

Fysioterapeuten

3

2026
ÅRGANG 108

Tema

Dit første job

Hvordan ser arbejdsmarkedet ud for dig, der er nyuddannet?

SIDE 16



TR skaffede kollega en halv million

SIDE 42

Patienter med nyresygdom har brug for træning

SIDE 49



Branchekendskab og rådgivning på forkant

 **Aalborg Fysioterapi**



I en verden i forandring handler det om at være på forkant – hos Redmark får du en rådgiver, der hjælper dig med at se mulighederne, håndtere udfordringerne og træffe beslutninger, der styrker din forretning både nu og i fremtiden.

Vores rådgivning bygger på solid faglighed, dyb brancheindsigt og en god forståelse for din virksomheds behov.

Som en af Danmarks største rådgivnings- og revisionsvirksomheder, med kontorer på tværs af landet og over 400 dedikerede medarbejdere, har vi størrelsen til at løfte dine høje ambitioner og gøre en mærkbar forskel for dig.

Læs mere på www.redmark.dk

RÅDGIVNING | REVISION | SKAT

 **Redmark**
MÆRKBAR FORSKEL



- Danny Sørensen erhvervskundechef i AL Sydbank

Ønsker du et tæt samarbejde med en bank der har stort branchekendskab?

Hos os får du sparring

Har du brug for sparring i forhold til driften af din klinik?
Eller ønsker du at købe eller udvide egen klinik?
Så tag en snak med os. Vi er specialister i den private sundhedssektor og har særligt indgående branchekendskab inden for fysioterapiområdet.

Vi er en bank, du kan stole på – både i gode og dårlige tider. Vi interesserer os for jeres branche og kan give dig sparring ud over det sædvanlige.

Kontakt Danny direkte på **96 63 25 03**.

Velkommen i AL Sydbank - tidligere Vestjysk Bank.



kan hjælpe dig med at være fysisk aktiv

Voltaren Forte lindrer inflammation og smerte i op til 12 timer

Stolt sponsor af

ALT 2026
kvindeløb

Powered by
Voltaren

BE 4226

MEDICAL EMERGENCIES:
GENERAL ENQUIRIES:

Voltaren Forte
23,2 mg/g gel

diclofenacdiethylamin

Voltaren Forte dæmper betændelse og er smertestillende. Du kan bruge Voltaren Forte til behandling af smerter, ømhed og hævelser i led og muskler pga. betændelse.

100 g

Anbefales mod smerte i muskler og led ved forstrækninger eller overbelastningskader

Voltaren Forte (diclofenacdiethylamin), gel 23,2 mg/g. **Anvendelse:** Behandling af smerter, ømhed og hævelser i led og muskler pga. betændelse. **Dosering:** Voksne og børn på 14 år og derover: 2-4 g gel påsmøres huden 2 gange dagligt dér, hvor det gør ondt. Anvendelse i mere end 7 dage bør kun ske efter aftale med lægen. **Forsigtighedsregler:** Må ikke anvendes ved overfølsomhed over for indholdsstofferne eller anden medicin mod smerter (NSAIDs), i graviditetens tredje trimester eller til børn og unge under 14 år. Anvendelse på store hudområder over en længere periode bør kun ske i samråd med læge. Voltaren Forte kan påvirke nyrerne. Astmalignende anfald kan udløses hos personer, der har eller har haft astma eller allergi. Samtidig anvendelse af andre NSAIDs kan øge risikoen for bivirkninger. Må kun anvendes på intakt og sund hud, og ikke i åbne sår eller på beskadigede hudområder. Bør ikke komme i kontakt med øjne eller slimhinder. Må ikke indtages. Er ikke beregnet til brug under tætsluttende forbindelse. Indeholder propylglycol (E1520) som kan give irritation af huden, butylhydroxytoluen (E321) som kan give lokalt hududslæt og irritation af øjne og slimhinder, samt duftstoffer (benzylalkohol, citronellol, coumarin, d-limonen, eugenol, geraniol, linalool) som kan medføre allergiske reaktioner. **Bivirkninger:** Almindelige: Hududslæt, kløe, rødmen, svie af huden. Øvrige bivirkninger: Se indlægsseddel. **Graviditet og amning:** Må ikke anvendes i graviditetens tredje trimester. Bør ikke anvendes under graviditetens første og andet trimester samt under ammeperioden uden lægens anvisning. Kan påvirke chancen for at blive gravid. **Pakninger:** Se dagsaktuel pris på medicinpriser.dk. **Læs omhyggeligt vejledningen i indlægssedlen eller på pakken.** Haleon Denmark ApS, tlf: 80 25 16 27. Trademarks owned or licensed by Haleon. ©2026 Haleon or licensors. PM-DK-VOLT-26-00023 29/04/2026

Indhold

Forskning og nyheder

06 Kort nyt

10 **Forskning på vej:** Gør cykling en forskel for patienter med knæprotese?

12 Ny viden

Tema: Dit første job

17 Er der job til dig, når du er nyuddannet?

24 Is i maven – du skal nok få job

26 Hvordan lander jeg mit første job?

29 **Nyuddannet:** Gik efter samme praktiksted to gange

31 Studiejobbet blev til fast arbejde

33 Få anbefalinger fra dine praktiksteder

34 **Arbejdsgiver:** Jeg går ikke op i eksamensbeviser

36 I må gerne række ud

Forskning

Statusartikel:
Patienter med kronisk nyresygdom bør tilbydes hjælp til træning og fysisk aktivitet

49

Medlemsfordel

40 TR skaffede en halv million til kollega

Uddannelse og udvikling

60 Kurser og møder

Politik, forening og fællesskab

54 **Leder:** På vej mod nye tider

58 **OK26:** Se, hvad det betyder for dig

60 Ny konstruktion i foreningen

Tema

DIT FØRSTE JOB

16



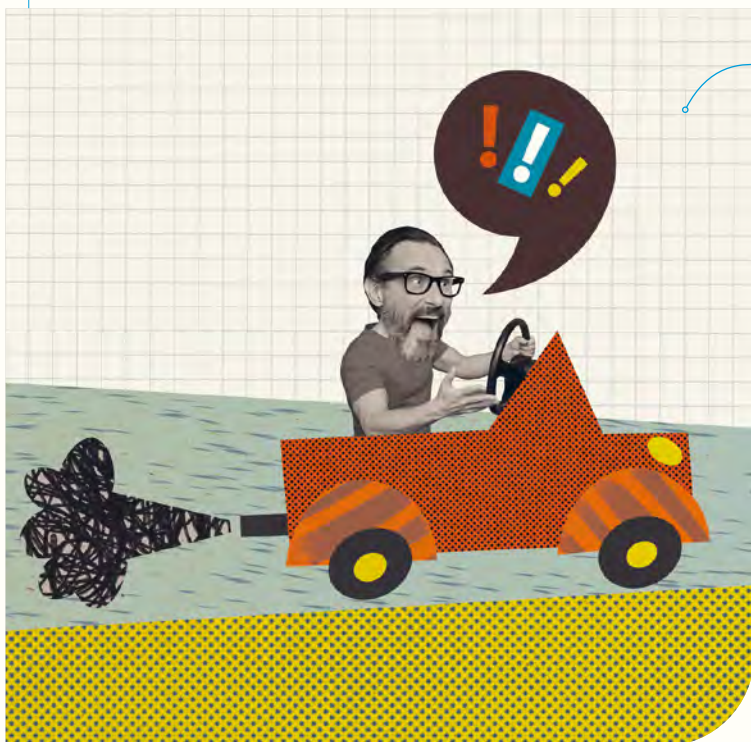
Vi har flere eksempler på fysioterapeuter, der har valgt at rive teltpælene i Jylland op og komme til hovedstaden for at få job

ANDERS BREINHOLT

Side 21

Danske Fysioterapeuter, Holmbladsgade 70, 2300 S. www.fysio.dk, tlf. 3341 4620, ansv. chefredaktør Søren Lauridsen sl@fysio.dk, redaktør Cathrine Huus ch@fysio.dk, faglig redaktør Lone Ramer Mikkelsen lr@fysio.dk, layout: Prik, tryk: Jørn Thomsen Elbo. Annoncer: Dansk Mediaforsyning, tlf. 7022 4088, www.dmfnet.dk, fysiojob@dmfnet.dk. Oplag 15.311. Årgang 108. Forside: Linda Johansen





Smerter

Kørekort til rygsmerter

Næsten alle oplever rygsmerter, og tre ud af fire får tilbagefald inden for et år. Derfor skal danskerne rustes til at håndtere smerterne. De skal, populært sagt, have kørekort til egne rygsmerter. Det skal forbedre måden, vi taler om og behandler rygsmerter.

“Rygsmerter er altid virkelige. Men vi er nødt til at se med nye øjne på almindelige rygsmerter og støtte mennesker i at fungere i deres hverdag, frem for at sende dem gennem et system med unødvendige undersøgelser og potentielt skadelige behandlinger.” Det udtaler Morten Høgh, der er en af forskerne bag en ny guide.

 [Find guiden hos SDU kortlink.dk/2uhm2](https://kortlink.dk/2uhm2)

Palliation

Øv dig med patientcases

Karl er 72 år, har KOL og svært hjertesvigt. Hans hjertefunktion bliver dårligere, han kan ikke længere gå uden rollator, og han får åndenød og angst. I et nyt e-læringsprogram bliver du guidet gennem Karls forløb og to andre cases. Kurset styrker din evne til at spotte palliative behov, arbejde med lindring og inddrage pårørende.

 [E-læringen er gratis og udviklet af Palliativ enhed på Odense Universitetshospital kortlink.dk/2ufpw](https://kortlink.dk/2ufpw)



Kræft

Konkrete indsatser til senfølger

Savner du inspiration til behandling af patienter med senfølger efter kræft? Så er der hjælp at hente i nye praksisbeskrivelser fra Videncenter for Rehabilitering og Palliation, REHPA. Beskrivelserne dækker emner som fatigue, fysisk aktivitet, arbejdsliv, eksistens og mening, kognitive vanskeligheder og meget mere. For hvert emne er der et konkret behandlingsforløb, som du kan plukke fra og tilpasse lokale forhold. Der er også links til materialer, f.eks. slides til undervisning, øvelsesprogrammer og arbejdsark til deltagere.


 [Find materialet hos REHPA kortlink.dk/2ufqv](https://kortlink.dk/2ufqv)

Knæartrose

Undgå unødigt røntgen

Mange patienter bliver i dag sendt til røntgen, hvis der er mistanke om artrose, selvom fund fra røntgen ikke afgør, hvilken behandling de skal have.

En ny Vælg Klogt-anbefaling peger på, at man skal undgå røntgen, medmindre to ting er opfyldt: Der skal være behov for at vurdere, om operation er relevant, fordi anden behandling ikke har haft effekt, eller ved mistanke om anden sygdom. En del patienter forventer billeddiagnostik som led i udredningen. Derfor bør der være fokus på god information og dialog.

 [Læs anbefalingen hos Vælg Klogt: kortlink.dk/2ufwg](https://kortlink.dk/2ufwg)






Børn

Styrketræning kan starte tidligt


Sonja på fem år vil hinke på højre ben ligesom de andre børn i børnehaven. Hun har højresidig cerebral parese og styrketræner i maskiner to gange om ugen. Sonja opnår forbedringer i bl.a. balance, gang og styrke. Efter tre måneder kan hun udføre ét hink på højre ben, stå længere på benet og øge belastningen i benpres. Casen er fra en artikel, som beskriver, hvordan styrketræning af børn med og uden funktionsnedsættelser kan sættes i gang, når barnet er klar til at følge instruktioner, ofte allerede ved femårsalderen.

 Læs artiklen i Dansk Selskab for Pædiatrisk Fysioterapis medlemsblad 'Børn i fysioterapi' kortlink.dk/2ufpy

Funktionelle lidelser

Hjælp til svære samtaler

Hvordan fortæller jeg andre om min funktionelle lidelse? Nu kan patienter og pårørende få hjælp til at tale om de svære emner, der kan opstå i kølvandet på en funktionel lidelse. 15 nye samtalekort giver stikord til at tale om sygdom og hverdagsliv. Kortene er suppleret med korte videoer, hvor en fysioterapeut forklarer, hvordan sygdommen kan påvirke funktionsniveau og livskvalitet.

 Find materialet hos Center for Funktionelle Lidelser: kortlink.dk/2ufwh



Smerter i kroppen er i dén grad overrepræsenteret blandt de grupper i samfundet, der har den laveste uddannelse

GIGTFORENINGEN, DANSKE FYSIOTERAPEUTER, FOA MFL.

I debatindlæg den 29. april i Politiken

Hoftedysplasi

Symptomer bliver overset

Smerter i lysken eller på ydersiden af hoften, en følelse af instabilitet, smerter om natten og ved sport, lange gåture eller efter siddende og stående aktiviteter. Det kan være symptomer på hoftedysplasi, som særligt unge kvinder kan lide af i årevis uden korrekt hjælp, da smerterne kan blive forvekslet med sportsskader eller vokseværk. Operation kan være en mulighed, men ellers tyder forskning på, at målrettet træning, fysioterapi og tilpasning af fysisk aktivitet kan hjælpe. Hop, tunge løft, bevægelser med hoften i yderposition samt acceleration og deceleration bør derimod undgås.

 Læs Julie Sandell Jakobsens artikel på Videnskab.dk: kortlink.dk/2ufwd



Nyhed Silverfox Titan 304F



Silverfox til Fysioterapi & Massage

PRISVENLIG ELEKTRISK BRIKS

Silverfox Titan 304F

Titan 304F er en 5-delt elektrisk briks, ideel til klinisk behandling. Briksen har elektrisk højdejustering fra 46-96 cm via den praktiske fodbøjle og en nakkestøtte med gasløft. Bensektionen kan løftes.

Specifikationer

- Bærekapacitet: 200 Kg
- Vægt: 92 Kg
- Højdeindstilling: 46-96 cm
- Elektrisk højdeindstilling: Ja
- Bredde: 68 cm
- Længde: 197 cm

Pris

Tilbud: 12.150 kr
Leasing: fra 200 kr. pr. måned

Silverfox Titan 308

Titan 308 er en 4-delt elektrisk briks, ideel til professionelle behandlinger. Briksen har elektrisk højdejustering fra 45-96 cm via den praktiske fodbøjle og en nakkestøtte med gasløft.



Pris

Tilbud: 11.250 kr
Leasing: fra 185 kr pr. måned

ASTAR Polaris HP



ASTAR Polaris HP M

Markedets mest økonomiske Class IV laser til hurtig og kraftfuld behandling. Laserproben bliver styret fra den store touchscreen hvor man kan vælge mellem 51 behandlingsprogrammer eller lave sine egne. Fås både som 8w og 18w. Med dansk interface og gratis rullebord.

Pris fra 72.500 kr
Leasing fra 1.200 kr pr. måned

ASTAR Impactis M+



ASTAR Impactis M+

Impactis M+ er en af markedets stærkeste og mest prisvenlige shockwave. Rullebord medfølger.

Tryk: 1-5 bar
Frekvens: op til 25 Hz
1-10.000 shockbølger pr. behandling
43 behandlingsprogrammer

Pris 64.500 kr
Leasing fra 1.060 kr pr. måned

Lojer Manuthera 242

Lojer Manuthera 242 er den mest fuldkomne manipulations- og mobiliseringsbrik på markedet, og er produceret af topproducenten Lojer i Finland.

» 3-dimensionelt hovedstykke med extension, flexion, lateralflexion, traktion, samt horisontal højde og sænkbar.

» Armstøtten der kan løftes og sænkes hurtigt samt svinges om på siden.

» 2-delt thoracalsektion med vertical flexion, og 3-dimensionel rotation.

Læs mere på vores webside!

Pris 92.610 kr
Leasing fra 1.525 kr pr. måned



Besøg vores showroom

Kontakt os og book tid for fremvisning i vores showroom i Varde. Vi har altid flere modeller på lager i både Capre og Deltaserien, og vi fremviser også gerne både laser, shockwave, Galileo m.m.

Gør cykling en forskel for patienter med knæprotese?

Forskeren bag



METTE GARVAL



Blå bog

Fysioterapeut og ph.d.-studerende ved Center for Planlagt Kirurgi og Universitetsklinik for Interdisciplinære Ortopædkirurgiske Forløb, Regionshospitalet Silkeborg



Hvad forsker du i?

Jeg forsker i effekten af træning på motionscykel, når man har fået indsat en knæprotese. Der bliver opereret 12.000 patienter hvert år, og cykling er udbredt som genoptræningsmetode i praksis, og vi har gode erfaringer med det. Tit siger patienterne, at benet er stift og ømt, men så tager de fem minutter på cyklen og får det bedre. Men vi ved reelt ikke, hvilken effekt det har, og hvor meget man bør cykle efter operationen. Det er heller ikke anbefalet i de kliniske retningslinjer, og det vakte min nysgerighed. Hvorfor er det ikke nævnt, når vi bruger det så meget? Der er kun et enkelt forskningsprojekt, der har undersøgt det, og det viser ingen effekt.

Hvordan gør I?

Vi laver et stort lodtrækningsstudie med 244 patienter. Halvdelen skal træne på motionscykel og lave hjemmeøvelser, resten skal kun lave øvelser. De, der ikke har en motionscykel, låner af os. Patienterne får en aktivitetsmåler, SENS, på låret, så jeg kan tracke, hvor meget de cykler, og hvor meget de i øvrigt bevæger sig. Derudover måler vi smerter, funktionsevne og livskvalitet.

Hvad håber du kommer ud af det?

Jeg håber, at vi kan finde ud af, om patienterne bruger deres tid rigtigt. Er det f.eks. værd at investere i en motionscykel? Særligt fordi nogle ikke synes, det er sjovt at sidde på en cykel. Men hvis vi kan sige, at det virker på x og y, kan vi med god samvittighed give anbefalingen videre. For patienterne skal bruge tiden på det, der giver effekt og værdi. Og så håber jeg, at vi i sidste ende kan tilbyde patienterne en evidensbaseret genoptræning. ☒

Om projektet

TIDSHORISONT

Pilotprojektet går i gang i 2026; de første resultater forventes i 2029.

FINANSIERING


Gigtforeningen og den Sundhedsvidenskabelige Fond i Region Midtjylland.

tekst CATHRINE HUUS

foto AGATA

LENCZEWSKA-MADSEN



A man with short brown hair and a light beard, wearing a blue button-down shirt, is sitting on a brown leather sofa. He is looking directly at the camera with a slight smile. He is holding a smartphone in his hands. The background is a wall with a colorful, abstract pattern.

Pssst! ...Hvordan går det med din pensionsopsparing?

Vi giver dig hurtigt overblik over
din opsparing, dit afkast og dine
forsikringer på mitpfa.dk

PFA

Styrketræning

Du behøver ikke et perfekt program

Det amerikanske sportsforbund (American College og Sports Medicine, ACSM), anbefaler, at voksne styrketrænere mindst to gange om ugen, hvor man anstrenger sig og får brugt alle de store muskelgrupper. Styrketræning er effektivt til at øge muskelstyrke, muskelmasse, eksplosiv kraft, udholdenhed og funktionsevne.

De nye anbefalinger om styrketræning til raske voksne er en opdatering af 17 år gamle retningslinjer. De tidligere anbefalinger beskrev detaljeret, hvordan et effektivt styrketræningsprogram skulle sammensættes med hensyn til sæt, repetitioner, pauser og træningshyppighed. Nu viser forskningen, at mange træningsparametre har mindre betydning for effekten, end man tidligere antog.

Hovedbudskabet nu er derfor, at styrketræning virker, næsten uanset hvordan du griber det an.

- Programmet skal passe til personen og ikke omvendt. Vedholdenhed er vigtigere, end hvordan træningen er sammensat. Mange typer træning virker, så det gode program er det, du bliver ved med at få lavet.
- Parametre som træning til udtrætning, tid under spænding (time under tension), periodisering og valg mellem maskiner og frie vægte ser ikke ud til at have så stor betydning for effekten, som man tidligere troede.
- For at øge muskelstyrke skal der udføres to til tre sæt, hvor man anstrenger sig mindst to gange ugentligt og med fuldt bevægeudslag.
- Hvis målet er muskelvækst, er den samlede træningsmængde den vigtigste faktor. Anbefalingen lyder på cirka 18–20 sæt pr. muskelgruppe om ugen fordelt over flere træningspas.
- Styrketræning behøver ikke at foregå i et træningscenter. Elastiktræning og hjemmetræning er også effektivt til at øge muskelstyrken.

