/regioner/hovedstaden](http://fysio.dk/regioner/hovedstaden) eller ved at sende en mail til [hovedstaden@fysio.dk](mailto:hovedstaden@fysio.dk)

*På glædeligt gensyn fra Seniorudvalget - Kirsten, Bodil, Tom og Anni.*



### Region Nordjylland

#### SENIORNETVÆRK 60+

Er du fysioterapeut 60år eller derover, pensioneret eller stadig på arbejdsmarkedet, så mød op og bliv en del af det nystartede netværk.

#### Program:

- Foredrag om psykiske reaktioner ved livstruende/kronisk sygdom. Psykolog Lisbeth Hede sætter fokus på de psykiske reaktioner og professionel håndtering af disse. Lisbeth Hede arbejder som psykolog på Onkologisk Afdeling, Ålborg Sygehus.
- Pause med sandwich eller lign.
- Regionsformand Gitte Nørgaard fortæller nyt fra Danske Fysioterapeuter

**Tid:** Tirsdag den 2. juni 2015 kl. 17 - 20

**Sted:** Sofiendalsvej 3. 9200 Aalborg SV.

Initiativtagere og arrangører Irene Vils, [iv@mvbmail.dk](mailto:iv@mvbmail.dk), tlf. 21474838 og Margith Gravesen, [margithgravesen@hotmail.dk](mailto:margithgravesen@hotmail.dk), tlf.21775237

**Tilmelding** på [fysio.dk/regioner/nordjylland](http://fysio.dk/regioner/nordjylland) senest den 25. maj 2015.



## Selskabet holder generalforsamling

mandag d. 4. maj kl. 17.15 på Korsør Parkhotel,  
Ørnumvej 6, 4220 Korsør.



## Dynamisk Stabilitet UE kursus

Den biomekaniske analyse er i centrum med fokus på en grundig og systematisk biomekanisk analyse af hofter, knæ og fod. Vi arbejder meget praktisk med den retningsspecifikke tilgang, og du præsenteres for et bredt øvelsesudbud til dine patienter.

**Underviser:** Flemming Enoch / Lotte Telvig

**Tid:** 8.-10. juni

**Sted:** Løjtegårdsvej 157, 2770 Kastrup

**Pris:** 5.015 kr

**Tilmelding:** [ge@fysiq.dk](mailto:ge@fysiq.dk)

Medlemmer af Dansk Selskab for Muskuloskeletal Fysioterapi har fortrinsret. Yderligere information:

[www.dynamiskstabilitet.dk](http://www.dynamiskstabilitet.dk)

Kurset er desuden en del af uddannelsen til

Muskuloskeletal Fysioterapeut.

## Dynamisk Stabilitet - Skulder kursus

Afholdes på Løjtegårdsvej 157,

Kastrup den 4.- 5. maj

Læs mere på [www.dynamiskstabilitet.dk](http://www.dynamiskstabilitet.dk) og

tilmeld dig via [ge@fysiq.dk](mailto:ge@fysiq.dk)



## Akupunktur og smertehåndtering - kursus 1

På kurset undervises i akupunktur ud fra moderne viden samt fysioterapeutisk håndtering af patienter med akutte, kroniske og komplekse smerter. Kurset indgår i selskabets uddannelse, hvor det samlede omfang er 15 ECTS point. Dansk Selskab for Akupunktur i Fysioterapi fungerer som lærings- og uddannelsesmiljø, hvor deltagerne kan være med i et fagligt netværk, hvor der udveksles viden om akupunktur og fysioterapi til patienter med smerter.

**Sted:** Horsens Regionshospital

**Tid:** 29. - 31. Maj 2015

**Yderligere oplysninger og tilmelding:** [www.dsa-fysio.dk](http://www.dsa-fysio.dk)

## Kursus 1 & 2: Akupunktur og klinisk smertehåndtering - La Santa uge 39

Kurset giver kompetencer i at anvende akupunktur som behandlingsmetode og viden om fysioterapeutisk smertehåndtering ved akutte, kroniske og komplekse smertetilstande. Kurset indeholder undervisning i smerteteori, smerteanalyse, smertepsykologi, akupunkturteori og superviseret praktisk akupunktur. Særligt for dette kursus er en introduktion til smertebehandling med perkutan elektrisk nervestimulering (PENS). Kurset har et stærkt klinisk fokus og integrerer videnskabelig dokumentation og rationel klinisk beslutningstagning ved valg af behandlingsstrategi.

Kursus 3 kan efterfølgende tages i Danmark

**Sted:** Club La Santa

**Tid:** 18 - 25. september 2015

**Tilmeldingsfrist:** 4. maj

Pris, tilmelding og yderligere oplysninger på [www.dsa-fysio.dk](http://www.dsa-fysio.dk)

## Smertekursus

Formålet med dette kursus er at give en introduktion til moderne klinisk smertehåndtering. Kurset har fokus på følgende læringsmål: At deltagerne får en solid indføring i viden om smerter, klinisk smerteanalyse, smertepsykologi, kommunikation, patientundervisning og evaluering af vigtige effektmål. At deltagerne kan vælge de mest optimale og evidensbase-rede behandlingsstrategier til patienter med akutte, kroniske og komplekse smerter. Kurset afholdes efter aftale på jeres arbejdsplads.

Læs mere om indhold og muligheder for omfang af smertekurserne på [www.dsa-fysio.dk](http://www.dsa-fysio.dk)

**Underviser:** Bjarne Rittig-Rasmussen, ph.d. i medicin, specialist i muskuloskeletal fysioterapi.



DANSK SELSKAB FOR SMERTE OG FYSIOTERAPI

## Grundkursus i Smertevidenskab – et kursus i smerteforståelse og håndtering!

Kunne du tænke dig at forstå dine patienters smerter bedre? Fibersprængning, impingement, neuropati eller kroniske smerter? Der er kendetegn i patientens anamnese, der kan lede dig til en hurtigere diagnose, og give dig konkret vejledning til din behandling.

Lær at tale med patienter om smerte, samt hvordan du kan forklare dem, hvad kroniske smerte er.

**Pris:** 3200 kr.\*

**Tid:** 20. – 21. maj 2015

## Smerteskolet instruktørkursus

Et kursus rettet mod sundhedsfaglige formidlere af viden om smerte til patienter/borgere med vedvarende smerter. Du får udleveret en PowerPoint præsentation omhandler smerte, sensibilisering, kroppen forsvar mod nociception, motion og træning samt medicin og anden behandling. Materialet bliver gennemgået på kurset, og du kan efterfølgende vælge at anvende det udleverede materiale direkte eller i tilrettet form.

Det forudsættes at du har deltaget på Grundkursus i Smertevidenskab e.l. og har prøvet at undervise i et eller andet område før. Du skal medbringe egen computer med opdateret PowerPoint.

**Pris:** 2100 kr. for medl. af SMOF, 2400 kr. for ikke-medlem.

**Tid:** d. 3. juni 2015

## Borgere med Smerte

På kurset lærer deltagerne evidensen for tilbagevenden til arbejde (TTA), fysioterapeutisk udredning af langtidssygemeldte og samarbejdet med socialfaglige instanser. Kurset er rettet mod sundhedsfaglige, der arbejder med erhvervstruede, langtidssygemeldte og ledige borgere med smerte af akut eller kronisk karakter.

Eksempler på emner fra kurset:

- Evidensbaseret TTA
- Evidensen for risikofaktorer (bl.a. blå, gule og sorte flag)
- Sundhedsfaglig udredning af sygemeldte borgere
- Teorier om tilbagevenden til arbejdsmarkedet for patienter med langvarige smerter
- Cases

Viden om smerter fra f.eks. Grundkursus i Smertevidenskab er ikke en forudsætning, men en fordel.

**Pris:** 1500 kr. for medl. af SMOF og 1600 kr. for ikke medl.

**Tid:** d. 4. juni 2015

## Smertefysiologi og neuroscience

Kurset fokuserer på at forstå mekanismer bag nociception og på at anvende dem i praksis.

På kurset lærer du at forstå

- hvordan sanserne virker, og hvorfor et sensorisk stimuli ikke er det samme som en oplevelse,
- relevant neuroanatomy
- fysiologiske principper i det sensoriske nervesystem/ CNS
- viden om non-neurale celler
- den inflammatoriske proces og sensibilisering
- descenderende mekanismer i nervesystemet

Hvor det er relevant vil der blive trukket paralleller mellem denne viden og den kliniske hverdag.