Anbefalingerne er baseret på 137 systematiske reviews med data fra mere end 30.000 raske voksne. Studierne har sammenlignet grupper, der deltog i styrketræning i mindst seks uger, med grupper, der enten ikke trænede eller trænede med et andet program.

Currier BS, et al. **American College of Sports Medicine Position Stand. Resistance Training Prescription for Muscle Function, Hypertrophy, and Physical Performance in Healthy Adults: An Overview of Reviews.** Med Sci Sports Exerc. 2026 Apr 1;58(4):851-872.

af faglig redaktør

**LONE RAMER
MIKKELSEN**

Skuldersymptomer

'Unormale' fund på MR-scanning er helt normalt

Næsten alle voksne over 40 år viser tegn på rotator cuff skade, hvis man ser på en MR-scanning. Uanset om de har symptomer eller ej.

Finske forskere har undersøgt 602 tilfældigt udvalgte voksne i alderen 41-76 år med spørgeskema om skuldersymptomer og MR-scanning af skulderen. De ville undersøge, hvor hyppigt 'unormale' fund forekommer, og hvordan fundene hænger sammen med symptomer.

Resultaterne viser, at 99 procent af deltagerne havde mindst ét "unormalt" fund på MR-scanningen, for eksempel degenerative forandringer, inflammation eller partielle eller totale rotator cuff-rupturer. Blandt deltagere uden skuldersymptomer havde 96 procent tilsvarende fund.

Forskerne konkluderer, at MR-fund ofte afspejler almindelige aldersrelaterede forandringer og ikke nødvendigvis årsagen til patientens symptomer. De vurderer, at MR-scanning ikke rutinemæssigt bør bruges til at guide diagnose eller behandling ved skuldersymptomer uden forudgående traume.

Ibounig et al. **Incidental Rotator Cuff Abnormalities on Magnetic Resonance Imaging.**

Stress

Fysisk aktivitet mindsker risikoen

30 minutters fysisk aktivitet om dagen mindsker risikoen for alvorlig stress med 26 procent.

En forskergruppe har fulgt 74.000 personer i alderen 40-69 år gennem otte år. Deltagernes fysiske aktivitet blev målt med bevægelsesmålere, som registrerede moderat til hård fysisk aktivitet. Alvorlig stress blev defineret som tilfælde, hvor deltageren fik stillet en stressdiagnose af en læge.

Resultaterne viser, at risikoen for at udvikle stress falder i takt med aktivitetsniveauet. Det gælder både generel stress og arbejdsrelateret stress.

Selv ved bare to minutters daglig fysisk aktivitet mindskes risikoen med to procent.

Forskerne foreslår, at en halv times daglig fysisk aktivitet anbefales som led i forebyggelse af stress.

Andersen LL et al. **Curvilinear dose-response association of physical activity with clinically diagnosed stress: Prospective cohort with 74,000 individuals.** Mech Ageing Dev. 2026 Apr 8;231:112181.

OPGRADÉR JERES GAMLE NUSTEP®

Vi giver dkk. 10.000,00 for jeres brugte NuStep ved køb af en ny **NuStep T6pro**
NuStep er medicinsk godkendt, nem at bruge og meget populær i træningssalen.



NuStep T6pro

Fastmonteret fodstropper
Stor touch skærm, 15 træningsniveauer
PacePartner, Lagring af træningsdata -
eksport via USB eller bluetooth.
Max bruger vægt 227 kg.
Mål: 182 x 74 x H. 117 cm.
Vejledende pris Dkk. 71.000,00
Tilbud dkk. 63.000,00

WellGrip sæt Handsker

Dkk. 1.500,00
Tilbud dkk. 1.300,00

FodStropper inkl.
i maskinen dkk. 950,00

Benstabilisator
Dkk. 3.600,00
Tilbud dkk. 3.200,00



NuStep T4r

Fastmonteret fodstropper
2 træningsprogrammer, PacePartner,
10 forskellige indstillingsmuligheder,
Max bruger vægt 182 kg.
Mål: 152 x 69 x H 115 cm.
Vejlændende pris Dkk. 52.900,00
Tilbud dkk. 47.000,00



NuStep T5xr

Fastmonteret Fodstropper
13 træningsprogrammer, 15 træningsnivauer,
PacePartner, Lagring af træningsdata -
eksport via USB.
Mål: 182 x 74 x H 117 cm. Max bruger vægt 272 kg.
Vejledende pris Dkk. 65.000,00
Tilbud dkk. 58.000,00

FodStropper



WellGrip



Benstabilisator



Tilbuddet er gældende til 30.09.2026 | Priserne er ekskl. moms, levering og opsætning.

Citat

Det er ikke nødvendigvis sådan, at man får et godt knæ, fordi man går i træningscenter fire gange om ugen. Nej, man kan også få et rigtig flot resultat af at lave meget mindre.

Troels Mark-Christensen,
forskningsansvarlig fysioterapeut
i regionskommunens genoptræningsenhed,

DR P4 Bornholm, 20. maj. Om et nyt studie af virkningen af genoptræning efter knæ- eller hofteoperation



Hvis vi har to mennesker med kroniske smerter, så er det den, der arbejder, der klarer sig bedst på alle parametre. Humør, søvn, økonomi, livskvalitet og alle mulige andre ting. Så er det bedre at arbejde? Ja, punktum!

Morten Høgh,
fysioterapeut, smerteforsker,

Weekendavisen 20. marts

Weekendavisen

Nyt om navne



Professor EWA ROOS fra Syddansk Universitet har modtaget **OARSI Lifetime Achievement Award** for sit arbejde med artrose. Ewa Roos hædres især for at omsætte forskning til konkrete måleredskaber og behandlingsprogrammer. Hun står bl.a. bag **spørgeskemaet KOOS**, som er oversat til over 50 sprog. Ewa Roos står også bag **GLA:D®programmet**, der kombinerer patientuddannelse og målrettet træning til personer med hofte- og knæartrose.



KARIN BIERING er nyudnævnt **professor i arbejdsmedicinsk epidemiologi** ved **Institut for Klinisk Medicin** på **Aarhus Universitet**. Karin Biering er uddannet fysioterapeut, og hendes forskning fokuserer på sammenhængen mellem **arbejdsliv og helbred, arbejdsrelateret sygdom, psykosocialt arbejdsmiljø** og **social ulighed i mental sundhed**.



PERNILLE THOMSEN, socialpædiatrisk fysioterapeut og indehaver af **Pernillefys.dk**, har modtaget **Parasport Danmarks Ildsjælepris 2026**. Ildsjæleprisen er blevet uddelt siden 2008 og gives til en person, der gør en **særlig forskel i parasporten**. Pernille Thomsen modtager prisen for sin mangeårige indsats i blandt andet **AB Håndbold**, hvor hun har skabt et stærkt og inkluderende fællesskab for spillere med særlige behov.



PER KJÆR, fysioterapeut og **professor i muskuloskeletal forskning** ved **Syddansk Universitet** siden 2018, er nu **professor emeritus** samme sted. Dermed fortsætter han sin tilknytning til SDU de næste tre år, samtidig med at han er **chefkonsulent i enhed for Modernisering og Kvalitet**.



MICHAEL SKOVDAL RATLEFF, **professor i sundhed i muskler og led** ved Aalborg Universitet, er blevet ny forskningschef på professionshøjskolen UCN Forskning og Udvikling i Nordjylland. Her skal Michael Skovdal Rathleff stå i spidsen for at understøtte og videreudvikle UCNs **eksisterende forsknings- og udviklingsmiljøer** med fokus på praksisnær forskning og tæt samarbejde med professioner og praksisfelt.



HENRIK RIEL, **ph.d. og fysioterapeut**, er tiltrådt en stilling som **docent ved fysioterapeutuddannelsen på UCN** i Nordjylland. Her skal han blandt andet **styrke forskning og udvikling inden for muskuloskeletal fysioterapi og digital rehabilitering**. Henrik kommer fra en stilling som lektor ved fysioterapeutuddannelsen på UCN og adjunkt ved Aalborg Universitet. Han vil fokusere på praksisnær og anvendelsesorienteret forskning i individualiserede patientforløb, beslutningsstøtte og implementering i klinisk praksis.



Du fortjener at blive set af din bank. Også når andre kigger væk.

Fra 1. maj er Mette, Anita, Jane, Kirsten og Lars det stærke hold i vores nye landsdækkende rådgivningscenter – Andelskassen Sundhed.

Måske kender du dem allerede. Hvis ikke, er de et hold med en særlig indsigt i den private sundhedssektor.

De kender derfor de udfordringer og drømme, der følger med, når man driver klinik. De kan sparre med dig om alt fra drift til finansiering, investering og strategi. Og de er klar til at hjælpe dig, så du kan træffe de beslutninger, der er vigtige for dig, din virksomhed og din familie.

I Andelskassen tror vi på, at gode relationer skaber værdi.

Start din relation
med Andelskassen
Sundhed her



Sammen kan vi mere

c/o Andelskassen i Ikast | Strøget 36 | 7430 Ikast
andelskassen.dk

 **Andelskassen**

Tema

Dit første job

Side 16-39 ▶



R. JUUL-26-

ER DER JOB TIL DIG, NÅR DU ER NYUDDANNET?

Ja, men nogle gange skal du flytte for det.
Der er stor geografisk forskel på, hvor de ledige
fysioterapeutstillinger er.

Keywords ARBEJDSMARKED LEDIGHED DIMISSION JOBSØGNING

Vi har interviewet



ANDERS BREINHOLT

Næstformand i Danske Fysioterapeuter

+



RIKKE WERNER KRUSE

Regionsformand for Danske Fysioterapeuter i Syddanmark

+



TRINE FISCHER

Regionsformand for Danske Fysioterapeuter i Nordjylland



RUBEN BREDHOLT

Regionsformand for Danske Fysioterapeuter i Midtjylland

+



MIE LINDSKOV RASMUSSEN

Regionsformand for Danske Fysioterapeuter i Sjælland

+



LINE SCHIELLERUP

Regionsformand for Danske Fysioterapeuter i Hovedstaden



HVERT ÅR bliver mellem 800 og 850 nyuddannede fysioterapeuter sendt afsted fra landets professionshøjskoler. Men hvor hurtigt kan du forvente at få et job, og hvor i landet er det lettest? Vi vil her i temaet forsøge at afdække arbejdsmarkedet for dig, der er nyuddannet. Lad os starte med lidt fakta.

Når I nyuddannede fysioterapeuter får jeres eksamensbevis i hånden, har to ud af tre allerede skaffet sig et fuldtids- eller deltidsjob. Det viser tal fra Din Sundhedsfaglige A-kasse. Desuden viser statistikken, at nyuddannede fysioterapeuter i gennemsnit (kun) er ledige i tre måneder, og efter ni måneder er der slet ingen fuldtidsledige dimittender.

“Fremtiden ser generelt set lys ud for nyuddannede fysioterapeuter,

men man skal naturligvis være opmærksom på, at det ikke er lige nemt at finde et job i alle dele af landet,” siger næstformand i Danske Fysioterapeuter Anders Breinholt.

Statistikken peger da også på store geografiske forskelle: Bor du øst for Storebælt, har du lettere ved at få dit første job, mens dig, der bor vest for Storebælt, sandsynligvis vil gå

ledig i længere tid. I Region Hovedstaden var ledigheden i 2025 blandt nyuddannede 7,5 procent seks måneder efter, at sommerholdet dimitterede. I Region Sjælland var tallet 6,3 procent.

Sådan ser det ikke ud i Syddanmark. Her var 18,2 procent, eller næsten tre gange så mange, nyuddannede fuldtidsledige.

Rikke Werner Kruse, regionsformand for Danske Fysioterapeuter i Syddanmark, prøver at indgyde de nyuddannede håb, når hun møder dem til dimittendfejring:

“Jeg siger til dem: Inden næste hold kommer og puster jer i nakken om et halvt år, har I stort set alle sammen fået arbejde. Kurven for nyuddannede i job er kraftigt stigende de første seks måneder efter dimissionen. Og så vil der altid være nogle, der vælger anderledes, f.eks. en anden uddannelse, videreuddannelse, andet erhverv, flytter til udlandet eller lignende,” tilføjer hun.

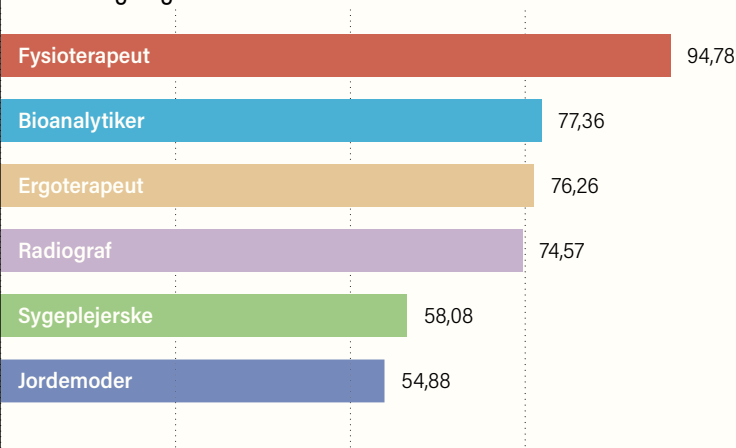
Tallene fra DSA viser da også, at der var 56 fuldtidsledige i februar i år i Region Syddanmark – altså i den måned, det nye hold kom ud på arbejdsmarkedet, men to måneder senere var antallet halveret.

Påpasselige kommuner

Også i Region Nordjylland og Region Midtjylland er det vanskeligere at finde arbejde end på Sjælland. Seks måneder efter dimission var ledigheden blandt dimittender henholdsvis 12,6 og 13,9 procent i de to jyske regioner. Regionsformand i Nordjylland Trine Fischer mener, at der i øjeblikket er relativt få jobopslag.

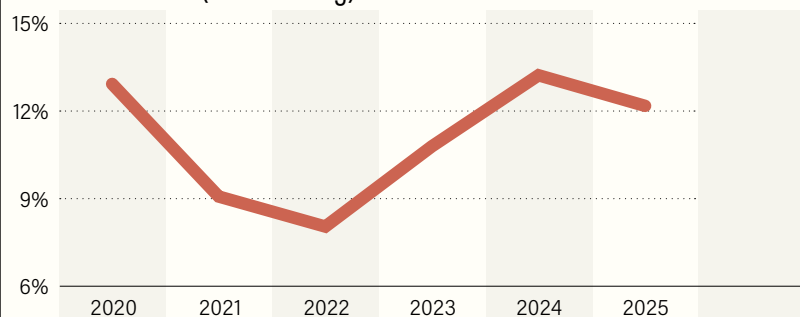
Ledighed for dimittender

Antal dage i gennemsnit i 2025

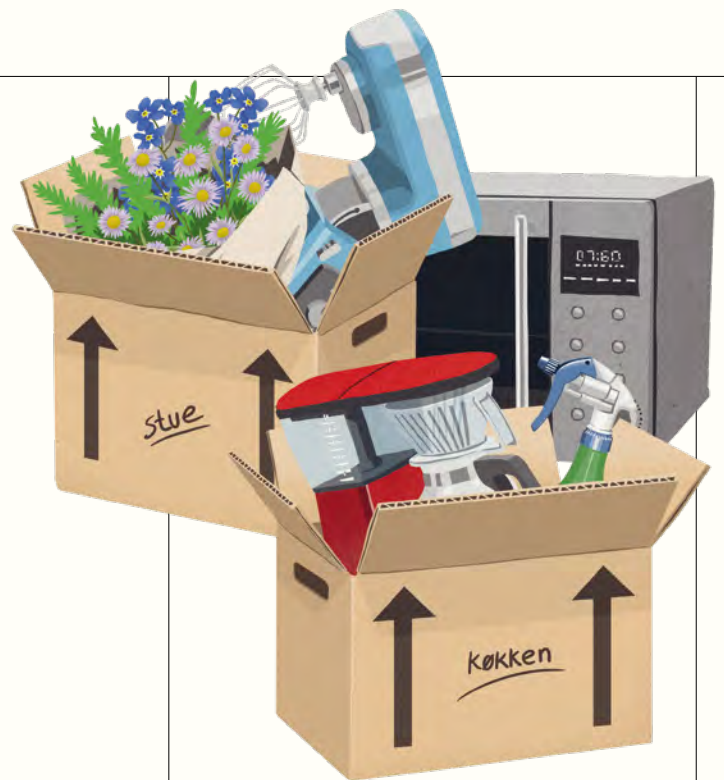


Ledighed blandt dimittender

De seneste 5 år (fuldtidsledig)



Kilde: Din Sundhedsfaglige A-kasse (DSA)



“Der er stort set ingen ledige stillinger i kommuner eller region. Vi ser heller ingen vikariater i den offentlige sektor, som typisk er de stillinger, nyuddannede får som første ansættelse her i området. Min fornemmelse er, at kommunerne er lidt påpasselige med at slå stillinger op, fordi deres økonomi ikke er helt afklaret på grund af den nye sundhedsreform. I Region Nordjylland er man desuden i færd med at flytte ud til det nye supersygehus, samtidig med at regionen skal overtage en del af kommunernes opgaver. Derfor er regionen også uafklaret med, hvad der skal ske og holder igen med ansættelserne lige nu,” siger Trine Fischer.

Ihærdige fysioterapeuter

Men selv om der er få ledige stillinger, lykkes det alligevel størstedelen af dimittenderne at finde et job i månederne efter dimissionen i januar i år.

Antallet af fuldtidsledige dimittender i Nordjylland faldt fra 29 til blot 10 i løbet af tre måneder efter dimissionen, men Trine Fischer er usikker på, om de heldige, der har fået job, i dag arbejder som fysioterapeuter.

“Fysioterapeuter er jo ihærdige, så de finder i stedet arbejde i et lokalt motionscenter, som handicaphjælper eller på et plejehjem. I så fald

tæller de ikke længere som ledige. Nogle vil på et senere tidspunkt givetvis få arbejde som fysioterapeuter, men jeg kan godt forestille mig, at nogle vil forsvinde ud af faget,” siger hun.

DSA's tal viser, at det tager et stykke tid at finde job, men der er i øjeblikket, som nævnt før, ingen nyuddannede fysioterapeuter, der er ledig længere end ni måneder. Statistikken siger dog ikke noget om, hvorvidt de nyuddannede får job som fysioterapeuter, eller om de – som Rikke Werner Kruse og Trine Fischer antyder – finder ind i et andet erhverv eller læser videre.

Job i en anden landsdel

I Midtjylland er dimittendledigheden en smule højere end i nord. Regionsformand Ruben Bredholt opfordrer de nyuddannede til at tænke kreativt, når de sender ansøgninger afsted. Selv om man er uddannet i Aarhus, er det ikke sikkert, at jobbet findes inden for bygrænsen, så nysgerrighed på hele Danmarkskortet kan være en fordel i jobsøgningsprocessen.

“Jeg mødte for eksempel en nyuddannet til vores seneste dimissionsfest, der havde søgt job på Sjælland, fordi der var en ledig stilling, der passede lige til hans interesser. Så det er en fordel at kunne flytte for at få det job, man gerne vil have,” siger han.