Undervisningen tager udgangspunkt i deltagerne forudsætninger og forsøger at danne bro mellem deltagerne kliniske erfaringer og moderne smertevidenskab.

Kurset forudsætter at du tidligere har deltaget på Grundkursus i Smertevidenskab, Explain Pain e.l.

**Pris:** 3200 kr./ 2900 kr. for medlemmer af SMOF\*

– inkl. materiale og forplejning

**Tid:** 19. – 20. juni 2015

### Praktiske oplysninger:

**Underviser:** Morten Høgh, dip MT, specialist i fysioterapi og MSc. Pain.

**Sted:** Fysiocenter Århus, Vesterbro Torv 1 – 3, 2. sal, 8000 Århus C

**Tilmelding** på mail til [lene@fysiomail.dk](mailto:lene@fysiomail.dk)

\* **OBS:** Samlet pris for Grundkursus samt Neuroscience: 5900 kr. Samlet pris for Grundkursus, Neuroscience, Måling og Undersøgelse samt Behandling og Syndromer: 11.500 kr.

For yderligere info samt kursusplan:

[www.videnomsmerter.dk](http://www.videnomsmerter.dk)



DANSK SELSKAB FOR PSYKIATRISK OG PSYKOSOMATISK FYSIOTERAPI

## Basic Body Awareness Therapy – *BBAT 2*

Kurset er en opfølgning af BBAT 1. Gennem faglig fordybelse tilegner deltagerne sig viden, færdigheder og holdninger mhp. at implementere begyndende erfaring med BBAT i individuel behandling. Der er derudover fortsat fokus på personlig fordybelse i øvelserne. Teori om bevægelsesmæssige grundprincipper i BBAT gennemgås, og deltagerne arbejder med at kunne anvende, integrere og udfordre den terapeutiske holdning og kommunikation i BBAT.

Forudsætning for optagelse er, at rapporten efter BBAT 1 er blevet godkendt.

**Tid:** 27. sept – 2. okt 2015

**Sted:** Kerteminde Vandrerhjem

**Pris:** Kr. 12.200,- dækker overnatning i enkeltværelse og forplejning

**Tilmelding:** Senest 26. juni 2015 - se [www.psykfys.dk/kurser/kursuskalender](http://www.psykfys.dk/kurser/kursuskalender) eller [www.bodyawareness.dk](http://www.bodyawareness.dk)

**Deltagere:** 12 fysioterapeuter

**Undervisere:** Kirsten Nissen, fysioterapeut og uddannet lærer i BBAT

## Basic Body Awareness Therapy 2 – *seminar*

Kurset er en integreret del af efteruddannelsen i BBAT og retter sig mod at opnå færdigheder i undersøgelse af bevægelses kvalitet ud fra et helhedssyn. På seminaret sættes der fokus på brugen af Body Awareness Rating Scale (BARS-MH) som undersøgelsesmetode af bevægelses kvalitet i forbindelse med klinisk arbejde. Derudover arbejder deltagerne med at få en dybere personlig erfaring med øvelserne i BBAT. Der arbejdes med undersøgelsesmetoden gennem praksis, dialog og teoretiske oplæg. Tai Chi og meditation er en del af det daglige program. Læs mere på [www.psykfys.dk](http://www.psykfys.dk) eller [www.bodyawareness.dk](http://www.bodyawareness.dk)

**Målgruppe:** Fysioterapeuter der har gennemført BBAT1 og BBAT2 samt har fået godkendt rapporten efter BBAT 1

**Tid:** 6. - 9. september 2015.

**Sted:** Kerteminde Vandrerhjem

**Pris:** Kr. 9100,-. Prisen dækker overnatning i enkeltværelse og forplejning.

**Tilmelding:** Senest 24. juni 2015 se [www.psykfys.dk](http://www.psykfys.dk)

**Deltagere:** 12 fysioterapeuter

**Undervisere:** Susan Christensen fysioterapeut, læreruddannet i BBAT.

-----  
*Læs mere på [www.psykfys.dk](http://www.psykfys.dk) eller [www.bodyawareness.dk](http://www.bodyawareness.dk)*  
-----



DANSKE FYSIOTERAPEUTER

## Sclerose - undersøgelse og behandling

### Fokus på fysisk træning som medicin

På kurset bliver du opdateret med den nyeste viden på området. Du får generel viden om sygdommen, og hvordan den udvikler sig. Der bliver sat fokus på test, undersøgelse, målsætning og forskellige former for interventioner. De nyeste kliniske retningslinjer bliver inkluderet på kurset. Dialogorienteret undervisning med inddragelse af patientcases fra deltagernes egen praksis. Videoklip af patienter vil blive anvendt i undervisningen. Desuden workshops med praktiske færdigheder.

Fysioterapeuter, der efteruddanner sig i sklerose, kan få deres navn på Skleroseforeningens behandlerhjemmeside.

### Indhold

- Overblik over sygdommen og dens udvikling
- Medicin og dens virkning
- Test og undersøgelser
- Orthoser
- Kognitive problematikker
- Målsætning for træning
- Motivation for træning
- Træning
- Kliniske retningslinier
- Inkontinens og mave- tarmfunktion

*Læs mere på [www.fysio.dk/sclerose](http://www.fysio.dk/sclerose)*

**Sted:** Sklerosehospitalet i Haslev

**Tid:** 11. - 12. september 2015 og 6. november 2015

**Pris:** 5.250,- inkl. forplejning, eksternt

**Deltagerantal:** 24 fysioterapeuter

**Tilmelding:** 21. juni 2015 på [www.fysio.dk/sclerose](http://www.fysio.dk/sclerose)





DANSKE FYSIOTERAPEUTER

## Temadag om osteoporose

### Undersøgelse, behandling og træningsprincipper

Osteoporose er en folkesygdom, som mange patienter og borgere enten har eller udvikler. Osteoporose rammer yngre som ældre. Fysioterapeuter i kommuner og på klinikker skal kunne forebygge, undersøge og udvikle træningsprogrammer. Temadagen stiller skarpt på den foreliggende evidens og har fokus på undersøgelse, træning, restriktioner, anbefalinger og forebyggelse. Målgruppen er alle fysioterapeuter, som arbejder med patienter, der er i risikogruppe eller allerede har fået konstateret osteoporose

#### Indhold

- Ny viden, afgrænsning af patientgrupper, disponerende faktorer, viden om knogletæthed, incidens, prævalens, patogenese, medicinering, injektionsbehandling, hormonbehandling, cancer og stofskiftesygdomme
- Træning. Hvad må man, hvad må man ikke? Restriktioner og anbefalinger
- Osteoporoseskoler
- Kostvejledning
- Test
- Faldforebyggelse
- Frakturtyper

Undervisere fra ind- og udland

Læs mere på [www.fysio.dk/osteoporose](http://www.fysio.dk/osteoporose)

**Tid:** Onsdag d. 9. september 2015

**Sted:** KUC, Kolding

**Pris:** Kr. 2100,- inkl. forplejning

**Tilmelding:** Senest 14. juni på [www.fysio.dk/osteoporose](http://www.fysio.dk/osteoporose)

DANSKE FYSIOTERAPEUTER

## Brug af hjemmeside og sociale medier i markedsføring

### Er du klinikejer eller selvstændig?

Bruger du din hjemmeside optimalt og har du en klar strategi for brugen af sociale medier? Kurset giver dig svar på følgende spørgsmål:

- Hvordan kan man forstå de sociale medier?
- Hvad kan de sociale medier gøre for din forretning?
- Hvordan kan du arbejde systematisk med at udnytte potentialet hos dem, du er i kontakt med?
- Hvordan finder du ud af, om du gør det godt nok?
- Hvordan optimerer man sin hjemmeside?
- Hvordan bruges Ad Words, så din hjemmeside bliver tydeligere på søgemaskiner?

**Underviser** er Henrik Andersen, Head of Consumer Goods hos Wilke A/S – med speciale i kommunikation og markedsføring gennem sociale medier og hjemmesider.