Anders Breinholt, som udover at være næst-

formand i Danske Fysioterapeuter også er ansat på Herlev Hospital, supplerer:

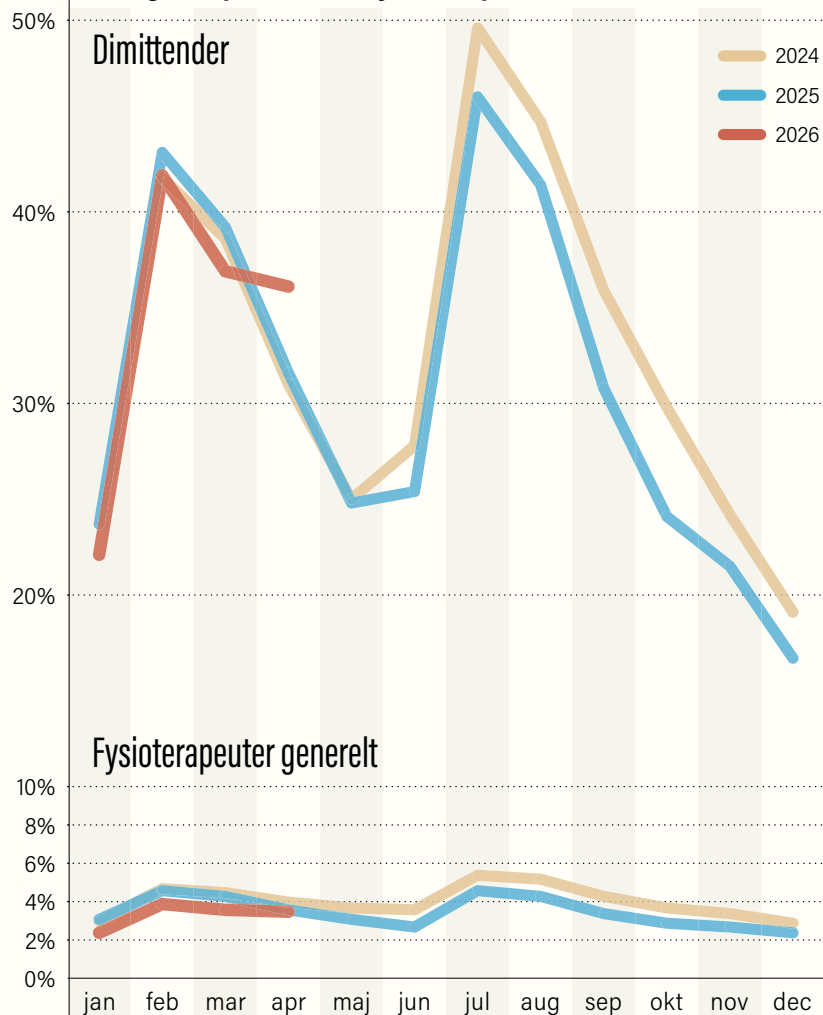
“Vi har flere eksempler på fysioterapeuter, der har valgt at rive teltpælene i Jylland op og komme til hovedstaden for at få et job i en kortere eller længere periode. Når de så skal stifte familie, vender de snuden mod Jylland med fire til seks års erfaringer, der fylder på CV’et og gør det nemmere for dem at få job i Jylland. Det er godt for dem, og vi må så leve med at måtte afgive gode kollegaer til Jylland.”

Smørhullerne

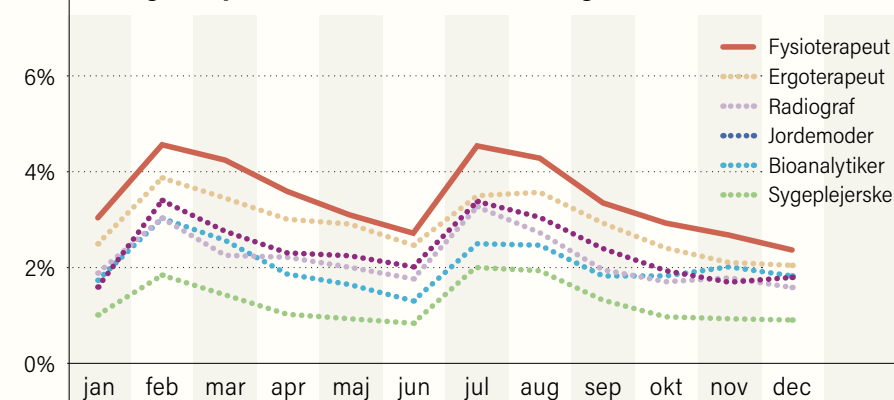
I de jobmæssige smørhuller i Region Sjælland og Region Hovedstaden er ledigheden som nævnt kun cirka en tredjedel af, hvad nyuddannede oplever vest for Storebælt. Men selv om jobmulighederne er gode, oplevede regionsformand i Region Sjælland, Mie Lindskov Rasmussen, alligevel en vis usikkerhed blandt de studerende, da hun mødte dem på skolen i Næstved i januar, da de lige havde afleveret bachelor.

“De var ikke særligt fortrøstningsfulde, fordi de ikke syntes, der var jobs at søge. Men da jeg mødte dem 14 dage senere til dimittendfejring, var stemningen en helt anden. Flere af dem havde allerede fået job, og mange havde været til samtale,” siger hun.

Ledighedsprocent for fysioterapeuter



Ledighedsprocent for flere sundhedsfag 2025



Kilde: Din Sundhedsfaglige A-kasse (DSA)

Ændringer fra dag til dag

Regionsformand Line Schiellerup oplever, at ledigheden i Region Hovedstaden i øjeblikket er i balance. De fleste kommer i job i første kvartal efter dimissionen, og dem, der ikke gør, kan have specifikke ønsker til karrierevejen.

“Lige nu er der en passende balance mellem udbud og efterspørgsel, men jeg har tidligere opfordret ledige fra Syddanmark, Midtjylland og Nordjylland til at komme herover, fordi vi havde stillinger, som fik få ansøgninger eller ikke blev besat. Det skal jo helst være sådan, at de ledige fysioterapeutstillinger rent faktisk går til fysioterapeuter – ellers kan det jo være, at stillingerne bliver besat af beslægtede faggrupper, ergoterapeuter for eksempel,” siger Line Schiellerup.

Lav ledighed

Tallene fra DSA omfatter selvfølgelig ikke alle nyuddannede fysioterapeuter, men kun dem, der er medlem af a-kassen. Derfor kan der muligvis gemme sig et mørketal på mellem 100 og 150 nyuddannede, som ikke er medlem af a-kassen.

“Vi ved, der er et mørketal, men det er supersvært at finde ud af, hvad de laver: Har de valgt en ny retning, og er de glade for det,



de har fundet? Hvis vi skulle kunne følge dem nærmere, ville det næsten kræve at vi fik fat i dem, inden de forlader uddannelsen, men vi kan jo kun række ud til dem, der er medlemmer hos os,” siger Anders Breinholt.

Selv om der er mørketal og geografiske forskelle mener han ikke, at fysioterapeuter skal frygte ledighed på lang sigt.

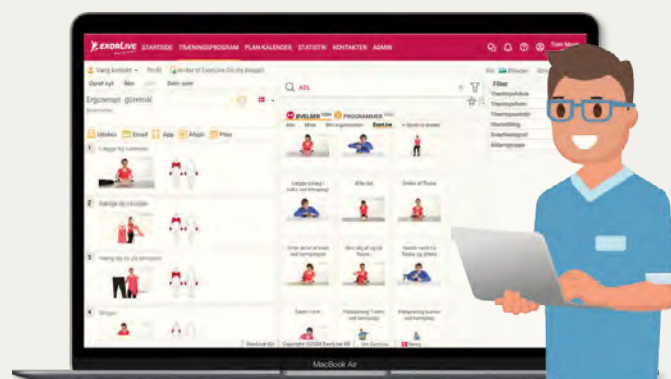
I øjeblikket er arbejdsløsheden i Danmark generelt lav. For hele arbejdsstyrken er ledigheden i øjeblikket på 2,9 procent, viser tal fra Danmarks Statistik. For fysioterapeuter er tallet en smule højere, 3,48 procent. Den halve procent højere ledighed blandt fysioterapeuter afskrækker ikke Anders Breinholt, der ser tegn på, at der bliver flere jobs til fysioterapeuter i fremtiden i forbindelse med den nye sundhedsreform.

“Vi får et endnu tættere samarbejde på tværs af den regionale og den kommunale sektor, og helt konkret vil der være nogen, der skal bestemme, hvilke patienter der skal ud på de midlertidige døgnpladser. Det kunne nemt være en opgave for fysioterapeuter. Jeg tænker også, at der kan være nogle dele af den rehabilitering, som har ligget ude på de kommunale pladser, som skal styrkes,” siger han. ☒

Mindre administration. Mere fysioterapi.

Kvalitetssikret indhold og nem deling af træningsprogrammer gør hverdagen lettere og styrker opfølgningen

ExorLive: Alt i én løsning

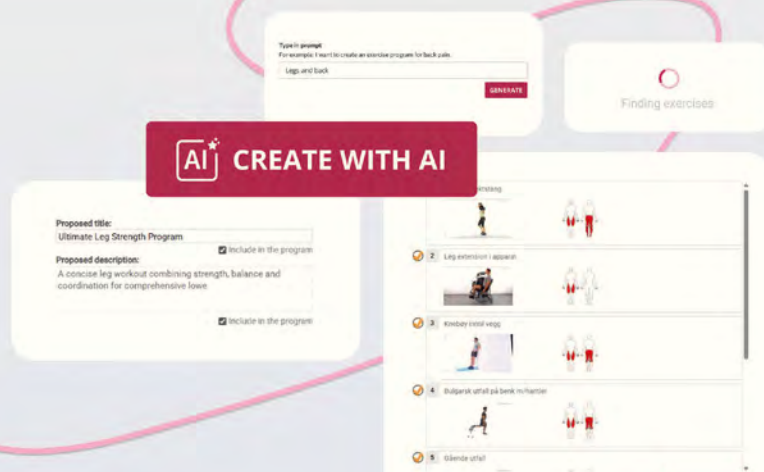


9 ud af 10 fastholdt eller forbedrede funktionsniveauet
– **uden øget ressourceforbrug**

DOKUMENTERET I THISTED OG HADERSLEV KOMMUNE

Spar tid, bliv inspireret og øg kvaliteten!

Skræddersyede programmer
på få sekunder med
AI-assistent i ExorLive!



Scan QR-koden for at læse mere om ExorLive Main for fysioterapeuter.

Kontakt os, så hjælper vi dig med at finde den løsning, der passer dig bedst!
+45 77 34 57 78 | salg-dk@exorlive.com | www.exorlive.com/dk/kontakt-os

EXORLIVE
how to move!



Vi har
interviewet



**MERETE
NEDERGAARD**

Direktør i Din
Sundhedsfaglige
A-kasse (DSA)

Is i maven - du skal nok få job

Selv om det kan være belastende at gå ledig som nyuddannet, skal jobsøgningen nok lykkes, siger direktør i Din Sundhedsfaglige A-kasse (DSA) Merete Nedergaard.

Skal man som nyuddannet fysioterapeut være bekymret for at komme til at gå ledig?

Ledighedstillene er høje for nyuddannede fysioterapeuter. De har den højeste dimittendledighed sammenlignet med de sundhedsfag, som DSA omfatter. Men det er vigtigt at være opmærksom på, at de nyuddannede fysioterapeuter er ledige i knap tre måneder i gennemsnit. Man skal ikke bagatellisere, at det kan være en usikker periode. Alle nyuddannede vil rigtig gerne ud at bruge deres nye kompetencer, og derfor kan dimittendledigheden skabe usikkerhed om, hvad det er for et arbejdsmarked, de skal ud på. Men med til billedet hører, at ledigheden har været faldende de seneste par år, og fysioterapeuter er ikke ramt af langtidsledighed. Ingen af dimittenderne i DSA er pt ledige i mere end ni måneder.

Hvilken tilgang til arbejdsmarkedet anbefaler I?

Vi signalerer, at de skal forsøge at have is i maven. Der er gode jobmuligheder – også for fysioterapeuterne.

Hvad gør DSA for at forberede de studerende på uddannelserne til tiden efter dimissionen?

Vi møder de studerende under uddannelsen – både online og fysisk ude på skolerne. Vi er ude på skolerne både fra studiestart, i femte og syvende semester. I femte semester anbefaler vi de studerende at melde sig ind i a-kassen, så de har været medlemmer et år, når de er færdiguddannede. Det er gratis og betyder, at de vil kunne modtage dagpenge fra dag et efter deres dimission. Det er med til at give dem en økonomisk tryghed. DSA deltager også i karrieredage på professionshøjskolerne, hvor vi giver råd og tips



om, hvordan man kan optimere sin jobsøgning, og hvilke karriereveje der er. Og endelig afholder vi flere online temamøder, som alle studerende kan vælge at gøre brug af. Vi har også en målrettet jobportal og en sundhedsfaglig job-app.

Flere og flere studerende har meldt sig ind i DSA de seneste år – i januar 2024 var der f.eks. 1.129, mens der i januar i år er knap 200 flere. Hvad er grunden til det?

“Vi gør en større indsats for at være synlige og attraktive for de studerende – bl.a. er vi landets billigste a-kasse og har opdyrket en bred palette af tilbud og rabataftaler. Samtidig er reglerne ændret, så også studiemedlemmer over 30 kan være gratis medlemmer det sidste år inden dimission, så de lidt ældre studerende nu har samme vilkår som de yngre. Det er både i de studerendes og vores interesse.”

DSA's gode råd til dig, der er nyuddannet

- Meld dig ind i a-kassen i god tid og senest et år, inden du er færdiguddannet. Så kan du få dagpenge fra dag ét efter dimissionen.
- Søg bredt og vær åben for både geografisk fleksibilitet, vikariater og deltid som indgang til at få fodfæste på arbejdsmarkedet.
- Brug det netværk, som du har bygget op under uddannelsen. Ring eller send en uopfordret ansøgning til de steder, du har været i praktik. Netværk er en stor rekrutteringskanal for arbejdsgiverne.
- Få individuel rådgivning i DSA, hvis ledigheden trækker ud.

Få rådgivning

Vidste du, at du kan få karrieresamtaler og rådgivning, hvis du er medlem af Danske Fysioterapeuter og DSA? Danske Fysioterapeuter arbejder tæt sammen med DSA, som er den eneste a-kasse målrettet sundhedsfaglige.

 Læs mere på fysio.dk/dsa-tilbud-ledig



Hvordan lander jeg mit første job?

De fem regionsformænd i Danske Fysioterapeuter giver deres bedste tips til din jobsøgning.

RIKKE KRUSE

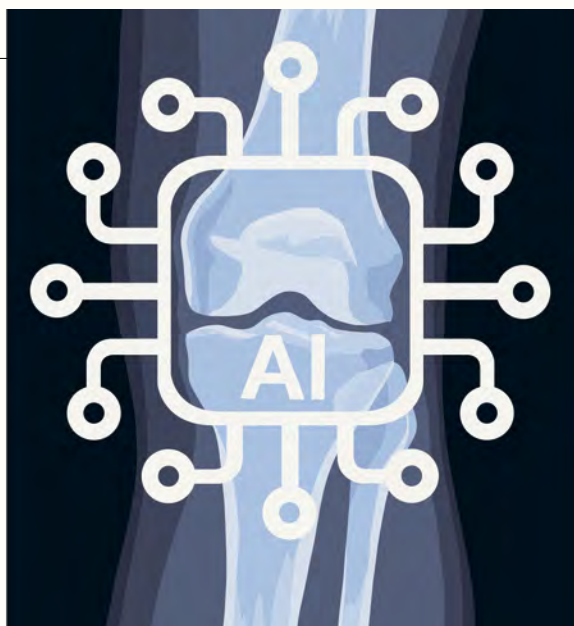
Regionsformand i Danske Fysioterapeuter, Region Syddanmark:

"Selv om jeg har stor forståelse for, at det er nødvendigt med et job for at få økonomien til at hænge sammen, er mit råd til dimittenderne at have tålmodighed og søge fysioterapeutfagligt arbejde, fordi det faktisk fremmer deres faglige udvikling og karriere. Jeg opfordrer dem også til at læse stillingsopslagene grundigt, så de ikke bliver fanget i et job, der indeholder alt muligt andet end fysioterapi."

TRINE FISCHER

Regionsformand Danske Fysioterapeuter, Region Nordjylland:

"Jeg råder dimittenderne til at skrive til arbejdsgiverne, at de har lov til at gemme ansøgningerne. I modsat fald vil GDPR-reglerne betyde, at arbejdsgiveren har pligt til at smide ansøgningerne ud. Jeg opfordrer også dimittenderne til at blive en del af et netværk for eksempel ved at deltage i regionskontorets fyraftensmøder, hvor der er mulighed for at få faglig sparring og indspark fra kolleger, der måske har hørt om nye jobmuligheder."



RUBEN FJORD BREDHOLT

Regionsformand i Danske Fysioterapeuter, Region Midtjylland:

"I min tale ved dimittendarrangementet opfordrede jeg de nyuddannede til at være nysgerrige og undersøge nye muligheder. For eksempel inddragelse af kunstig intelligens i den fysioterapeutiske praksis.

AI kommer til at påvirke og ændre vores fag rigtig meget, og jeg kan sagtens se for mig, at en del af de fysioterapeuter, der bliver uddannet de næste år, vil kunne bidrage og byde ind i den udvikling. Vi ser allerede nu, hvordan man kan bruge kunstig intelligens til at optage anamnese og varetage store dele af den obligatoriske dokumentation. Jeg tænker også, at vi kommer til at arbejde med forskellige typer af mønstergenkendelse, hvor man har kunstig intelligens med på sidelinjen som en form for sparringspartner til den kliniske ræsonnering. Måske vil man få mulighed for at tage et billede af et knæ, der ser anderledes ud, end du er vant til og lynhurtigt få et kvalificeret svar, baseret på et evidens-tungt grundlag. Alle disse muligheder kan nyuddannede sikre sig et forspring i forståelsen af, hvis de vil udforske dem."

MIE LINDSKOV RASMUSSEN

Regionsformand i Danske Fysioterapeuter, Region Sjælland:

"Region Sjælland har stor geografisk udstrækning, og der kan være lang transporttid, hvis man f.eks. bor i Næstved og får job på Vestlolland. Men jeg opfordrer dimittenderne til også at være nysgerrige på de stillinger, der er i yderområderne. Fysioterapeutstillingerne er mindst lige så spændende der, som andre steder, og ofte er der færre ansøgere. Hvis man bliver tilbudt en stilling, hvor der er lang transporttid, kan man udnytte togturen til at læse en bog eller lytte til en podcast."

LINE SCHIELLERUP

Regionsformand i Danske Fysioterapeuter, Region Hovedstaden:

"Send en uopfordret ansøgning. Virkeligheden på en arbejdsplads kan pludselig ændre sig fra den ene dag til den anden, og så kan vejen ind på arbejdspladsen lige præcis være, at man har gjort opmærksom på sig selv og nu får mulighed for en kortere ansættelse. Samtidig kan et vikariat også være en måde for den nyuddannede at prøve arbejdspladsen af. Det behøver jo ikke alt sammen at handle om, at arbejdspladsen skal have noget. Det kan jo også handle om, at dimittenden gerne vil have mulighed for at se tingene lidt an og f.eks. finde ud af, om det er et rart sted for den pågældende at være."

Tema
Dit første job



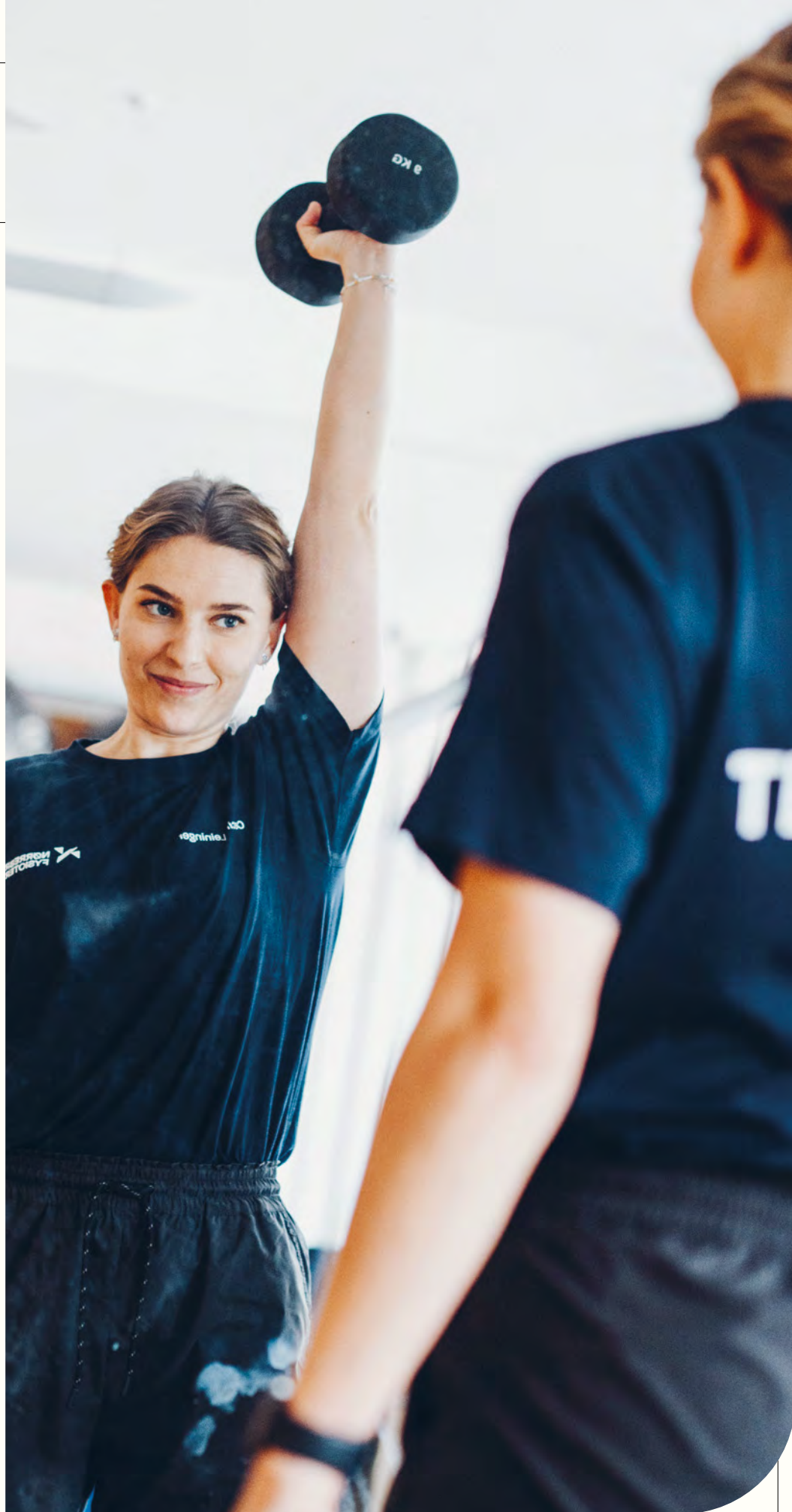
Navn: Cecilie Leiningner

Uddannelsessted:

Professionshøjskolen Absalon
Roskilde, dimitterede januar
2026

Job: Fast job som

fysioterapeut hos Nørrebro
Fysioterapi, København.
Fuldtid.