**Tid:** 15. september 2015

**Sted:** Severin kursuscenter

**Pris:** Kr. 2.100,- inkl. forplejning

**Tilmelding:** Senest 21. juni 2015 på [fysio.dk/medier](http://fysio.dk/medier)

DANSKE FYSIOTERAPEUTER

## Motiverende og kommunikerende ledelse

### Er du klinikejer eller selvstændig?

Vil du styrke din evne til at skabe resultater både sammen med andre og gennem andre?

På kurset får du viden og redskaber til at skabe motivation hos dine ansatte og lejere, til at kommunikere klart og give konstruktiv feedback på rette tid og sted. Et af de vigtigste redskaber til at opnå resultater er evnen til at skabe følgeskab og motivation blandt ansatte og lejere. Motivation forbedrer arbejdsmiljøet, øger lysten til at gøre en ekstra indsats, mindsker sygefraværet og skaber bedre oplevelser for patienterne. Med andre ord: Motivation smitter, og derfor må du vide, hvilke mekanismer du har til rådighed som leder, og hvilken effekt de har på forskellige typer af mennesker. Motivationens betydning for din klinik samt handlingsplan for forandringer er nogle af stikordene for indholdet på kurset.

**Underviser** er Lars Sander Matjeka, direktør for Marketing og Communications, Aller Media. Sideløbende med forskellige lederjobs har Lars i mange år undervist i ledelse, organisationsudvikling, kundeoplevelser, salg og markedsføring.

**Tid:** 7. – 8. oktober 2015

**Sted:** Severin Kursuscenter, Middelfart

**Pris:** Kr. 4.800 inkl. fuld forplejning og en overnatning

**Tilmelding:** Senest 16. august 2015 på [fysio.dk/motiverende](http://fysio.dk/motiverende)

# Kurser fra Danske Fysioterapeuter



<b>HVAD</b>	<b>HVORNÅR</b>	<b>HVOR</b>	<b>HVOR MEGET</b>	<b>INDEN</b>	<b>HVIS DU VIL VIDE MERE</b>
TEMADAG OM PSYKIATRI	26/5 2015	Odense	2.100	26/4 2015	fysio.dk/psykiatri
EACD KONFERENCE	27-30/5 2015	København	410 Euro	20/5 2015	fysio.dk/eacd
TEMADAG OM OSTEOPOROSE	9/9 2015	Kolding	2.100	14/6 2015	fysio.dk/osteoporose
BRUG AF HJEMMESIDE OG SOCIALE MEDIER I MARKEDSFØRING	15/9 2015	Middelfart	2.100	21/6 2015	fysio.dk/medier
SCLEROSE: UNDERSØGELSE OG BEHANDLING	11-12/9 + 6/11 2015	Haslev	5.250	21/6 2015	fysio.dk/sclerose
MOTORISK KONTROL OG BALANCE - VOKSNE OG BØRN	24-26/8 + 15/9 2015	Odense	7.400	21/6 2015	fysio.dk/motoriskkontrol
FYSISK TRÆNING I KLINISK PRAKSIS	24-26/8 + 3/11 2015	København	7.400	24/6 2015	fysio.dk/traen
MOTIVERENDE OG KOMMUNIKERENDE LEDELSE	7-8/10 2015	Middelfart	4.800	16/8 2015	fysio.dk/motiverende
NEURODYNAMIK VOKSEN	19 -23/10 + 7-11/12 2015	Odense	14.800	23/8 2015	fysio.dk/neurodynamik
UDVIKLING AF DIN KLINIK	3/11 2015	Middelfart	2.100	6/9 2015	fysio.dk/klinikudvikling
TEMADAG: UNDERSØGELSE OG TEST TIL BØRN	17/11 2015	Odense	2.100	20/9 2015	fysio.dk/testtilboern
PERSONLIGT LEDERSKAB	2-3/12 2015	Middelfart	4.800	4/10 2015	fysio.dk/lederskab
LEJER: DINE MULIGHEDER OG UDFORDRINGER	19/11 2015	Middelfart	2.100	20/10 2015	fysio.dk/lejer
FYSIOTERAPEUTEN SOM UNDERVISER	12-13/11 2015	Odense	3.700	14/09 2015	fysio.dk/underviser
NEURODYNAMIK, BØRN MED HANDICAP	18-22/1 + 29/2 - 4/3 2016	Odense	16.150	16/11 2015	fysio.dk/neurodynboern
TESTKURSUS: MOVEMENT ABC-2	11-12/1 2016	Odense	3.700	22/11 2015	fysio.dk/movabc



Mest populære kursus i 2013 & 2014!

## Psoas, den oversete muskel

effektive teknikker til optimal psoas funktion

Kurset sætter fokus på iliopsoas muskelgruppens mange funktioner udover dens traditionelle hoftebøjefunktion.

Psoas har dels en konkret mekanisk betydning for kroppen, men den er også en såkaldt meddeler fra nervesystemet. Begge sider berøres på dette kursus.

Lær hvordan en dysfunktionel psoas kan svække fx mave og baldemusklatur - og hvordan den kan være den dybereliggende årsag til rigtig mange rygproblemer.

Få effektive øvelseteknikker til at træne og behandle iliopsoas.

Afholdes den 27. april 2015 i Aarhus & 3. juni 2015 i Herlev  
Pris 1.200,- for 5 timer

Læs mere om kurset og tilmeld dig på  
[www.denintelligentekrop.dk](http://www.denintelligentekrop.dk)

Vi kan også kontaktes på tlf. 44927349  
eller på mailadressen  
[info@denintelligentekrop.dk](mailto:info@denintelligentekrop.dk)



Kunne du tænke dig at lære at bruge de mest effektfulde og evidensbaserede mobiliserings og manipulationsteknikker? Hvad vil det betyde for dig når du kan hjælpe dine patienter endnu bedre og at det samtidigt er sjovt og let at lave manuelbehandling?

## Mobilisering og manipulation af 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 biomekanisk påvirker hinanden. Der vil være cases i S I-leds syndrom, lændesmerter, iskias-smerter, smerter omkring knæet, psoas syndrom, låsning af caput fibula, naviculare, cuboideum samt inversions-traumer. Kurset er meget relevant ved ryg og bækken patienter samt ved idrætsskader i underkøben.

Værdien ved at deltage på kurset er at du får et super effektivt værktøj der kan kombineres med dine andre teknikker, samt en god forudsætning for at træningsterapi bliver mere optimal.

**Tid/Sted (1 dags kursus)**

**Århus:** Lørdag d. 06.06.15 9-16 ved Park Alleens Fysioterapi, Park Allé 7, Århus  
Eller

**København:** Søndag d. 07.06.15 kl. 9-16 på Fysioterapeutskolen i København

**Undervisere:**

Uffe Stadager, fysioterapeut og osteopat D.O  
Jesper Bergstrøm, fysioterapeut og osteopat D.O

**Investering:**

Kun 1.700 kr. (prisen er incl. frokost, kaffe/the og kompendium)

**Tilmelding:**

Online booking samt mere information om kurser på vores hjemmeside  
[www.correctionacademy.dk](http://www.correctionacademy.dk) (klik på manuelle moduler for fysioterapeuter)

FYSIOTERAPEUTENS  
FYSISKE TRÆNING  
TIL GOLFSPILLERE  
PÅ ALLE NIVEAUER!

MED OS I  
RYGGEN ER DU  
PÅ BANEN

Golfklubben afholder en kursusdag, hvor du får den nyeste viden omkring golfspecifik fysisk træning. Det er ikke en forudsætning, at du selv er golfspiller!

**Kursusindhold:**

- Golfspecifik fysisk træning, hvor du får øvelser til træning af mobilitet, stabilitet, styrke og power.
- Praktisk gennemgang af vores holdtræning, der har til formål at få golfspillere til at slå længere, mere præcist og at forebygge skader.
- Introduktion til golfsvingets skademechanismer. For at opnå større succes i behandlingen af golfspillere, er der nogle væsentlige parametre i golfsvinget, vi som fysioterapeuter bør være opmærksomme på.
- Introduktion til golfsvingets biomekanik. Under denne del vil deltagerne skulle lave et par golfsving. Egne golfkøller kan medbringes, ellers har vi golfkøller til alle.