Studiejobbet blev til fast arbejde

Jobsøgningen gik gnidningsfrit for Cecilie Leininger. Hun er i dag ansat i Nørrebro Fysioterapi i København, hvor hun havde studiejob.

Hvordan fik du dit job?

Jeg havde haft studiejob i Nørrebro Fysioterapi siden 4. semester. Da jeg nærmede mig 7. semester, spurgte de, om jeg var interesseret i at fortsætte i en fast stilling, når jeg var uddannet. Jeg kom derefter til samtale, og cirka to måneder før dimissionen havde jeg et job.

Hvorfor søgte du studiejob i Nørrebro Fysioterapi?

Jeg syntes, at holdtræning lød spændende, og jobbet lagde op til, at jeg ville få et godt indblik i faget og en god start på at udvikle relevante kompetencer og erfaring. Helt praktisk ligger arbejdspladsen desuden tæt på min bolig, så jeg kan cykle på arbejde.

Hvad laver du i din faste stilling?

Det er meget afvekslende. Jeg har mange hold: fitnesshold, cirkeltræning, HYROX-hold og mere fysioterapeutiske henvisningshold – bl.a. parkinsonhold. Desuden er jeg blevet uddannet til Reformerinstruktør. Jeg laver også laser- og shockwavebehandling og har individuelle patientforløb og hjemmebehandling ude på plejehjem.

Hvad synes du om jobbet?

Jeg er super, super, super glad for det. Jeg føler mig meget privilegeret og godt stillet ift. min personlige og faglige udvikling, og jeg synes, jeg har de bedste forudsætninger for at blive en god fysioterapeut med gode rammer for udvikling. Klinikken har et mentorforløb for nyuddannede, som blandt andet betyder, at jeg har en times mentormøde om ugen med faglig sparring, og vi har haft

flere workshops. Privat praksis har jo lidt ry for, at tingene skal gå stærkt, men jeg føler virkelig, at jeg får stor støtte fra mine cirka 35 fysioterapeutkolleger, og jeg har fået den bedst tænkelige start på min karriere.

Hvad er kommet mest bag på dig?

Jeg stiller høje krav til mig selv og min faglighed, og det kan godt være et pres, der kan være svært at navigere i. Samtidigt vil jeg gerne leve op til de forventninger, der er til mig fra min arbejdsplads. Jeg har nogle gode kollegaer, der er søde til at rose, støtte og sparre med, og som er gode til at anerkende mit arbejde. Jeg vil gerne blive rigtig dygtig og udvikle mig, og det kan være svært for mig at have tålmodighed til at forstå, at det tager tid at blive rigtig god – ligesom man ikke er en god bilist fra den dag, man får kørekort.

Hvordan håndterer du den udfordring?

Jeg har aftalt med mig selv, at det første halve år er det okay, at jeg bruger tid på at sætte mig ind i det, jeg ikke ved, når jeg kommer hjem fra arbejde. Når de seks måneder er gået, vil jeg formentlig have stået i de nye situationer flere gange og være faldet mere til ro. Jeg har sagt til mig selv, at lige nu er det okay, at arbejdet fylder meget.

Har du nogensinde være på glatis?

Som nyuddannet er man ofte på glatis, fordi man står overfor noget, man ikke har prøvet før. Og så var det noget af en udfordring, da det gik op for mig, at jeg skulle afvikle min reformer-eksamen på engelsk. Det var jeg ikke liiige vant til, men det gik jo fint og blev derfor en succesoplevelse.

Vil du gerne fortsætte i dit nuværende job?

Lige nu er det det helt rigtige for mig.

Hvilke gode råd har du til kommende dimittender?

Jeg tænker, at man under bacheloren skal begynde at gøre sig nogle tanker om, hvor man kunne tænke sig at arbejde og i god tid lægge en føler ud til mulige arbejdspladser. Jeg ville nok benytte en lidt old school-metode og ringe til nogle klinikker og spørge, om jeg kan komme forbi og vise, hvem jeg er. Vi arbejder jo med mennesker, og det er ikke altid, at ens personlighed skinner igennem i en ansøgning. ☒

Tema Dit første job



Navn: Mikkel Mortensen

Uddannelsessted: VIA
University College Holstebro,
færdiguddannet januar 2026

Job: Vikar som fysioterapeut
i Træningsafdelingen, Lemvig
Kommune



Gik efter samme praktiksted to gange

Mikkel Mortensen drømte om at blive sportsfysioterapeut, men et praktikophold i en kommune fik ham til at skifte spor.

Hvordan fik du dit job?

Jeg var i praktik i Træningsafdelingen i Lemvig Kommune i 4. og 7. semester og befandt mig godt. En måned inden jeg dimitterede, sagde en kollega op, og så spurgte de, om jeg havde lyst til at få nogle timer. Jeg skrev en ansøgning og blev ansat i vikariatet.

Var stillingen dit ønskejob?

Da jeg begyndte på uddannelsen, var min plan egentlig at blive sportsfysioterapeut. Jeg har tidligere spillet håndbold på elitestiveau og har i den forbindelse haft rigtig meget kontakt med fysioterapeuter og syntes, at deres arbejde var spændende. Jeg havde også et studiejob som fysioterapeut i ligaklubben Ringkøbing Håndbold. Men da jeg skulle i praktik, ville jeg lige afprøve andre veje, og praktikken i Træningsafdelingen var så spændende, at jeg besluttede at skifte hest.

Lå der en bevidst strategi bag dit valg af praktiksted?

Ja, jeg valgte at satse på et praktiksted, der havde et godt ry blandt mine medstuderende, og hvor jeg ville befinde mig godt, fordi opgaverne interesserede mig. Da den første praktik viste sig at være spændende, besluttede jeg mig for at søge samme sted i den valgfrie praktik på 7. semester i stedet for at kaste mig ud i noget helt nyt, med risiko for at det ikke ville kaste et job af sig.

Hvad gjorde du for at gøre dig attraktiv?

Jeg håbede, at jeg i løbet af praktikperioden kunne lægge et godt visitkort i Træningsafdelingen, så de ville have mig i tankerne

til en stilling på et senere tidspunkt. Jeg gjorde mig attraktiv ved at vise interesse for det, de arbejdede med, og jeg sørgede for at udføre mine opgaver ordentligt. Jeg mødte ind i god tid om morgenen og gik sent, hvis opgaverne krævede det. Jeg bød også ind på svære opgaver, som man ikke nødvendigvis kan forvente, at en studerende påtager sig. Jeg tog for eksempel hold alene, og jeg tilbød også min hjælp til en anden afdeling på arbejdspladsen, da der var brug for det. Jeg gjorde også opmærksom på, at jeg har forstand på digitalisering og kan bidrage til løsning af de opgaver, der ligger forude med hensyn til at digitalisere nogle af Træningsafdelingens tilbud. En tredjedel af alle genoptræningsforløb skal i 2028 være digitale, siger lovgivningen. Jeg valgte faktisk at skrive bachelor om digitale løsninger.

Hvilke opgaver har du?

Jeg arbejder med implementering af digitale løsninger, som interesserer mig meget. Jeg har desuden borgere, der bliver henvist efter Sundhedslovens paragraf 140 og Servicelovens paragraf 86, det vil sige patienter, der har behov for et genoptræningsforløb efter sygehusophold, og borgere med behov for vedligeholdelsestræning på grund af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne. Jeg har nogle gange de fysioterapeutstuderende, der er i praktik i afdelingen, med til holdtræning, og jeg underviser dem i digitale løsninger. Det er megasjovt, fordi det er kort tid siden, jeg selv stod i deres situation, så jeg ved, hvordan de har det.

Hvordan adskiller din ansættelse sig fra tiden som studerende?

Det er nyt for mig at have studerende og patienter efter paragraf 86. Jeg har fået mere ansvar og tilrettelægger selv mine opgaver. Men ellers er det det samme, som da jeg var i praktik.

Ved du, hvordan det er gået dine studiekammerater?

Vi var 22 studerende i klassen og var en ret speciel flok. Vi fik meget ros fra både lærerne og praktikstederne. Lige nu (tre måneder efter dimissionen, red.) er der vist kun én, der ikke er i arbejde, fordi den pågældende lige er blevet far.

Dit vikariat udløber til juni - hvad så?

Jeg håber på en forlængelse. Ellers må jeg ud at se, om jeg kan finde en lignende ansættelse i en anden kommune, sikkert i et vikariat. Det er vist på den måde, man kommer i gang. ☺

Tema
Dit første job



Navn: Mads Holm Jensen

Uddannelsessted: UC SYD,
færdiguddannet januar 2025

Job: Vikar på Afsnit for Kirurgi
på Sygehus Sønderjylland i
Aabenraa



Få anbefalinger fra dine praktiksteder

Mads Holm Jensen nåede at sende 18 ansøgninger, før han fik et vikariat på kirurgisk afsnit.

Hvor arbejder du?

Jeg arbejder på Sygehus Sønderjylland i Aabenraa, kirurgisk afsnit. Mit arbejde består i tidlig mobilisering, funktionsvurdering og vurdering af behov for hjælpemidler. Patienterne er kirurgiske patienter, der skal opereres i abdomen eller thorax. De fleste er over 70 år, men jeg har også helt unge.

Hvilke erfaringer har du ud over fysioterapeutuddannelsen?

Jeg er uddannet combat medic (militært sanitetspersonale, der yder akut førstehjælp og traumebehandling direkte på slagmarken eller på felthospital, red.). Jeg har undervist i traumebehandling i Forsvaret. Jeg har desuden læst to år på sygeplejerskeuddannelsen, inden jeg skiftede til fysioterapeutuddannelsen.

Hvilken rolle spillede det, da du blev kaldt til samtale?

Jeg tror mest af alt, at jeg var heldig, men min baggrund kom mig også til gavn. Under samtalen fik jeg en case, hvor jeg havde helt styr på den skadesmekanisme, der var i spil. Jeg kunne også redegøre for det tværfaglige og tværsektorielle samarbejde, der sættes i værk, i det øjeblik en patient vrækker om og henvender sig til sundhedsvæsenet. Det hjalp mig rigtig meget, at jeg trods min manglende erfaring som fysioterapeut havde viden om behandling af mennesker.

Hvor mange stillinger nåede du at søge?

Jeg nåede at sende omkring 18 ansøgninger ud, jeg blev indkaldt til to samtaler, og den

første, jeg blev indkaldt til, var det her vikariat. Jeg søgte meget bredt: En stilling som brandmajor og et job som sygefraværskonsulent. Det handlede om at søge noget, der rimede lidt på det, jeg kunne i forvejen. Jeg vil tro, at halvdelen af mine ansøgninger gik til opslåede stillinger, mens resten var uopfordrede.

Hvordan oplever du jobsituationen for dimittender i Sydjylland?

Hvis man kigger efter stillingsopslag til fysioterapeuter, er der langt mellem snapsene. Jeg var selv opsat på at tage det første, det bedste job, og jeg synes selv, at jeg er meget heldig med at have fået et vikariat på kirurgisk afsnit.

Hvordan er det gået de andre på holdet?

Vi var 23 i klassen, og to fik job som fysioterapeuter med det samme. Et par uger senere fik jeg arbejde, og i slutningen af april havde cirka halvdelen fået arbejde.

Du er 38 år. Hvilken rolle tror du, din alder spiller?

Jeg har været til to jobsamtaler, og ud fra dem kunne jeg høre, at det har en betydning. Det kan godt være, at jeg ikke har meget erfaring som fysioterapeut, men jeg har livserfaring og modenhed. Det er et plus – især ved jobs, hvor man skal fungere mere selvstændigt.

Hvad vil dit råd være til dem, der ikke har samme uddannelser og livserfaring som dig?

Sørg for at få skriftlige anbefalinger fra alle de praktikvejledere, du møder i løbet af uddannelsen. På den måde får du nogle vurderinger fra andre om den erfaring med fysioterapi, som du trods alt får under uddannelsen. Det hjalp mig rigtig meget.

Dit vikariat er på et år. Hvad skal der ske derefter?

Jeg har en plan om at specialisere mig inden for neurorehabilitering. Det område har jeg mulighed for at snuse lidt til på sygehuset, og jeg har desuden gjort det under mine andre uddannelser. Det handler grundlæggende om at have noget at skrive på sit CV, og dernæst har det betydning, om du kender nogen, der kender nogen. Jeg er superglad for at have fået mit årsvikariat, og når der er nogle måneder tilbage af det, begynder jeg at søge. ☒

Hvad lægger arbejdsgiverne vægt på, når de ansætter?

Vi har interviewet



MARIANNE GJERSTRUP THOMSEN

Chefterapeut, Fysio- og Ergoterapi, Esbjerg og Grindsted Sygehus

30 års erfaring som leder for cirka 70 terapeuter

Jeg går ikke op i eksamensbeviser

Vi har spurgt en regional og en privat arbejdsgiver, hvordan man kommer i betragtning hos dem.

Hvordan får jeg et job hos dig?

Til alle faste stillinger skal vi lave stillingsopslag, men det er vi ikke forpligtet til, når det gælder korte vikariater. Her kigger vi ofte i bunken af uopfordrede ansøgninger, så send gerne sådan en til os. Jeg kan også finde på at spørge medarbejderne, om de kender en mulig ansøger, hvis vi pludselig står og mangler en fysioterapeut. Derfor er det som nyuddannet en god idé at skabe et netværk med referencer til sygehuset.

Hvor meget vægt lægger du på den skriftlige ansøgning?

Din ansøgning skal være kort, præcis og være motiveret. En A4-side er fint. Den skal være rettet mod os og for alt i verden ikke være en standardansøgning. Jeg har eksempler på ansøgninger, hvor ansøgeren havde glemt at rette navnet, så der stod en anden arbejdsplads som modtager. Den slags ryger direkte i papirkurven. Sørg for, at ansøgningen er velformuleret, for når jeg står med 30 ansøgninger, kan det være marginalerne, der afgør, hvilke jeg lægger til side.

Hvad skal jeg skrive i den?

Du skal skrive, hvorfor du vil arbejde hos os. Det kan du for eksempel gøre ved at beskrive en særlig interesse for det speciale, vi søger til, eller du kan fortælle om et praktikforløb på et sygehus, som du befandt dig godt i. Lad være med at bruge fire sider på at beskrive din praktiktid – vi ved godt, at du har været i praktik.

Jeg er helt nyuddannet og har kun været i praktik som fysioterapeut. Har jeg en chance?

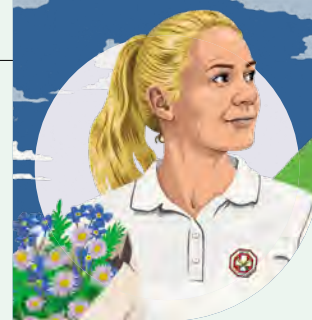
Ja, jeg har ansat mange nyuddannede. Det mener jeg faktisk, vi har en forpligtelse til, fordi der ligger en skole, der uddanner fysioterapeuter i Esbjerg. Det er selvfølgelig en fordel, hvis du har været i praktik hos os, for så kender vi dig, men det er ingen betingelse.

Hvor meget skal jeg gøre i studietiden for at gøre mig interessant for dig? Skal jeg tage et studiejob?

Ja, gør endelig det – alt tæller. Det viser, at du har initiativ, og jeg er ligeglad med, om det er studierelevant. For mig har det lige så stor værdi, hvis du har arbejdet på et plejehjem eller en fabrik. Det vigtigste er, at du har prøvet at stå op om morgenen og ved, hvad det vil sige at være på arbejde i 37 timer. Jeg lægger også vægt på, om du har haft et job, inden du begyndte at læse: Fortæl om dit job hos McDonald's, som rejseguide eller i Forsvaret.

Hvor meget betyder min personlighed?

Meget! Jeg har gennem årene haft mange samtaler, og jeg får hurtigt i samtalen en fornemmelse for, om der er et match. Nogle samtaler går fantastisk, mens jeg i andre tilfælde ryster mit ur, fordi jeg tror, tiden er gået i stå. Jeg skal finde en person, der matcher den flok, som vedkommende skal passe ind i. Jeg bruger min intuition. Nærmere kan jeg ikke komme det.



tekst **JAKOB KEHLET**

Er det en særlig type, du kigger efter?

Nej, jeg har ansat alle typer – unge, gamle, fra nord og syd. Jeg går heller ikke op i eksamensbeviser. En af de allerbedste fysioterapeuter, jeg har ansat, havde samtidig et meget ringe eksamensbevis. Er du et sødt og rart menneske, vil du sikkert klare dig godt blandt patienterne, og så skal vi nok hen ad vejen få dig klædt fagligt på.

Ser du på anbefalinger?

Ikke særlig meget, og hvis du er nyuddannet, har du måske kun en anbefaling fra dengang, du var pædagogmedhjælper.

Er det en god ide at sende en video af mig selv?

Nej, jeg er vist for gammel til den slags. Video er lidt for poppet, men jeg synes, et portrætbillede i et hjørne af ansøgningen er helt fint.

Skal jeg komme forbi uopfordret og sige hej?

Det må du gerne, men du skal ikke regne med, at vi har tid til at tale med dig eller kan byde på en rundvisning. Det er ikke af ond vilje, men fordi vi simpelthen ikke kan sætte tid af til det.

Hvad er dit bedste råd til mig, hvis jeg ikke har fået job?

Selv om jobmarkedet umiddelbart kan se sort ud, må du ikke give op. Jeg har været uddannet i 41 år og har oplevet, at det går op og ned med ledigheden, men det skal nok lykkes at finde et job. ☒

*En af de allerbedste fysioterapeuter,
jeg har ansat, havde samtidig et meget
ringe eksamensbevis*

MARIANNE GJERSTRUP THOMSEN

Vi har interviewet



MAJA HELBO JENSEN

Partner i MOVE Eco Health
Hotel & FysioCenter
Kalundborg

Arbejdsgiver for 17
sundhedsprofessionelle,
herunder 13 fysioterapeuter.

Det er super positivt, hvis du rækker ud

Maja Helbo Jensen går op i, at der er et personligt match mellem dig, der ansøger, og teamet, du skal indgå i. Og så gør det ikke noget, hvis du er nysgerrig og har forberedt dig.

Hvordan får jeg et job hos dig?

Du skal sende en motiveret ansøgning med CV samt relevante uddannelsesbeviser og eventuelle anbefalinger. Enten uopfordret, eller når vi opslår en stilling. Du er altid velkommen til at ringe eller besøge os først.

Hvad lægger du særligt vægt på?

Personlige, organisatoriske og faglige kompetencer. Relations- og samarbejdskompetencer er vigtige. Det fag-faglige har vi god erfaring med, at vi kan klæde folk på til. Hvis du er nyuddannet, lægger jeg vægt på, at du er engageret og nysgerrig. Møder du verden med et åbent sind, har du lyst til at lære nyt, og er du ægte menneske-nysgerrig?

Er det en særlig type, du kigger efter?