Tid: Fredag den 29. maj kl. 10 - 17  
Lokalitet: Silkeborg Ry Golfklub, Sommervej 50, Silkeborg  
Pris: 2.250 kr. inkl. forplejning  
Undervisere: Jakob Nees og Martin Lauridsen  
Tilmelding: Mail: [info@golfklubben.dk](mailto:info@golfklubben.dk) eller på tlf. 2845 4090



**GOLFKLUBBEN**  
spil bedre, slå længere, sigt højere



## Bliv Akupunktør

på en af Danmarks mest omfattende akupunkturuddannelser

2 ½ års uddannelse med højt fagligt niveau. Weekendundervisning.

v. **Nigel Ching**, akupunktør, lærebogsforfatter, urtemediciner og international foredragsholder  
og **Vibeke Bergfors**, akupunktør, sygeplejerske og skoleleder

**Nordisk Akupunkturuddannelse**

Skolen for akupunktur og kinesisk medicin. Bagsværd. København

[www.noakud.dk](http://www.noakud.dk) Tlf. 20 24 14 37

## Funktionel knæekspert

**Vil du lære at behandle kroniske og akutte knæproblematikker samt andre problematikker i UE hurtigt og effektivt?** "Funktionel knæspecialist" er en unik og

helhedsorienteret behandlingsmodel, der genopretter optimal ledstilling og ledfunktion i knæet og de tilhørende funktions-slynger ned i foden samt op i hoften, bækkenet og ryggen.

- Århus 30. april - 3. maj
- Frederiksberg 11. - 14. juni

Tilmelding og mere information på

[www.Move2PeakAcademy.dk/Funktionel-Knaespecialist](http://www.Move2PeakAcademy.dk/Funktionel-Knaespecialist)

"Det var virkelig et fedt kursus. Indholdet var meget mere omfattende end forventet. Det har udviklet mig som terapeut rigtig meget." Maria Mikkelsen, Fysioterapeut



## Det Sundhedsfaglige Diplomområde

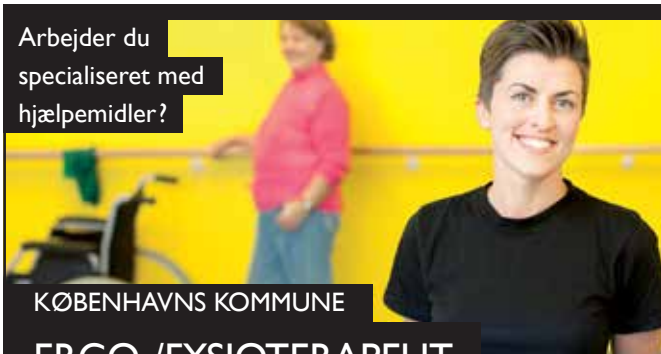


søger nye censorer til beskikkelsesperioden  
1. august 2015 – 31. juli 2019.

Yderligere information om ansøgning findes på  
**www.sdcensor.dk**  
Ansøgningsfrist er 17. maj 2015.

Job

Arbejder du  
specialiseret med  
hjælpemidler?



KØBENHAVNS KOMMUNE

### ERGO-/FYSIOTERAPEUT

#### HJÆLPEMIDDELCENTRET SØGER ERGO-/FYSIOTERAPEUT

Du tilbyder kommunens terapeuter bistand i enkeltsager, der kræver specialiseret tilpasning af hjælpemidler til den enkelte borger. Du har erfaring med selv at skrue på kørestolen for at tilpasse siddestillingen ved vanskelige kørestolsafprøvninger. Du arbejder målrettet og effektivt med fokus på borgerens behov. Du er teamspiller, kan lide det tværfaglige samarbejde og får enderne til at mødes i konstruktive løsninger.

#### ANSØGNINGSFRIST MANDAG DEN 18. MAJ 2015

Læs det fulde opslag på [www.kk.dk/job](http://www.kk.dk/job) – under arbejdsområde "Pleje".

Københavns Kommune ser mangfoldighed som en ressource og værdsætter, at medarbejderne hver især bidrager med deres særlige baggrund, personlighed og evner.

KØBENHAVNS  
KOMMUNE



[www.kk.dk/job](http://www.kk.dk/job)

## Lokaler til leje i Helsingør

Skræddersyet til fysioterapeut og/eller osteopat. Lokalerne er tidl. anvendt til kiropraktisk klinik. Lokalerne er handicapvenlige, beliggende i hjertet af Helsingør på Stengade inden den bliver til gågade, med parkering direkte udenfor døren.