Vi forsøger at sammensætte teamet, så vi supplerer hinanden og sammen har en bred kompetenceprofil. Så vi kan hjælpe de mennesker, der kommer hos, bedst muligt. Nogle er skarpe på detaljer, andre på helheder. Nogle trives med rutiner og de længerevarende forløb, andre får energi af vekslende opgaver, de kortere forløb eller udredninger. Så vi kigger ikke efter bestemte træk, men det er vigtigt for os, at der er et match i forhold til måden, man møder verden og andre mennesker. Så det bliver en succes begge veje.

Skal jeg komme forbi uopfordret og sige hej?

Det er super positivt, hvis man rækker ud og har lyst til at kigge forbi, men kontakt os gerne først, så vi sikrer, at det bliver en god oplevelse, hvor der er tid til at hilse på og måske vise rundt.

Hvor meget vægter du den skriftlige ansøgning?

Vi lægger mindre vægt på den nu end før i tiden. Der er flere og flere, der bruger AI, som er rigtig god og effektiv til mange ting. En ansøgning bliver dog ofte lidt poleret og upersonlig og dermed svær at forholde sig til. Skriv en halv til en hel side, som er tydeligt motiveret i vores retning, så man fornemmer, at den er ægte. Jeg vil gerne kunne mærke, at du har gjort dig umage. Vis, at du har researchet på vores hjemmeside og på området. At du kender organisationen og sektoren og den kontekst, du søger ind i.

Skal jeg sende en video af mig selv?

Det afhænger af, om du søger uopfordret eller på et stillingsopslag. Vi beder faktisk om en video som led i vores rekruttering for at få en ekstra dimension på. Man taler nogle gange mere frit, end man skriver. Jeg har dog ikke oplevet, at nogen uopfordret har sendt en video endnu, men det ville da skil-



le sig ud. Så hvis du er dygtig til det, og det falder dig naturligt, ville jeg tænke, at det var positivt med en ny vinkel på den klassiske ansøgning.

Bliver jeg testet?

Ja, inden samtalen udfylder du en persontypeprofil og en faglig profil og sender en lille video. Det er et lille kort, uformelt klip, hvor du fortæller, hvorfor du ville være fysioterapeut, og hvorfor du vil være en del af vores team. Jeg får dem på forhånd, så det kvalificerer samtalen.

Hvad spørger du til under jobsamtalen?

Jeg plejer at spørge, hvorfor ville du være fysioterapeut? Specielt for de nyuddannede synes jeg, det er relevant. Hvorfor har man lyst til at blive en del af vores team? Hvilket værdisæt møder man mennesker med? Der skal være et match i den måde, vi gerne vil møde patienterne på. Det skal helst være på plads fra starten. Og så spørger jeg, hvordan vil du udfolde faget? I hvilken ramme fungerer du godt? Hvordan ser du din rolle ift. evidensbaseret praksis? Hvordan lærer du nyt? I den perfekte verden, hvordan ser dit job så ud? Men det er lige så meget os, der er til jobsamtale. Matchet skal gå begge veje.

Hvad er det vigtigste for dig, når du vælger?

Der skal være det bedst mulige match i forhold til teamet, patienterne og den ramme, vi har hos os. Et match på værdisæt og ambitioner – og lysten til at gøre en forskel sammen med andre er vigtigt. Hvis det er en specialiseret stilling, vil de specialefaglige kompetencer naturligvis være nødvendige.

Jeg er helt nyuddannet og har kun været i praktik som fysioterapeut. Har jeg en chance?

Ja, helt bestemt. Vi har en aktionsgruppe for kompetenceudvikling og onboarding, der sammen med hele teamet er med til at møde vores nye kolleger. Vi er optaget af medansvar og fælles udvikling som team. Så vi arbejder ikke med erfarne og uerfarne kolleger, men erfaringer på opgaven. Man kan jo også være erfaren indenfor digitalisering og litteratursøgning, og det oplever jeg, at mange nyuddannede er rigtig dygtige til. Det kan også være erfaring fra frivilligt arbejde.

Hvad skal jeg ikke gøre?

Kom aldrig uforberedt. Det dur ikke, at du f.eks. ikke har tænkt igennem, hvor lang din transporttid er, og om stillingen vil hænge sammen med dit liv i øvrigt. Tænk igennem, hvordan en hverdag vil se ud. Det spørger jeg altid til. Hænger stillingen sammen med, hvad du drømmer om og den livsfase, du er i? Det bliver svært at vide, om der er et match, hvis du som ansøger ikke er afklaret.

Har du et godt råd?

Vær reflekteret over, hvor du har lyst til at starte og hvorfor. Jo mere, du kender dig selv, jo større chance har du for at få det rigtige job. Jeg ved godt, det er svært. Man står jo på tærsklen af sit arbejdsliv og vil det hele. Vær ærlig. Både overfor dig selv, men også over for mig. Fortæl, hvad der kan være en dealbreaker for dig. Hvad er fedt, og hvad er ikke noget for dig? Vær tro mod dig selv. Ingen har gavn af, at man fremstår anderledes, end man er. Ellers står du på et skævt grundlag. ☒



Personligheden baner vejen til et job

Nyuddannede fysioterapeuter er enige om, at personlighed snarere end fagligheden var med til at skaffe dem det første job. Det viser Danske Fysioterapeuters årlige spørgeundersøgelse.

DET HAR stor betydning, hvordan man træder ind ad døren til jobsamtalen, hvis man skal tro hovedparten af de fysioterapeuter, der har besvaret Danske Fysioterapeuters seneste dimittendundersøgelse. 86 procent af dem svarer, at deres personlighed i høj eller meget høj grad er årsag til, at de har fået deres første job. Til gengæld er det kun knap halvdelen, der fremhæver betydningen af deres faglighed som årsag til, at de nu er i job.

Dimittendundersøgelsen blev sendt ud den 3. juli 2025 og omfatter nyuddannede fra årets to eksamensrunder i januar og juni. Resultaterne af undersøgelsen skal dog læses med et vist forbehold. 605 dimittender fra 2025 fik tilsendt et spørgeskema, men kun cirka hver fjerde – helt præcist 162 nyuddannede – har sendt en hel eller delvis besvarelse retur. Med denne reservation i baghovedet, kan undersøgelsen

alligevel give nogle fingerpeg om den virkelighed, der møder nyuddannede.

'Fysioterapeut' på navneskiltet

Ifølge undersøgelsen behøver man ikke være bekymret for, om fysioterapeuter bliver ansat i stillinger, hvor deres uddannelse ikke er relevant. 97 procent af de 152 dimittender, som er i job, har enten 'fysioterapeut' stående på deres navneskilt (82,9 procent) eller arbejder inden for et område, hvor uddannelsen som fysioterapeut er relevant (14,5 procent). Kun fire nyuddannede har job inden for et område, hvor de ikke bruger deres lærdom fra uddannelsen.

Halvdelen i vikariat

Undersøgelsen tyder også på, at dimittenderne har lyttet til rådet om at søge vikariater. Lidt over halvdelen er ansat i vikariat, mens hver fjerde havde sikret sig en fast fuldtidsstilling. 11,3 procent arbejder i fast deltidsstilling og syv personer (4,6 procent) har kastet sig ud i en tilværelse som selvstændige.

Netværkets betydning

'Benyt dig af dit netværk' lyder et andet godt råd til nyuddannede fysioterapeuter. Det kan de for eksempel gøre ved at tage kontakt til tidligere praktiksteder, hvor de har leveret en god indsats. Det er imidlertid lidt forskelligt i hvor høj grad, dimittenderne har benyttet sig af denne mulighed. Fire ud af ti har enten slet ikke eller i ringe grad henvendt sig til netværket, mens lidt flere (47 procent) i høj eller meget høj grad har haft udbytte af at gribe telefonen eller sende en mail til for eksempel en tidligere vejleder.

Konkurrer med hinanden


Otte ud af ti svarer, at for få jobopslag i høj eller meget høj grad er en hindring for at få et arbejde som nyuddannet. I forlængelse af det oplever ni ud af ti dimittender, at der er for mange ansøgere til de få stillinger, og at mange af konkurrenterne til de ledige stillinger er nyuddannede – som dem selv.

Selv om grundlaget for undersøgelsen er statistisk spinkelt, kan næstformand i Danske Fysioterapeuter, Anders Breinholt, godt genkende det billede, svarene tegner.

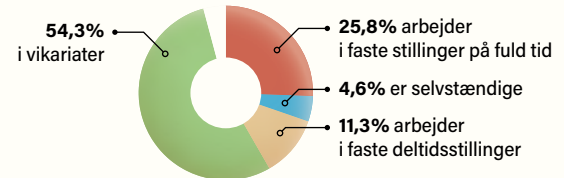
"Alle svarene kan jeg fuldt ud nikke genkendende til, ud fra min erfaring fra det fysioterapeutiske arbejdsmarked. Så jeg tænker egentlig, at undersøgelsen rammer hovedet meget godt på sømmet, når vi bare husker på, at der også er store regionale forskelle. Men jeg kunne godt tænke mig, at vi havde en langt større besvarelsesprocent på vores dimittendundersøgelse," siger han. ☒

Nyuddannet?

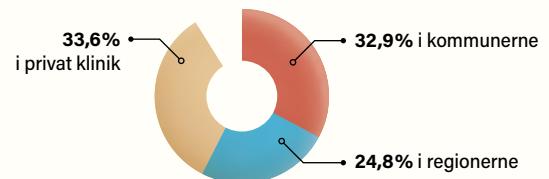
Vi tilbyder løbende webinarer til dig, der er nyuddannet. Blandt andet om jobsøgning og gode råd til kickstart af karrieren.

 Følg med på fysio.dk/nyuddannet

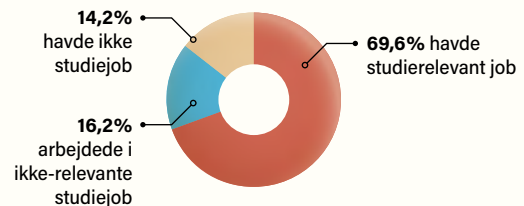
Sådan arbejder dimittenderne



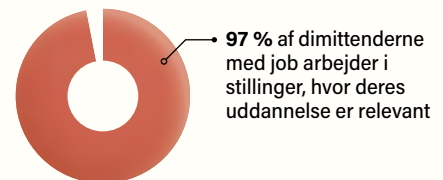
Her arbejder dimittenderne:



Sådan arbejdede dimittenderne under studiet:



Relevans



Sådan er dimittendernes fremtidsplaner:

4,8% har planer om at begynde på en diplomuddannelse inden for de næste fem år

78,8% vil gerne på kursus inden for de næste fem år.

27% planlægger at begynde på en master- eller kandidatuddannelse inden for de næste fem år

5,6% vil gerne være leder inden for de næste fem år.

Tal fra Danske Fysioterapeuters dimittendundersøgelse 2025

KLAR TIL DIT FØRSTE JOB SOM FYSIOTERAPEUT?

Husk at bruge dine medlemsfordele! Få en stærk start på arbejdslivet med Danske Fysioterapeuter. Vi står klar til at hjælpe dig med alt fra jobsøgning og kontrakt til faglig udvikling og rådgivning.

✓ KONTRAKTTJEK

Før du underskriver din nye kontrakt, så få den gennemgået af en af vores konsulenter. Skriv til ansat@fysio.dk eller ring til 33 41 46 20.

✓ JOBGUIDE

Få hjælp og inspiration til udformning af din ansøgning og CV, samt forberedelse til jobsamtalen og den kommende lønforhandling. Besøg fysio.dk/jobsogning

✓ JOURNALFØRING

På fysio.dk får du svar på alle dine spørgsmål om journalføring og bliver klogere på de love og regler, du er omfattet af som fysioterapeut. Læs mere på fysio.dk/sundhedsjura

✓ FAGLIGE AKTIVITETER

Som medlem har du adgang til gratis netværk, kurser, webinarer og faglige selskaber. Deltag i de mange arrangementer, og kom hjem med nye kompetencer og relationer.

✓ RABAT PÅ DIT KONTINGENT

De første 3 mdr. efter studiet får du mere end 50% rabat på dit kontingent som uddannet fysioterapeut. Uanset om du er i arbejde eller ej. Perioden kan forlænges, hvis du fx. læser videre eller er ledig.

Se flere medlemsfordele på
fysio.dk/nyuddannet



Vi holder mennesker i bevægelse





Course in
Copenhagen

Become

Master of Science in Osteopathy

D.O. Diploma, ISO 9001 Quality Assurance



Discover your future in osteopathy!

- **Evidence-based** training with real-world impact
- Learn from top-tier, **academically trained experts**
- **Human-centered** approach in every step
- Become a **confident, future-ready osteopathic professional!**



osteopathie.eu

The International Academy of Osteopathy
In co-operation with Buckinghamshire New University

Bollebergen 2B-15, 9052 Ghent (Belgium)
+32 (0) 9 233 04 03
info@osteopathy.eu

Learn.

Evolve.

Excel.

TR skaffede en halv million kroner til kollega

En fejl på en lønseddel betød, at en fysioterapeut fik forkert løn udbetalt i 14 år. En ihærdig tillidsrepræsentant gik ind i sagen, og i dag har fysioterapeuten fået hele sit tilgodehavende udbetalt.

Keywords TILLIDSREPRÆSENTANT MEDLEMSFORDEL LØNTJEK

DET VAR en helt almindelig arbejdsdag, da Maria, fysioterapeut i en kommune, sammenlignede lønsedler med sin kollega i en frokostpause. De to havde identiske arbejdsopgaver, anciennitet og timer og undrede sig over, at den ene fik mere udbetalt end den anden.

Medlemmet, som vi her kalder Maria, fordi hun ønsker at være anonym, henvendte sig derfor til lønkontoret og spurgte, om der mon var sket en fejl. Men trods utallige rykkere fik hun ikke noget svar. Maria tog derfor fat i Danske Fysioterapeuter, som rejste et formelt efterbetalingskrav overfor kommunen. Men foreningen blev også mødt med tavshed. Til sidst spurgte Marias

tillidsrepræsentant, om hun måtte kontakte lønkontoret. Hun satte sig til at regne.

“Jeg kunne se, at hun ikke havde fået sin rette løn i 14 år. Samlet gav det omkring 500.000 kroner, som hun manglede at få i løn, hvis man regner pension, tillæg og renter med. Det var simpelthen ikke i orden,” siger tillidsrepræsentanten, som også ønsker at være anonym af hensyn til sin arbejdsplads.

“Jeg vidste, at lønafdelingen havde kørt rigtig dårligt længe pga. sygemeldinger og andet, men ret skulle være ret.”

Tillidsrepræsentanten satte sig ned og skrev en mail til lønkontoret, med fire af de øverste ansvarlige ledere cc. I emnefeltet stod: Min kollega mangler 500.000 kroner i løn.

“Mit hjerte bankede voldsomt, da jeg sendte den,” fortæller hun. “For enten var det genialt, eller også var det helt galt. Jeg tænkte, det er da godt, at jeg er beskyttet som tillidsrepræsentant!”



LØNSEDDDEL

Timer pr. uge

34

500.000 kr.



TR

Jeg kunne se, at hun ikke havde fået sin rette løn i 14 år. Det var simpelthen ikke i orden

TILLIDSREPRÆSENTANT I EN KOMMUNE

Mailen satte skub i tingene: Der gik én dag, så fik Maria, hendes tillidsrepræsentant og Danske Fysioterapeuter, svar.

Ledelsen gav ret i, at der var sket en fejl. Det var en forkert ansættelsesbrøk, som bar skylden. Maria stod til at arbejde 34 timer om ugen frem for de rigtige 37. Det havde medført et løntab på otte procent igennem 14 år.

Ikke tilfreds med forliget

Ifølge forældelsesfristen ville Maria kunne få udbetalt sin manglende løn ti år tilbage. Det var tillidsrepræsentanten dog ikke tilfreds med.

“Jeg tænkte, det skal være løgn og ansøgte om at få beløbet for alle årene udbetalt. For min kollega er en virkelig dygtig og stabil arbejdskraft, som har udfyldt sin fysioterapeutiske rolle med bravour i rigtig mange år. Det handler jo om retfærdighed,” siger tillidsrepræsentanten, som understreger, at forhandlingen derefter gik nemt.

Det endte med, at Maria fik hele beløbet, inklusive pension og renter, som i alt løb op i en halv million kroner før skat. For kommunen betød det, at der pludselig manglede en halv million i budgettet, som blev indhentet via vakante stillinger, der ikke blev besat.

Og for den stædige tillidsrepræsentant har det medført, at hun nu i endnu højere grad kan se, at arbejdet som TR giver mening.

“Det er jo helt fantastisk. Jeg ville gerne

råbe det ud over det hele i en megafon, men det kan jeg ikke, for ‘Maria’ er meget diskret. Men jeg kan sige, at i sådan en situation giver det ekstra meget mening at være tillidsrepræsentant. Jeg fortæller også historien, fordi jeg gerne vil vise mine kolleger og alle andre fysioterapeuter, at det er derfor, du skal være medlem af Danske Fysioterapeuter. Når man er medlem, så står vi tillidsrepræsentanter og foreningen klar til at hjælpe jer”, siger hun.

Se altid din lønseddel igennem

Tillidsrepræsentanten understreger, at det blandt andet er på grund af de kurser, Danske Fysioterapeuter jævnligt holder for tillidsrepræsentanter, at hun havde modet til at slå i bordet overfor ledelsen.

“Jeg havde jo ikke lyst til at stikke fingrene ned i en hvepsere. Men jeg gjorde det alligevel. For hvad er det værste, der kan ske? Jeg følte mig rigtig godt klædt på.”

Forhandlingskonsulent i Danske Fysioterapeuter, Tanja Bügel Kruse, som også gik ind i sagen på medlemmets vegne, fortæller, at der jævnligt sker forkerte lønudbetalinger til fysioterapeuter.

“Derfor skal I altid se jeres lønsedler igennem. Det er også en god ide at have lønåbenhed, for så opdager man sådan en ting som den her,” siger hun og afslutter:

“Det her er rigtig godt TR-arbejde.” ☒

Har du brug for hjælp?

Tag fat i din tillidsrepræsentant, hvis du har brug for rådgivning om løn, ansættelsesforhold og meget mere. Du kan også altid få hjælp hos Danske Fysioterapeuter.

Skriv til ansat@fysio.dk



TILLYKKE MED UDDANNELSEN

Kom og bliv fejret!

Danske Fysioterapeuter inviterer dig, der er nyuddannet, til vores festlige fejring "Nål & Skål". Her modtager du foreningens emblem og kan få taget et professionelt portrætfoto til dit CV.

Vi glæder os til at se dig og dine medstuderende!



Tilmeld dig "Nål & Skål" i din by – scan QR-koden

KØBENHAVN · ROSKILDE · NÆSTVED · ODENSE · ESBJERG · AARHUS · HOLSTEBRO · AALBORG

Fås på apoteket og online



Jonas Vingegaard med Actimove Leukotape K

Leukotape K – den eneste kinesiotape, med dokumenteret holdbarhed i 9 dage.

Maksimal støtte. Minimal bekymring.



Scan QR-koden og læs mere om kinesiotapen Leukotape K

Actimove[®]

Feel good. Move better.

50588_0526



MÅLEREDSKABER OG TEST

Vidste du, at Dansk Selskab for Fysioterapi løbende tilføjer nye måleredskaber og opdaterer de eksisterende måleredskaber?

fysio.dk/maaleredskaber



Bowtech - Bowen Terapi Fascia og bindevævs Uddannelse med blid tilgang til smerte



- Blid behandling for klienten – og skånsom for behandleren
- Kan udføres uden på tøjet – praktisk og fleksibelt
- Velegnet til både liggende og siddende klienter
- Effektiv til både akutte og kroniske tilstande
- Mulighed for at behandle flere klienter på samme tid

Bowtech er en terapi, der ser på hele mennesket og hjælper kroppen med at finde balance. Den kan anvendes på alle – fra vugge til krukke!

Efter modul 1 kan du begynde at behandle klienter og få erfaring med denne effektive teknik.

- Nyborg den 20. - 21. juni 2026
- Horsens den 26. - 27. september 2026
- Græsted den 03. - 04. oktober 2026
- Roskilde den 17. - 18. november 2026
- Nyborg den 21. - 22. november 2026
- Billund den 05. - 06. december 2026
- Ålborg den 16. - 17. januar 2027



Tilmeld uddannelse

Følg kursusprogrammet for 2026 på vores hjemmeside.

maren@post.tele.dk ✉

www.bowtech.dk 🌐

Frederikshåbvej 49, 7183 Randbøl. 📍

Månedens bog

gads forlag

TRAUMER

Kroppen husker det, sindet har glemt

Uanset om vi forstår, hvordan vores oplevelser og erfaringer har præget os, vil kroppen reagere.