Stueplan (161m<sup>2</sup>): 3 konsultationsrum med adgang til have, omklædningsafd. (evt. yderligere kons.rum), mindre rum (tidl. rtg. rum), pt. toilet, reception/venteværelse, personalefaciliteter.

Kælderplan (150m<sup>2</sup>): Trænings/rehabiliteringslokale med badefaciliter samt 3 arkivrum/kontorer.

Henv. til:

Home Erhverv Helsingør / [www.homeerhverv.dk](http://www.homeerhverv.dk) sagsnr.139U6297

Steen Boldsen: mob. 2163 9227 / 4920 3333

## KLINIK TIL SALG BELIGGENDE I ASSENS, MED SATELLITKLINIKKER I HÅRBY OG GLAMSBJERG

Klinikken disponerer over 5 ydernumre. 1 ydernummer på under 30 timer, og 4 limiterede ydernumre, med en samlet limitering i 2015 på ca. 4.0 mill. kr. Klinikken omsætter for godt 1 mill. kr ud over omsætningen gennem sygesikringen.

Klinikken er centralt beliggende i Assens i moderne lejede lokaler med fine adgangsforhold for handicappede, og med elektrisk døråbner. Det samme gør sig gældende vedr. satellitklinikkerne, bortset fra, at der ikke er elektriske døråbnere.

Der er gode træningsfaciliteter i Assens og Hårby, samt plads til holdtræning for små hold. Klinikken råder over en mobil klinik, en fys-bus, til brug for firmaordninger.

Se klinikens hjemmeside [www.assensklinikken.dk](http://www.assensklinikken.dk)

Klinikken er i god drift.

Er du interesseret, så kontakt Christian Borup.

Ring eller skriv til:

Christian Borup

2616 12 50

eller

E-mail: [gas16@mail.dk](mailto:gas16@mail.dk)

### Vi bygger et moderne sundhedshus i flotte gamle rammer

*Vi søger derfor fysioterapeuter som potentielle lejere.*

Det nye sundhedshus er beliggende på Paarupvej 15 i Odense NV - cirka 10 minutters kørsel fra Odense Centrum.

Sundhedshuset vil have Paarup skole og Paarup hallen som nærmeste naboer.

Vil du være en del af et tværfagligt team, som sætter en ære i sundhed og trivsel så kontakt os for nærmere oplysninger på:

66 16 08 08 / [kontor@al-byg.dk](mailto:kontor@al-byg.dk)

fysio.dk/job

Benløse Fysioterapi - Ringsted  
Fysioterapeut som indlejer søges  
Ansøgningsfrist den 8. maj 2015  
[fysio.dk/job](http://fysio.dk/job)

Herfølge Fysioterapi  
Selvstændig indlejer til klinik  
Ansøgningsfrist den 15. maj 2015  
[fysio.dk/job](http://fysio.dk/job)

Aabenraa Kiropraktik  
Er du vores nye fysioterapeut?  
Ansøgningsfrist den 8. maj 2015  
[fysio.dk/job](http://fysio.dk/job)



## LiteGait Seminar 2015

Tirsdag den 19. maj Regionshospitalet Skive  
Heldagsseminar Partial Weight Bearing Gait Therapy I  
*m. Nechama Karman*

Onsdag den 20. maj Rigshospitalet  
Heldagsseminar Patient Problem Survey  
*m. Nechama Karman*

Torsdag den 21. maj Vordingborg Kommune  
Heldagsseminar Partial Weight Bearing Gait Therapy I  
*m. Nechama Karman*

De 3 seminarer er alle diplom –og pointgivende.  
Deltagelse koster dkk. 800,00 inkl. forplejning pr.  
person. Ved tilmeldelse indsendes navn, afd/  
arbejdssted & ean nr. Deltager fra institutioner der  
indenfor de sidste 12 mdr. har købt et LiteGait system  
er prisen dkk. 300,00 pr. person. Tilmeldelse via e-  
mail; [info@mobilityresearch.dk](mailto:info@mobilityresearch.dk) se mere på vores  
hjemmeside; [www.mobilityresearch.dk](http://www.mobilityresearch.dk)



**LiteGait**