Med afsæt i traumbaseret forskning og neurofysiologisk viden, klinisk erfaring samt personlige indsigter viser Evaloa Schou i TRAUMER, hvordan healing sker gennem kroppen, i relationer og med nye erfaringer af tryghed.



FÅ 25% RABAT VED
KØB AF BOGEN PÅ
WWW.GAD.DK VED
BRUG AF
MEDLEMSKODEN:
FYSIO26

Evaloa Schou



Integration af neurodynamik i neurorehabilitering – INN®

Giv barnet bedre bevægelsesmuligheder
– lær INN® i praksis.

Kurset er for dig der er ergo-/ fysioterapeut og arbejder
med børn med handicap?

Lær at identificere og behandle neurodynamiske begrænsninger hos børn med CNS-lidelser og udviklingsforstyrrelser. Du får hands-on teknikker i undersøgelse, differentiering og mobilisering af neurale strukturer, klinisk ræsonnering samt planlægning af hjemmeprogrammer – direkte omsat til praksis med børn mellem modulerne.

Praktisk:

Datoer: 27.-30. okt. 2026 (uge 44) & 19.-22. jan. 2027 (uge 3)

Sted: BørneSpecialisterne, Bronzevej 11, 5250 Odense SV

Underviser: Nete S. Wellendorf, fysioterapeut, MSc PT, INN®-underviser

Pris: 14.995 kr. ekskl. moms • Fuld forplejning



Læs mere

Kun 12
pladser på
kurset

BØRNE
SPECIALISTERNE





Får du 5% i rente på din lønkonto?

En lønkonto er ikke bare en lønkonto. Heldigvis for dig er Danske Fysioterapeuter medejer af Lån & Spar. Derfor får du en lønkonto udover det sædvanlige og særlige fordele, du ikke finder andre steder:

- Danmarks højeste rente på lønkontoen
- Gratis kort og konti
- Personlig rådgiver, der kender dine vilkår
- Fagforeningsejet bank, der arbejder for fællesskabet

Få mere ud af dit medlemskab af Danske Fysioterapeuter – Ring **3378 1919** eller læs mere på lsb.dk/fysio

Vilkår

Du skal være medlem af Danske Fysioterapeuter og have afsluttet din uddannelse. Du samler hele din privatøkonomi hos Lån & Spar. Lønkonto MedlemsKunde er en del af en samlet pakke af produkter og services, som din økonomi kreditvurderes ud fra. De 5% i rente er på de første 50.000 kr. på lønkontoen. Fra 50.001-500.000 kr. er renten 0,00 %. Derefter er renten 0,50 %. Renten beregnes dagligt og tilskrives årligt. Rentesatserne er variable og gælder pr. 8. august 2025.

Se alle vilkår på lsb.dk/medlemsvilkaar. Du behøver ikke flytte dine realkreditlån. Men evt. ændringer og nye realkreditlån skal gå gennem Lån & Spar og Totalkredit.



Lån & Spar

Forskning



Statusartikler er oversigtsartikler, der beskriver den nyeste udvikling og forskning inden for et velafgrænset felt af relevans for fysioterapeuter.

Patienter med kronisk nyresygdom bør tilbydes hjælp til træning og fysisk aktivitet

Patienter med kronisk nyresygdom har nedsat fysisk kapacitet, men kan opnå betydelige forbedringer ved træning. Her kan fysioterapeuter spille en afgørende rolle, da de har den nødvendige viden om træning til syge mennesker.

KRONISK NYRESYGDOM er en langvarig og gradvist fremadskridende tilstand, hvor nyrenes evne til at filtrere blodet langsomt bliver nedsat. Det kan være en særdeles alvorlig lidelse, som både kan være en komplikation til andre sygdomme eller en primær diagnose, hvor patienterne ofte samtidig lider af andre sygdomme. Diagnosen stilles, når nedsat nyrefunktion eller tegn på nyreskade (typisk albuminuri, som er øget udskillelse af proteinet albumin i urinen) har været til stede i mindst tre måneder. Der er ofte ingen symptomer på sygdommen i dens tidlige stadier, diagnosen stilles typisk i forbindelse med kontrol af andre sygdomme. Sygdommen inddeles i fem stadier, hvor stadie 1–2 ofte

er lette og asymptomatiske, mens stadie 4–5 indebærer betydeligt funktionstab (se tabel 1).

Kronisk nyresygdom er ret almindelig, det rammer cirka 10 procent af den voksne befolkning, og er især udbredt blandt ældre. I 2023 var der ca. 625.000 voksne (20 år eller derover) i Danmark med sygdommen.¹ De hyppigste risikogrupper er personer med diabetes, hypertension, hjertekar-sygdom, overvægt, tobaksforbrug eller arvelige nyresygdomme. Mange patienter har flere sygdomme og komplekse medicinske forløb.

Når nyrerne fungerer dårligere, ophobes affaldsstoffer i kroppen, væskebalancen ændres, og hormonelle systemer påvirkes. Dette kan føre til træthed, muskelsvækkelse, nedsat kondition, anæmi, knoglepåvirkning og øget

Af



STIG MØLSTED

Lektor, seniorforsker,
ph.d., fysioterapeut

Afdeling for
Fysio- og Ergoterapi,
Nordsjællands Hospital

Hovedbudskaber

- 1** Patienter med kronisk nyresygdom kan gennemføre træning – også med høj belastning.
- 2** Træning forbedrer fysisk funktion, kondition og livskvalitet, især hos patienter i hæmodialyse.
- 3** Patientgruppen er underprioriteret i rehabilitering og mangler strukturerede træningstilbud.
- 4** Fysioterapeuter har centrale kompetencer til at implementere og varetage træning i behandlingen

risiko for hjertekar-sygdom. For fysioterapeuter betyder det, at patienterne ofte har lavere fysisk kapacitet og større træningsbarriere end andre patienter. Men samtidig er der også et stort potentiale for forbedring ved træning.

De fleste former for kronisk nyresygdom kan ikke helbredes, men progressionen kan bremses markant med medicin og livsstil. Mange patienter forbliver stabile i årevis.

Alvorlige konsekvenser for patienten

Når nyrefunktionen bliver alvorligt nedsat, skal patienterne leve med en række symptomer og restriktioner. I fasen, før der er behov for dialyse eller transplantation, skal patienterne ofte mindske proteinindtaget. Målet er at forsinke forværringen af nyrefunktionen og samtidig lindre symptomer, herunder kvalme. Når patienterne påbegynder dialysebehandling, er der ikke længere restriktioner for proteinindtag, men de skal leve med væskerestriktion og må ofte nøjes med højst en liter væske om dagen, specialkost med begrænsning af kalium og fosfat.² Derudover skal de passe den regelmæssige og tidskrævende dialysebehandling. På trods af den omfattende behandling er det muligt for patienterne at træne og dermed bevare noget normalt og givende i en situation med markante restriktioner.

Patienternes fysiske inaktivitet medfører tab af muskelmasse, muskelstyrke og funktion. Derudover er der sygdomsrelaterede faktorer, der bidrager til tabet af muskelmasse. Sygdommen gør, at kroppen nedbryder protein, så det overskrider proteinopbygningen. Det skyldes faktorer som kronisk inflammation, hormonelle forandringer, insulinresistens og selve dialysebehandlingen.²

Derudover lever patienterne ofte med fatigue, som medvirker til inaktivitet. Den reducerede fysiske funktion skyldes således flere faktorer, og patienterne risikerer en nedadgående spiral, hvor lavere funktionsniveau medfører lavere grad af fysisk aktivitet og omvendt.

På trods af flere gode tilbud om træning til patienter med kroniske sygdomme i Danmark, er der ikke et etableret standardiseret tilbud eller retningslinje om træning til patienter i dialysebehandling eller i anden behandling af nyresvigt. Selvom patienterne ofte har andre kroniske sygdomme som gigt, KOL eller hjertesygdom, falder de ofte uden for de eksisterende patientforløb på grund af deres komplekse sygdomsbillede. Indenfor nefrologien (det lægevidenskabelige speciale indenfor nyresygdomme) er der ikke et særligt fokus på fysisk aktivitet og træning til patientgruppen, hvilket er et problem både i Danmark og mange andre lande.³ Men patienterne vil gerne være mere fysisk aktive og ønsker tilbud om træning.⁴ De kan dog være tilbageholdende med at spørge til muligheden for træning under dialyse, da de mener, det kan forstyrre personalet i deres arbejde.

Sygdomsstadier

Kronisk nyresygdom inddeles i fem stadier ud fra nyrefunktionen. Man kan vurdere nyrefunktion med estimeret glomerulær filtrationsrate (eGFR), som er et tal for nyrernes evne til at rense blodet for affaldsstoffer. Stadie 1 er den mildeste grad, og symptomerne stiger med stadierne. I stadie 4 er der tale om alvorlig reduktion af nyrefunktionen, og den sværeste grad er stadie 5, som er behandlingskrævende² (se tabel 1 om stadietinddeling).






Behandling af kronisk nyresygdom

I stadiet 5 skal den manglende nyrefunktion erstattes med dialysebehandling eller nyretransplantation, medmindre aktiv behandling fravælges. Dialyse kan være hæmodialyse, hvor blodet renses ved at blive pumpet fra kroppen og gennem et filter i en maskine, eller peritonealdialyse (også kaldet posedialyse) der udføres i eget hjem ved brug af væske, som føres ind bag kroppens bughinde. I 2023 var der 2.740 patienter i hæmodialyse og 758 i posedialyse i Danmark.⁵ Hæmodialyse udføres typisk tre gange fire timer om ugen på hospitalet, og posedialyse udføres oftest hjemme hver nat med en maskine.

Derudover levede 3.574 danskere i 2023 med en transplanteret nyre,⁵ og et betydeligt større antal personer havde nedsat nyrefunktion, endnu uden behov for erstatningsterapi. Størstedelen af patienterne i stadiet 5 kan ikke tilbydes nyretransplantation pga. for dårlig sundhedstilstand, og dermed skal de resten af livet leve med dialysebehandling. Blandt gruppen i dialysebehandling er 65 procent mere end 60 år, to tredjedele er mænd, og 28 procent har diabetes som årsag til nyresygdommen.⁵ Den mest synlige gruppe blandt nyrepatienterne er patienter i behandling med hæmodialyse. Det vil oftest være dem, som fysioterapeuter møder i sundhedsvæsenet.

Behandling af kronisk nyresygdom er forbundet med store udgifter for sundhedsvæsenet. Hæmodialysebehandling koster minimum en halv million kroner per patient årligt,⁶ hvortil der skal lægges udgifter til behandling af komplikationer mm. Sygdommen har ofte også store personlige konsekvenser i form af nedsat livskvalitet, tab af muskelstyr-

Tabel 1. Stadietinddeling af kronisk nyresygdom

Stadie	eGFR (ml/min/1,73 m ²)	Nyre-funktion	Typiske symptomer	Særlige forhold ved træning
 G1	≥ 90	Normal	Ofte asymptomatisk	Ingen
 G2	60–89	Let nedsat	Let træthed	Træthed som barriere
 G3	30–59	Mild/svært nedsat	Træthed, nedsat kondition	Træthed som barriere
 G4	15–29	Svært nedsat	Udtalt træthed, muskelsvaghed	Anæmi og muskeltab som barriere
 G5	< 15	Nyresvigt	Uremiske symptomer*, lav fysisk kapacitet	Anæmi, muskeltab og dialyse som barriere

*Uremiske symptomer: Uremi er en tilstand, hvor affaldsstoffer ophobes i blodet. Symptomerne er træthed, nedsat koncentrationsevne, kvalme, appetitløshed, hudkløe, muskelkramper, metallisk smag i munden, ødemer og forstyrrelser i salt- og syrebalancen.

ke og funktionsniveau.⁷ Fysisk inaktivitet ses ofte ved kronisk nyresygdom,⁸ derfor er fysisk træning en særdeles vigtig intervention i den samlede behandling af patienterne. Fysioterapeuter har de nødvendige kompetencer til at hjælpe patienterne med at bevæge sig mere.


Træning i praksis

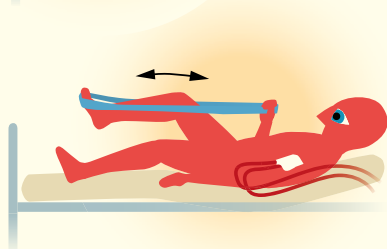
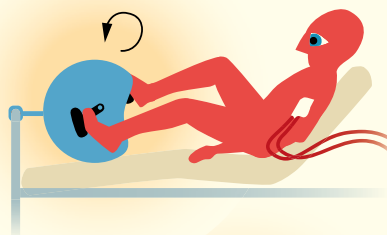
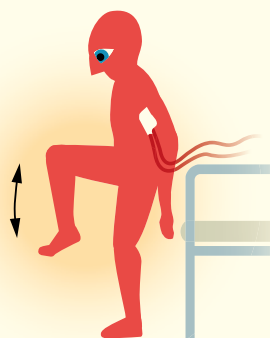
Træning til patienter med kronisk nyresygdom er relevant både som forebyggelse og rehabilitering. Nogle studier har vist, at træning kan bremse hastigheden for tab af nyrefunktion hos patienter, der endnu ikke er i dialysebehandling, men der er ikke en klar evidens for en sådan effekt.⁹ Træning kan dog have andre forebyggende effekter, f.eks. på insulinresistens,¹⁰ som kan optræde hos patienter både med og uden diabetes.

Den rehabiliterende effekt af træning er primært dokumenteret hos de patienter, der bliver behandlet med hæmodialyse. Hos denne gruppe er der høj grad af evidens for træ-

Øvelser

Eksempler på træning, der kan laves under dialyse. Du kan finde videoer med viden og inspiration til træning under dialyse på Helbredsprofilen

 kortlink.dk/2ufr7



ningseffekt på fysisk funktion, livskvalitet og aerob kapacitet.¹¹⁻¹³ Flere studier har vist, at det er muligt at øge muskelstyrken med styrketræning,¹⁴ og at generel fysisk aktivitet hænger sammen med en nedsat risiko for død.^{15,16}

Den anbefalede træning til patienter i behandling med dialyse er en kombination af konditions- og styrketræning. Der er dog også påvist positive effekter efter konditions- eller styrketræning alene, hvor styrketræning med høj belastning også er mulig at gennemføre.¹⁷ Anbefalingerne af træningens varighed, hyppighed og intensitet ligner klassiske anbefalinger med tre gange en time om ugen i mindst 12 uger ved moderat til hård intensitet. Den kroniske nyresygdom sætter ikke specielle begrænsninger for træningen, men samtidige lidelser som diabetes, KOL og artrose bør medføre opmærksomhed på henholdsvis lavt blodsukker, åndenød og smerter fra bevægeapparatet. Som ved andre kroniske sygdomme er det helt afgørende under interventionen at have fokus på tiden efter den superviserede træning, hvor patienten selv skal opretholde et aktivitetsniveau.

Det er muligt at træne under hæmodialyse, selvom patienten på grund af den eksterne blodtransport til og fra dialyseapparatet er

lokaliseret til et lille område. Patienten kan lave liggende og siddende øvelser med elastikker, håndvægte, sengecykler mm. Nogle patienter vil også kunne lave stående øvelser ved siden af sengen og dialyseapparatet. Der er dokumenteret god effekt af sådanne indsatser på de førnævnte variabler fysisk funktion, livskvalitet og aerob kapacitet.¹¹⁻¹³ Træning under hæmodialyse foregår bedst i starten af behandlingen, da blodtrykket kan falde i løbet af behandlingen. Hos patienter, der lever med en nyretransplantation, er der også god evidens for effekt af træning på fysisk funktion og kondition,¹⁸ men disse patienter ser fysioterapeuter formodentlig sjældent, da gruppen adskiller sig med generelt bedre helbred i forhold til dem i dialysebehandling.

Organisering af behandling

Da antallet af patienter i dialysebehandling er betydeligt lavere end større kroniske sygdomme som diabetes, iskæmisk hjertesygdom og KOL, får denne patientgruppe mindre opmærksomhed i forhold til rehabilitering. Der findes ikke forløbsprogrammer, og der er ikke klare anbefalinger om fysisk aktivitet i de eksisterende nationale retningslinjer til patientgruppen. På trods af, at patienterne ofte har et komplekst sygdomsbillede med specielle symptomer, en højteknologisk og krævende behandling samt flere andre kroniske sygdomme, kan de dog deltage i andre patientgruppers rehabiliteringsprogrammer. Men for at løfte graden af fysisk aktivitet – specielt til patienterne i dialysebehandling – er der behov for mere oplysning, uddannelse og struktur indenfor patientbehandlingen. Nogle dialysecentre har tilbud om selvtræning

Fysioterapeuters kompetencer er helt oplagte at inddrage i behandlingen af patienter med kronisk nyresygdom

med sengecykel under dialyse. De fleste steder varetager sygeplejerskerne tilbuddet, men der er også afdelinger, hvor det foregår i samarbejde med fysioterapeuter.

Som et minimum bør afdelingerne, der behandler patienterne – med eller uden dialyse – have et fokus på regelmæssig dialog om fysisk aktivitet og træning med patienterne. Dette indebærer også at have informationsmateriale med anbefalinger for fysisk aktivitet og vejledninger om træning. Det vil være endnu bedre, hvis behandlingen inkluderer personlig instruktion i fysisk aktivitet eller træning, eller afdelingen har deciderede træningstilbud med eller uden supervision. Disse indsatser bør udføres i samarbejde med fysioterapeuter, som vil kunne undervise patienter og pårørende samt personale i emnet. Fysioterapeuter vil også være den mest oplagte faggruppe til at instruere patienterne i træning eller til at lede superviserede tilbud, pga. behovet for viden om både patologi og træning. Det må derfor anbefales, at afdelinger med ambulat behandling af patienter med kronisk nyresygdom laver en plan for fysisk aktivitet til patienterne, hvilket med fordel kan foregå i samarbejde med fysioterapeuter. Et dansk studie har vist et positivt udgangspunkt for en sådan indsats, idet både sygeplejersker og læger indenfor nyrespecialiet så positivt på fysisk aktivitet og træning til patienterne.¹⁹

Fysioterapeutens rolle

Fysioterapeuter møder patienter med kronisk nyresygdom flere steder i klinikken. Det kan være ambulat til generel genoptræning eller i rehabiliteringsforløb for andre kroniske sygdomme som hjertesvigt eller diabetes. Det kan

også være under indlæggelse, hvor årsagen f.eks. er infektion, amputation eller apopleksi. I sådanne tilfælde behøver der som regel ikke være særlige begrænsninger i den fysioterapeutiske behandling, men patienternes nyresygdom kan reducere energiniveauet og være årsag til markant nedsat fysisk funktion og kapacitet.

Patienter med svært nedsat nyrefunktion er ofte ældre og har tilstødende kroniske sygdomme. Patientgruppen har derfor en relativ høj dødelighed. I den fysioterapeutiske behandling er det dermed rimeligt i visse situationer at vurdere behovet for rehabilitering sammen med overvejelser om palliation. Der er som bekendt ikke en skarp opdeling mellem behov for rehabilitering og palliation, og det må anbefales, at man i tvivlstilfælde sammen med det henvisende personale vurderer, om en henvisning til rehabilitering er det rette for patienten, eller om palliation i højere grad skal overvejes. Dette kræver naturligvis samtaler med patienten og eventuelt de pårørende.

Som opsummering er det vigtige budskab, at fysioterapeuters kompetencer er helt oplagte at inddrage i behandlingen af patienter med kronisk nyresygdom. Der er behov for at kunne integrere arbejdet med træning og fysisk aktivitet sammen med viden om håndtering af patienter, der har flere kroniske sygdomme. Det er positivt, at der på afdelinger for nyresygdom i de seneste år er kommet øget fokus på nødvendigheden af mere fysisk aktivitet til patienterne. Det bør følges op med, at der udvikles nye strukturerede tiltag, hvor fysioterapeuter deltager med deres kompetencer i et tværfagligt samarbejde. ☒



Download [referencelisten](#) i onlineudgaven af artiklen på fysio.dk/fysioterapeuten



Leder

Jeanette Præstegaard
Formand for Danske Fysioterapeuter

På vej mod nye tider

MÅR DU LÆSER disse linjer, er kalenderbladet formentlig lige omkring d. 17. juni, hvor repræsentanterne i Danske Fysioterapeuter sidder samlet i Nyborg til ekstraordinært repræsentantskabsmøde. Vi drøfter et forslag, som en samlet hovedbestyrelse har lagt frem. Forslaget handler om, hvordan Danske Fysioterapeuter fremover kan organisere sig, så det bliver muligt at indgå overenskomster mellem ansatte og arbejdsgivere i praksissektoren. En adskillelse af ansatte og arbejdsgivere på det, der handler om løn og vilkår i klinikkerne og samtidig en forbundethed på alt det andet, der handler om fag og medlemskab.

Af gode grunde kan jeg i skrivende stund ikke forudsige, hvad repræsentantskabet beslutter sig for den 17. juni i Nyborg. Men jeg vil ikke lægge skjul på, at jeg er meget spændt på udfaldet, og jeg håber naturligvis, at forslaget bliver vedtaget. Det gør jeg af mange grunde.

Vi har i min optik brug for at sikre 'den danske model' i de private klinikker. Det betyder, at ansatte og arbejdsgivere reelt kommer til at forhandle om løn og vilkår og indgå overenskomster – et nybrud i forhold til den basiskontrakt, som er aftalen, der hidtil har dannet grundlag for ansættelsen. Samtidig er det bedst for faget, at vi fysioterapeuter stadig er samlet i én forening omkring alt det, der handler om det faglige, uddannelse og politisk interessevaretagelse.

Forslaget, som vi drøfter i Nyborg, er blevet til hen over et lille års intenst og grundigt forarbejde med et dybt engagement fra alle involverede parter. Min klare fornemmelse gennem hele dette forberedende arbejde har været, at alle har ønsket at få det til at lykkes og har set muligheder frem for begrænsninger.

Mit håb er, at vi efter det ekstraordinære repræsentantskabsmøde den 17. juni står med en ændret organisering, som i mine øjne vil sikre foreningen og forløse fagets kæmpe potentialer i mange år fremover. ☒

Læs mere om den nye struktur i foreningen på side 60. »»

Vi har i min optik brug for at sikre 'den danske model' i de private klinikker



Politisk varetægelse

Ny undersøgelse viser barrierer for fysioterapi

Smerter i muskler og led har forhindret hver anden dansker i at gå på arbejde eller udføre dagligdags aktiviteter indenfor en fireugers periode. Men én ud af fire søger ikke hjælp hos en fysioterapeut, fordi egenbetaling er en barriere. Det viser en analyse fra Norstat, som Danske Fysioterapeuter har bestilt.

Sundhedsmonitor bragte et debatindlæg om undersøgelsen den 9. april.

Politisk varetægelse

Kampagne for en muskelskelet-handleplan

Muskel- og skelet smerter koster det danske arbejdsmarked 22.000 fuldtidsstillinger hvert eneste år som følge af langtidssygefravær. Det vil Danske Fysioterapeuter gerne have lavet om på. Derfor har foreningen sammen med 3F, Gigtforeningen, Ergoterapeutforeningen, Dansk Firmaidræt, Forsikring og Pension og FOA kørt en massiv kampagne hele foråret. Budskabet er, at en kommende regering skal lave en handlingsplan for muskel- og skelet smerter.

 **Find debatindlæg, interviews, faktaark og annoncer på fysio.dk/muskelskelet**



Akademisering

Kandidat i muskuloskeletal fysioterapi lukker

Kandidatuddannelsen i muskuloskeletal fysioterapi, som har været udbudt på Aalborg Universitet siden 2019, lukker ved udgangen af 2029. Det fortæller viceinstituteder ved Aalborg Universitet, Trine Fink. Årsagen til lukningen er, ifølge Trine Fink, regeringens kandidatreform, som har pålagt universiteterne at skære i kandidatuddannelserne. At det er gået ud over den muskuloskeletale kandidatuddannelse skyldes primært et lavt optag.

Det er stadig muligt at gennemføre den toårige kandidatuddannelse i muskuloskeletal fysioterapi med start i enten september 2026 eller 2027. Der åbnes for ansøgning til ledige studiepladser den 20. juni.

 **Læs artiklen på fysio.dk/kandidat-luk**

Sommeråbent i Danske Fysioterapeuter

Sekretariatets åbningstider

Du kan kontakte servicelinjen alle hverdage fra

1. juli til 7. august fra kl. 9-12.

Ring på 33 41 46 20, eller send en mail til fysio@fysio.dk



Nyuddannet

Ansøgning om autorisation

Er du netop blevet færdig med din uddannelse? Så husk at søge Styrelsen for Patientsikkerhed om autorisation som fysioterapeut. Styrelsen får automatisk besked fra dit uddannelsessted, når du har bestået. Det koster 1.362 kr. i gebyr at få udstedt en autorisation.

 Du finder ansøgningskema på stps.dk via kortlink.dk/2uppn

Rabat på kontingent

Som nyuddannet får du rabat på dit kontingent hos Danske Fysioterapeuter frem til 1. oktober 2026. Den første måned efter dimission betaler du fortsat studiekontingent, og de næste to måneder får du mere end 50 procent rabat på et almindeligt medlemskab. Du kan forlænge rabatperioden, hvis du er ledig, på orlov eller sygemeldt uden løn.

 Læs mere på fysio.dk/nyuddannet

Brug din fagforening

Som medlem af Danske Fysioterapeuter kan du få rådgivning, uanset om du er nyansat, jagter dit første job eller er startet som selvstændig. Du kan blandt andet få hjælp til kontrakttjek, inspiration til jobsøgning, kursus i journalføring og adgang til faglige netværk og webinarer.

 Læs mere på fysio.dk/nyuddannet

Rådgivning

Har du styr på feriereglerne?

Sommerferien kaldes også hovedferien, og du har ret til at holde tre ugers sommerferie i hovedferieperioden, som løber fra 1. maj til udgangen af september måned. Hvis du har børn, der går i skole, skal arbejdsgiver så vidt muligt imødekomme dit ønske om at holde ferie i skolernes ferieperiode. Bliver du syg under ferieafholdelse, har du mulighed for at få erstatningsferie. Retten til erstatningsferie gælder først, når du har været syg i mere end fem feriedage ud af 25 optjente. Du får altså ikke erstatningsferie for de første fem sygedage.

 Læs mere på fysio.dk/ferieregler25





Danske Fysioterapeuters Forskningsfond

Mangler du midler til et projekt?

Husk, at du som medlem kan søge midler til forsknings- og udviklingsprojekter hos Danske Fysioterapeuters forskningsfond. Du kan søge midler inden for hovedområderne forskning og praksisudvikling. Ansøgningsfrist er 1. oktober.

 Læs mere på fysio.dk/fond

Forskning i praksis

Ansøgningsfrist er 1. oktober

Vil du forske i emner indenfor praksissektoren? Fysioterapipraksisfonden uddeler hvert år midler til forsknings- og kvalitetsudviklingsprojekter inden for fysioterapi i praksissektoren, samt til videreuddannelse af praktiserende fysioterapeuter under praksisoverenskomsten. Praksisfonden har frist for ansøgninger 1. oktober 2026 kl. 12.

 Læs mere på kortlink.dk/2upp3

Efter- og videreuddannelse

Den kommunale kompetencefond

Er du ansat i en kommune, og mangler du midler til efter- og videreuddannelse? Den kommunale kompetencefond åbner for ansøgninger den 1. september og den 1. november 2026 kl. 10.

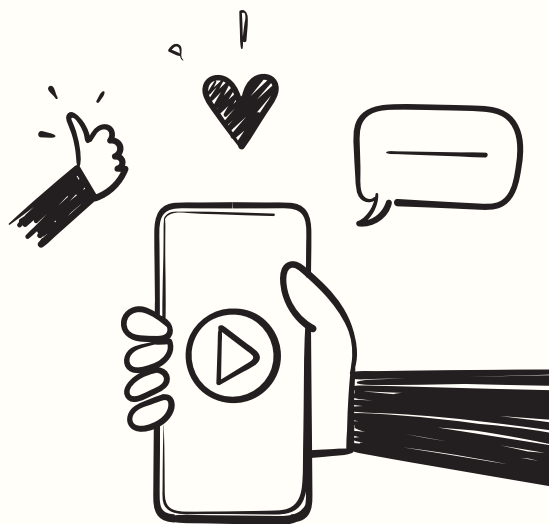
 Læs mere på fysio.dk/kompetencefonde

Arbejdsgiver

Vil du ansætte en studerende?

Må du ansætte en fysioterapeutstuderende til vikariater og lignende? Chefkonsulent Gurli Petersen hos Danske Fysioterapeuter giver tre konkrete råd til dig, der vil give en studerende mulighed for at lave fysioterapi i et studiejob. Du skal blandt andet være opmærksom på ansættelseskontrakten, løbende supervision og dit ansvar som arbejdsgiver.


 Læs de tre råd her fysio.dk/ansaet-stud



Markedsføring

Video på SoMe?

Hvad må du markedsføre med video på sociale medier? Loven siger, at du som autoriseret sundhedsperson ikke må markedsføre sundhedsfaglige ydelser med levende billeder på sociale medier. Vi har for nylig spurgt Styrelsen for Patientsikkerhed, om fysioterapeuter lovligt må markedsføre f.eks. fitness med levende billeder. Styrelsen for Patientsikkerhed oplyser, at du gerne må markedsføre ydelser som rasktræning, wellness eller fitness med video på sociale medier.

 Læs mere om reglerne på fysio.dk/markedsforing

OK26

Hvad kom der ud af OK26?
Se, hvad det betyder for dig

92,7 procent stemte ja

Medlemmerne af Danske Fysioterapeuter stemte ja til OK-aftalen på de offentlige områder. Hele 92,7 procent stemte ja til de kommunale, statslige og regionale områder, og stemmeprocenten var historisk høj med 54,3 procent. Forhandlingsresultatet indeholder mange af de krav, som stod øverst på ønskesedlen fra kravindsamlingen før jul. Her deltog 42 procent af medlemmerne.

Det store engagement glæder formand for Danske Fysioterapeuter Jeanette Præstegaard utrolig meget:

“Jeg må konstatere, at medlemsengagementet og medlemsdemokratiet i dén grad trives hos Danske Fysioterapeuter. Derfor tillader jeg mig også at konstatere, at vi har ramt plet på mange af de ønsker, medlemmerne har haft,” siger Jeanette Præstegaard.

Næst efter mere i løn var fritvalgsordningen et stort ønske. Ordningen træder først i kraft 2028.

“Det er noget helt nyt, vi får. Hele 2027 vil overordnet og praktisk blive brugt på at finde ud af, hvordan ordningen skal implementeres på bedste vis ude på arbejdspladserne,” tilføjer Jeanette Præstegaard.



Læs mere på fysio.dk/OK26, hvor du kan dykke mere ned i detaljerne på de enkelte områder.

For dig, der er ansat i en kommune

- Lønudvikling og reallønsforbedring
- Ny fritvalgsordning, så du kan vælge mellem løn, pension og frihed
- Mere fleksible regler for ferie og merarbejde, bedre mulighed for at spare op
- Fritvalgsdag for dem, der hverken har omsorgsdage eller seniordage
- Bedre funktionalitet og transparens i lokal løndannelse
- Familiepakke med bedre vilkår for barns sygdom og nye rettigheder på familieområdet
- Fokus på psykisk arbejdsmiljø, forebyggelse af stress, tidlig indsats ved langtidssygemelding og ret til dialog ved livsfase
- Kompetencefond videreføres
- Grundtillæg med fuldt gennemslag til ledere på 8.173 kroner årligt.
- Honorering af deltidsansattes overarbejde
- Projekt og styrket dialog om lokal arbejdstilrettelæggelse
- Ny aftale om hviletid og fridøgn
- Projekt som skal sætte fokus på god ledelse og lederliv i balance



For dig, der er ansat i en region

- Lønudvikling og reallønsforbedring
- Ny fritvalgsordning, så du kan vælge mellem løn, pension og frihed
- Mere fleksible regler for ferie og merarbejde, bedre mulighed for at spare op
- Fritvalgsdag for dem, der hverken har omsorgsdage eller seniordage
- Bedre funktionalitet og transparens i lokal løndannelse
- Familiepakke med bedre vilkår for barns sygdom og nye rettigheder på familieområdet
- Fokus på psykisk arbejdsmiljø, forebyggelse af stress, tidlig indsats ved langtids sygdom og ret til dialog ved livsfase
- Kompetencefond videreføres
- Selvstændig cheftale, ledere, der leder ledere. Grundlønstillæg på 14.000 kroner årligt, 22 procent pension
- Honorering af deltidsansattes overarbejde
- Aftale om gensidig dialog og fleksibilitet om løntilrettelæggelse lokalt
- Ny aftale om hviletid og fridøgn
- Alle, der havde områdetillæg 0, får fremover områdetillæg 1

For dig, der er ansat i staten

- Lønudvikling og reallønsforbedring
- Ny fritvalgskonto, så du kan vælge mellem løn, pension og frihed
- Mere fleksible regler for ferie og merarbejde, mulighed for at spare op.
- Fritvalgsdag for de 41-61 årige
- Mulighed for 2 ekstra seniordage
- Bedre funktionalitet og transparens i lokal løndannelse
- Familiepakke med bedre vilkår for barns sygdom og nye rettigheder på familieområdet
- Fokus på psykisk arbejdsmiljø, forebyggelse af stress, tidlig indsats ved langtids sygdom og ret til dialog ved livsfase
- Kompetencefond videreføres
- Samme forbedringer som øvrige statsansatte
- Honorering af deltidsansattes merarbejde
- Ny karrierevej/stillingskategori for faglige eksperter

Ny struktur i foreningen?

17. juni mødtes repræsentantskabet i Danske Fysioterapeuter ekstraordinært for at drøfte en ændring af organisationen. Men hvad handler det egentlig om? Hvorfor er forslaget stillet? Og hvad er konsekvenserne? Vi har talt med formand Jeanette Præstegaard og repræsentanter for dem, som vil blive berørt af ændringen.

JEANETTE PRÆSTEGAARD

Formand for Danske Fysioterapeuter:

Hvorfor skal organisationen ændres?

Der har været et stort ønske om, hos foreningens arbejdsgivere og lønmodtagere i praksissektoren, at vi får lavet en struktur i foreningen, som gør det muligt, at vi kan indgå en overenskomst efter den danske arbejdsmarkedsmodel. På den måde vil vi sikre ens løn og arbejdsvilkår for de ansatte i klinikkerne, og vi vil også sikre, at arbejdsgiverne får en klar rolle og et tydeligt mandat. Det kræver en vedtægtsændring. En enig hovedbestyrelse har derfor fremlagt et forslag, som repræsentantskabet skal drøfte den 17. juni.

Hvordan griber man sådan en proces an?

Vi startede med at lade os inspirere af, hvad andre foreninger, der har siddet i samme situation som Danske Fysioterapeuter, har gjort. Vi har bl.a. talt med og skelet til løsningerne i Lægeforeningen, Arkitektforeningen og Dyrslægeforeningen. Dertil har vi inddraget, via open call på hjemmesiden, ansatte i klinikkerne, indlejere og klinikejere med arbejdsgiveransvar. På baggrund af disse input, advokatvurderinger og politiske drøftelser, har hovedbestyrelsen og sekretariatet udviklet et forslag, som vi lægger frem til Repræsentantskabet. Og som vi selvfølgelig håber, bliver vedtaget.

Hvad går forslaget ud på?

Hovedbestyrelsen foreslår, at vi fortsat skal være en samlet forening, der er forbundet på alt det, der binder os sammen, nemlig fag, uddannelse og de store sundhedspolitiske dagsordener, hvor det er helt naturligt, at fysioterapeutfaget fylder. Og så skal vi være adskilt på det, der handler om løn og vilkår i klinikkerne. Det betyder, at klinikejere med arbejdsgiveransvar bliver adskilt i en egen selvstændig Fysioterapeuternes Arbejdsgiverforening, og at de ansatte og indlejerne fra nu af bliver organiseret i hver deres søjle, når det angår løn og vilkår.

Hvad er konsekvenserne, hvis forslaget bliver vedtaget?

Det betyder, at en ekstern, uafhængig arbejdsgiverforening kan indgå formelle overenskomster med ansatte i klinikkerne efter den danske model. Det vil styrke os som forening, og det vil styrke vores sammenhold. Af gode grunde ved jeg jo ikke, hvordan verden ser ud efter den 17. juni – når bladets læsere ser disse ord – men der er ingen tvivl om, at det er en vigtig beslutning, som repræsentantskabet skal træffe, og det bliver afgørende for, at vi sammen kan komme til at stå stærkere.

TINA RANK FRANZEN

Talsperson for Fysioterapeuternes Arbejdsgiverforening:

Hvilke konsekvenser vil en opdeling i foreningen få for dig og andre arbejdsgivere?

“Formålet med at etablere en arbejdsgiverforening er at gøre det muligt at indgå overenskomster for de ansatte på klinikkerne. Samtidig ønsker vi at fastholde en samlet forening gennem forbundethed, men med en tydelig organisatorisk adskillelse. Det er vigtigt, at vi bruger den politiske energi på at manifestere vores fag, styrke fysioterapiens position og skabe flere arbejdspladser for fysioterapeuter. Frem for at bruge kræfterne på interne konflikter om holdninger til praksissektoren og basiskontrakter, ligesom vi skal væk fra negativ ladet portrættering af praksissektoren. Det skal nu vendes til én samlet positiv udvikling af vores fælles fag fremadrettet.”

JANNI RAHBEK

Deltog i arbejdsgruppen med indlejere i udarbejdelsen af det forslag, repræsentantskabet stemmer om :

Hvad tror du, en ændring i Danske Fysioterapeuters struktur vil betyde for indlejerne?

“Jeg tror, at vi vil opnå, at flere arbejdsgivere får en bedre forståelse for, at en indlejer faktisk er en selvstændig enhed, der skal lave en kontrakt med en klinik. Vi er ikke ligesom de ansatte og har faktisk nogle rettigheder, fordi vi er selvstændige. Det handler om at få lavet et godt samarbejde med arbejdsgiverne, så de ved, at lejere er nogle andre end dem, der er ansatte.”

MATHIAS GAMMELGAARD

Deltog i arbejdsgruppen med ansatte i udarbejdelsen af det forslag, repræsentantskabet stemmer om:

Hvad tror du, at en ændring i Danske Fysioterapeuters organisering vil betyde?

“Jeg tror, at vi som ansatte vil føle, at vi får mere medindflydelse, og at vi kan bruge vores fagforening til mere. Hvis der kommer mere faste rammer omkring en overenskomst, så føler vi jo også, at vi har noget at skulle sige i forhandlinger, f.eks. i forhold til at komme med krav om, hvordan vores arbejdsdag skal være, og hvordan vi ser på vores vilkår.”

 Du kan læse mere om, hvad repræsentantskabet besluttede, på: fysio.dk/exrep2026



Kursus	Datoer	Link
Fysioterapi til mennesker med psykiske lidelser (Odense)	Modul 1: 10.-12. aug. 2026. Modul 2: 9.-11. nov.	psykfys.dk
Introduktionskursus til sportsfysioterapi (København)	13.-14. aug. 2026	sportsfysioterapi.dk
Introduktionskursus til sportsfysioterapi (Horsens)	26.-27. aug. 2026	sportsfysioterapi.dk
Akupunktur og dry needling 1 (Horsens)	28- 30. aug. 2026	dsa-fysio.dk
Grundkursus i basal fysioterapi og træning i vand 2026 (København)	29.-30. aug. 2026	bassinfysioterapi.dk
Introduktion til mekanisk diagnostik og terapi: Lumbalcolumna (Part A) (Risskov)	4.-6. sep. 2026	dk.mckenzieinstitute.org
Nedre kvadrant 1 (Horsens)	6.-8. + 27.-28. sep. 2026	muskuloskeletal.dk
Når de mindste udfordrer – klinisk blik, test og intervention i børnefysioterapien (Kastrup)	16. sep. 2026	boernefysioterapi.dk
Smerte del 1 (Horsens)	18.-19. sep. 2026	muskuloskeletal.dk
Træning og fysisk aktivitet 1 (Svendborg)	18.-20. sep. 2026	muskuloskeletal.dk
Træning til hjertepatienter (Bispebjerg)	23. sep. 2026	hjertelungefysioterapi.dk
La Santa - ultralyd kurser UE og OE	25. sep.- 2. okt. 2026	sportsfysioterapi.dk
Basic body awareness therapy 2 (Kerteminde)	28. sep. - 2. okt. 2026	psykfys.dk
Respirationsfysioterapi – basis kursus (Hvidovre)	28.-30. sep. 2026 + 9. nov. 2026	hjertelungefysioterapi.dk
Øvre kvadrant 1 (Tårnby)	1. -3. + 30. okt. 2026	muskuloskeletal.dk
UE-træning efter neuroplastiske principper til mennesker med erhvervet hjerneskade (Næstved)	1.-3. okt. 2026	neurofysioterapi.dk
Mobilisering og manipulation (Horsens)	2.-4. okt. 2026	muskuloskeletal.dk
Basisuddannelse i ultralydsscanning UE (Odense)	6.-7. okt. 2026	sportsfysioterapi.dk
BBAT-fordybelsesdage 2026 (Kerteminde)	26.-28. okt., start mandag 12.30 og slut onsdag 14.45	psykfys.dk
Brystkræft og fysioterapi (Århus)	5.-7. nov. 2026	onkpalfysio.dk

Akupunktur og dry needling 1 (Horsens)

På dette første kursus lærer du at kombinere akupunktur og dry needling som effektive redskaber i smertebehandling. Du får solid viden og praktiske færdigheder, så du kan bruge nåle sikkert og målrettet i klinikken fra dag ét.

Dato: 28- 30. august 2026

Tilmelding: dsa-fysio.dk



Introduktion til mekanisk diagnostik og terapi: Lumbalcolumna (Part A) (Risskov)

Kurset introducerer de grundlæggende principper i Mekanisk Diagnostik og Terapi (MDT) med fokus på undersøgelse, klassifikation og behandling af patienter med smerter fra lumbalcolumna og relaterede symptomer i underekstremiteten.

Dato: 4 -6. september 2026

Tilmelding: dk.mckenzieinstitute.org

Træning til hjertepatienter (Bispebjerg)

Få opdateret din viden om hjertesygdom, test, evidensbaseret træning i teori og praksis, fastholdelse af træning og angstproblematik.

Dato: 23. september 2026

Tilmelding: hjertelungefysioterapi.dk



Nedre kvadrant 1 (Horsens)

Et centralt modul i diplomuddannelsen i muskuloskeletal fysioterapi, hvor du arbejder i dybden med klinisk ræsonnering, diagnostik og intervention i den nedre kvadrant.

Dato: 6.-8. + 27.-28. september 2026

Tilmelding: muskuloskeletal.dk



Når de mindste udfordrer - klinisk blik, test og intervention i børnefysioterapien (Kastrup)

Skærp dit kliniske blik og styrk din kliniske ræsonnering for at identificere subtile motoriske afvigelser hos spædbørn og småbørn 0-19 mdr. Lær at dosere intervention og differentiere mellem hands-on behandling, vejledning og klinisk opmærksomhed. Lær, hvordan indsatsen kan justeres og progredieres i takt med barnets udvikling.

Dato: 16. sep. 2026

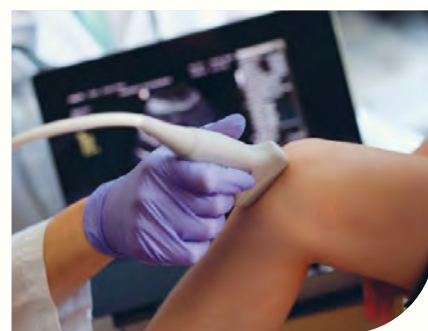
Tilmelding: boernefysioterapi.dk

UE-træning efter neuroplastiske principper til mennesker med erhvervet hjerneskade (Næstved)

Dette 3-dags kursus retter sig mod fysioterapeuter, der arbejder med mennesker med erhvervet hjerneskade. Kursets indhold vil også være anvendeligt for fysioterapeuter, som arbejder med anden neurologisk genoptræning hos mennesker med motoriske læringsmål.

Dato: 1.-3. oktober 2026

Tilmelding: neurofysioterapi.dk



Basisuddannelse i ultralydsscanning UE (Odense)

Få en praksisnær introduktion til muskuloskeletal ultralydsscanning med fokus på teknologiens muligheder, basale projektioner og sikker tolkning af fund.

Dato: 6.-7. oktober 2026

Tilmelding: sportsfysioterapi.dk

BBAT-fordybelsesdage 2026 (Kerteminde)

Fokus på overgange som mikropauser og stressreduktion i hverdagen. Inspiration til, hvordan du kan bruge BBAT på en levende måde, udbygge og vedligeholde dine kompetencer.

Dato: 26.-28. oktober, start mandag 12.30 og slut onsdag 14.45

Tilmelding: psykfy.dk

Regionsarrangementer	Datoer	Link
Netværksmøde for bassinfysioterapeuter i Region Syddanmark	19. aug. 2026	fysio.dk/netvaerk-syddanmark-bassin26
Manuel behandling – hvad gør vi i 2026? Region Nordjylland	9. sep. 2026	fysio.dk/nordjylland-manuel-behandling26
Netværksmøde om amputation, Fyn, Region Syddanmark	15. sep. 2026	fysio.dk/netvaerk-syddanmark-amput26
'Ligevægt' – et nyt netværk i Syddanmark	18. sep. 2026	fysio.dk/netvaerk-syddanmark-ligevaegt26
Netværksmøde for visitatorer i Region Syddanmark	21. sep. 2026	fysio.dk/netvaerk-syddanmark-visitator26
Fagdag i Region Syddanmark	1. okt. 2026	fysio.dk/syddanmark-fagdag26
Fyraftensarrangement om følger efter hjernerystelse i Holstebro	1. okt. 2026	fysio.dk/midtjylland-hjernerystelse26

Ledelse, TR, praksis, jura	Datoer	Link
TR-netværksmøde i Region Nordjylland	1. sep. 2026	fysio.dk/netvaerk-tr-nordjylland-sep26
TR-netværksmøde i Region Midtjylland	7. sep. 2026	fysio.dk/netvaerk-tr-midtjylland-sep26
Når en kollega bliver syg, webinar	14. sep. 2026	fysio.dk/tr-kollega-syg-sep26
Grundlæggende forhandling, Middelfart	15. sep. og 16. sep. 2026	fysio.dk/tr-forhandling-sep26
TR-netværksmøde for alle TR i Region Hovedstaden	23. sep. 2026	fysio.dk/netvaerk-tr-hovedstaden-sep26
Bisidderrollen for TR, webinar	22.-23. sep. 2026	fysio.dk/tr-bisidder-sep26
AC-workshop for ledere, styrk din ledertrivsel – København	23. sep. 2026	fysio.dk/ac-workshop-sep26-kbh
Uformel ledelse – sådan lykkes du! Odense	23. sep., 6. okt. og 27. okt. 2026	fysio.dk/uformel-ledelse
Professionskompetence – det juridiske grundlag for fysioterapeuters virke, webinar	24. sep. 2026	fysio.dk/tr-prof-kompetence-sep26
AC-workshop for ledere, styrk din ledertrivsel – Kolding	29. sep. 2026	fysio.dk/ac-workshop-sep26-kolding
Praksiscertifikat, Middelfart	22.-23. okt. 2026	fysio.dk/praksiscertifikat-okt26

Overgangsalder og det gode arbejdsliv

To ud af tre sundhedsfaglige oplever, at overgangsalderen påvirker deres arbejdsliv. Er du én af dem? Danske Fysioterapeuter inviterer dig til fyraftensmøder i alle fem regioner. Du kan bl.a. se frem til DSA's undersøgelse af overgangsalder og arbejdsliv og møde Lasse Gliemann, forsker i overgangsalder og kvinders sundhed fra Københavns Universitet, som giver et indsigtfuldt oplæg om symptomer og fysisk aktivitet.

Dato og tilmelding:

Region Sjælland: 17. sep.

fysio.dk/sjaelland-overgangsalder26

Region Hovedstaden: 20. okt.

fysio.dk/hovedstaden-overgangsalder26

Region Midtjylland: 26. okt.

fysio.dk/midtjylland-overgangsalder26

Region Nordjylland: 27. okt.

fysio.dk/nordjylland-overgangsalder26

Region Syddanmark: 3. nov.

fysio.dk/syddanmark-overgangsalder26

Fagdag i Region Syddanmark

Så er det igen tid til en fagdag for fysioterapeuter og andre sundhedsprofessionelle i Region Syddanmark. Der vil være key note speakers og sessioner fra de faglige selskaber, og du kan også møde én af Danmarks mest populære foredragsholdere, Chris MacDonald.

Dato: 01. okt. 2026

Tilmelding:

fysio.dk/syddanmark-fagdag26



Manuel behandling - hvad gør vi i 2026? Region Nordjylland

Vi har inviteret Henrik Bach til en snak om manuel behandling. Hvad gør vi? Hvorfor gør vi, som vi gør? Og ikke mindst, hvordan forholder vi os professionelt til forventningerne om den manuelle behandling?

Henrik ved, hvad der tales om nationalt og internationalt. Så kom og bliv klogere på den manuelle behandling anno 2026.

Dato: 09. sep.

Tilmelding: fysio.dk/nordjylland-manuel-behandling26



AC-workshop for ledere, styrk din ledertrivsel - København og Kolding

Kom med til en spændende workshop, hvor vi sætter fokus på, hvordan du som leder passer på dig selv og teamet, imens du skaber trivsel og finder energi i lederrollen. Du lærer om konkrete og praksisnære greb, der styrker din trivsel, så du sammen med teamet kan skabe gode resultater, både nu og på lang sigt.

Dato: 23. sep. og 29. sep. 2026

Tilmelding:

fysio.dk/ac-workshop-sep26-kbh

fysio.dk/ac-workshop-sep26-kolding

'Nål & Skål'

Kom og bliv fejret!

Danske Fysioterapeuter inviterer dig, der er nyuddannet, til vores festlige fejring 'Nål & Skål'. Her modtager du foreningens emblem og kan få taget et professionelt portrætfoto til dit CV. Vi glæder os til at se dig og dine medstuderende!

Dato og tilmelding:

Holstebro: 18. juni

fysio.dk/ns-holstebro-juni26

Esbjerg: 18. juni

fysio.dk/ns-esbjerg-juni26

Næstved: 22. juni

fysio.dk/ns-naestved-juni26

Aalborg: 22. juni

fysio.dk/ns-aalborg-juni26

København: 24. juni

fysio.dk/ns-koebenhavn-juni26

Roskilde: 24. juni

fysio.dk/ns-roskilde-juni26

Odense: 25. juni

fysio.dk/ns-odense-juni26

Aarhus: 25. juni

fysio.dk/ns-aarhus-juni26

Husk tilmelding efter først-til-mølle-princippet

- Meld frit afbud indtil 14 dage efter optagelse på kurset
- Betaling efter optagelse på kurset
- Studerende:
Konferencer 500 kr. pr. dag.

Obs. Dette gælder ikke de faglige selskabers kurser.

Kursusoversigt Sjælland/Jylland

EFTERÅR
2026

I samarbejde med FysioDanmark Gentofte Fysioterapi og FysioDanmark Varde

Grundkursus i Smertevidenskab (Modul 1)

v/specialist i sportsfysioterapi, PhD, MSc Pain, Dip MT Morten Høgh

Grundkursus i smertevidenskab giver deltagerne en grundig indføring i de basale principper i moderne smerteforståelse og smertebehandling. Undervisningen tager udgangspunkt i videnskab og klinisk forskning samt kliniske problemstillinger, så kursisterne kan forstå, hvordan den opbyggede viden kan understøtte og måske guide den kliniske hverdag.

Deltagerne lærer om, hvordan nociception og smerte hænger sammen, og hvorfor det ikke er det samme, samt om forskelle på akutte og kroniske smerter og udredning af alvorlig patologi og neuropatiske smerter. Herudover beskrives placebo- og nocebo-fænomenerne, de descendierende modulerende systemer i nervesystemet samt kommunikation/smertehistorien og fysisk aktivitet til smerteramte.

Undervisningen er baseret primært på samtaleundervisning og case-baserede eksempler fra deltagernes hverdag.

Deltagere: Fysioterapeuter, kiropraktorer, ergoterapeuter, og læger.

Torsdag d. 20/8 og fredag d. 21/8 2026 (Jylland/FysioDanmark Varde)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.250

Modul 2-4, se hjemmeside

Knækursus v. Fysioterapeut og certificeret kliniker Mikkel Ammentorp

Det smertefulde knæ: (Springerknæ, Patellofemoral smerte, løberknæ, impingement, artrose, refererede smerter, nervesmerter).

Det traumatiske knæ: (Meniskskader, korsbåndsskader, sideligamentskader, patellaluksation).

Keywords: Evidens, biomekanik, mønstergenkendelse, ræsonering, prognose, øvelsesprogression/regression.

Fredag d. 18/9 og lørdag d. 19/9 2026 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.450

Hovedpinekursus 1 v/Fysioterapeut, Master of Headache Disorders,

Watson Headache® Certified Practitioner Lasse Kildevæld

Lær at undersøge, diagnosticere og behandle hovedpinepatienten.

Diagnostik del 1: Den medicinske diagnose ud fra de diagnostiske kriterier. Gennemgang af fysioterapeutiske og hovedpine-specifikke målemetoder og tests, der anbefales af førende hovedpinespecialister.

Diagnostik del 2: Den fysioterapeutiske diagnose ud fra fund i undersøgelse og tests. Via case-arbejde ud fra patient demonstration, bliver deltagerne klædt på til selv at lave en behandlingsplan.

Undervisning: 50% teori og 50% praksis indeholdende undersøgelse, tests, manuel behandling og træning. Patientdemonstration der danner grundlag for case-arbejdet om søndagen.

Kurset gør deltagerne i stand til at undersøge, diagnosticere og behandle hovedpinepatienten, samt planlægge forløb til de mere komplekse hovedpinepatienter.

Deltagere: Fysioterapeuter, osteopater og kiropraktorer.

Lørdag d. 3/10 og søndag d. 4/10 2026 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.450

Skulderkursus v/Fysioterapeut og certificeret kliniker Morten Schultz

Den smertefulde skulder: (impingement, artrose, tendinopater, frossen skulder, refererede smerter, nervesmerter, "musearm").

Den traumatiske skulder: (GH-luksation, frakturer, rotatorcuff-rupturer).

Keywords: Evidens, biomekanik, mønstergenkendelse, ræsonering, prognose, øvelsesprogression/regression.

Lørdag d. 24/10 og søndag d. 25/10 2026 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.450

Hoftekursus v/Fysioterapeut og certificeret kliniker Mikkel Ammentorp

Hofteproblemer: (Femuroacetabulær impingement, artrose, adduktorsmerter, ilioopassmerter, interne/ekstern snapping hip, hamstringssyndrome, inguinale gener og refererede smerter).

Keywords: Evidens, biomekanik, mønstergenkendelse, ræsonering, prognose, øvelsesprogression/regression.

Tirsdag d. 27/10 og onsdag d. 28/10 2026 (Jylland/FysioDanmark Varde)

Fredag d. 13/11 og lørdag d. 14/11 2026 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.450

MET 1 v. Speciallæge i almen medicin og diplomalæge i manuel medicin Catrine Nebbe

Region: Grundkursus, columna totalis.

Lørdag d. 31/10 og søndag d. 1/11 2026 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.550

Osteoporosekursus v/forfatterne bag den nationale anbefaling, Kandidat i idræt Magnus Bendtsen og Fysioterapeut Dorte With fra Learn Osteoporosis

Temaforløb om osteoporose

Kurset er 2-delt og består af e-læring i 6 moduler og en 'hands-on' kursusdag. Kurset bygger på den nationale anbefaling og giver dig viden, kompetencer og værktøjer til at varetage evidensbaserede forløb for mennesker med osteoporose.

Med afsæt i 8 timers e-læring overføres teorien til praksis på kursusdagen. Workshops med konkrete undersøgelser, vurderingsværktøjer, inspiration til træning og patientuddannelse giver dig tryk til at målrette dine forløb til det brede spektrum af mennesker med osteoporose - fra den akutte smerteplagede patient med VF til den træningsaktive uden symptomer.

Efter kurset kan du:

Vurdere dine borgeres/klienters knoglestatus og funktionsevne.

Tilrettelægge individualiserede forløb med afsæt i dialogkort og træningsprincipperne "Stærk, Stabil & Strakt".

Tilrettelægge osteoporosehold med brug af Plug-N-Play-skabeloner.

Anvende Dialogkort, Vurderingsskema og Funktionskategorier.

Søndag d. 15/11 2026 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Pris inklusiv forplejning kr. 3.950

Hovedpinekursus 2 v. Fysioterapeut, Master of Headache Disorders,

Watson Headache® Certified Practitioner Lasse Kildevæld

(obs. kursister skal have gennemført Hovedpinekursus 1).

Lørdag d. 21/11 og søndag d. 22/11 2026 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.450

Når sport gør ondt

v/specialist i sportsfysioterapi, PhD, MSc Pain, Dip MT Morten Høgh

Howdan hjælper man atleter, der oplever smerter ved hård træning, overbelastning eller længerevarende gener - uden at bremse deres udvikling?

På dette kursus får du nyeste viden om smerte, vævsskade, inflammation og belastningstolerance, og du lærer at skelne mellem overbelastning og egentlige smertetilstande. Vi arbejder også med tilbagevenden til sport på en sikker og realistisk måde, selv når smerter er en del af billedet.

Efter kurset vil du være bedre rustet til at forstå og formidle smerte, anvende relevante test i praksis og støtte atleter i at håndtere smerte på en måde, der understøtter både præstation og langsiget sundhed.

Deltagere: Fysioterapeuter, kiropraktorer, ergoterapeuter, og læger.

Mandag d. 7/12 og tirsdag d. 8/12 2026 (Jylland/FysioDanmark Varde)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.250



Smerteuddannelse

KURSER
2026-2027

v/specialist i sportsfysioterapi, PhD, MSc Pain, Dip MT Morten Høgh
I samarbejde med FysioDanmark Gentofte Fysioterapi og FysioDanmark Varde

Kurserne i uddannelsen skal altid tages i rækkefølge, da undervisningen bygger ovenpå viden fra de foregående kursusmoduler. **10% rabat ved samlet tilmelding til hele kursusrækken.**

- 1 Grundkursus i Smertevidenskab
- 2 Neuroscience og smertefysiologi
- 3 Måling og undersøgelse af smerter
- 4 Behandling og smertesyndromer

1. Grundkursus i Smertevidenskab (Modul 1)

v/specialist i sportsfysioterapi, PhD, MSc Pain, Dip MT Morten Høgh

Grundkursus i smertevidenskab giver deltagerne en grundig indføring i de basale principper i moderne smerteforståelse og smertebehandling. Undervisningen tager udgangspunkt i videnskab og klinisk forskning samt kliniske problemstillinger, så kursisterne kan forstå, hvordan den opbyggede viden kan understøtte og måske guide den kliniske hverdag.

Deltagerne lærer om, hvordan nociception og smerte hænger sammen, og hvorfor det ikke er det samme, samt om forskelle på akutte og kroniske smerter og udredning af alvorlig patologi og neuropatiske smerter. Herudover beskrives placebo- og nocebo-fænomenerne, de descenderende modulerende systemer i nervesystemet samt kommunikation/smertehistorien og fysisk aktivitet til smerteamt.

Undervisningen er baseret primært på samtaleundervisning og case-baserede eksempler fra deltageres hverdag.

Deltagere: Sundhedsfaglige (fysioterapeuter, ergoterapeuter, læger, psykologer, psykomotoriske terapeuter og sygeplejersker)

Torsdag d. 20. og fredag d. 21. august 2026 (Jylland/FysioDanmark Varde)

Lørdag d. 6. og søndag d. 7. marts 2027 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.250

2. Neuroscience og smertefysiologi (Modul 2)

v/specialist i sportsfysioterapi, PhD, MSc Pain, Dip MT Morten Høgh

(obs. kursister skal have gennemført Grundkursus i Smertevidenskab)

Dette kursus giver deltagerne en grundig indføring i videnskaben bag vores forståelse for smerte. Fokus er på at forstå det nociceptive stimuli og de indbyggede modulationer i nervesystemet (sensibilisering og descenderende modulation) samt deres relation til immunforsvaret.

Deltagerne lærer desuden virkemekanismerne bag NSAID, opioid, anti-depressiva (SNRI), gabapentanoide (anti-epileptisk medicin) og rationalerne bag behandlingen med chili-plastre, cannabinoid og LDN. Gennem kurset lærer deltagerne at forstå nervesystemets kompleksitet, og hvordan denne kompleksitet spiller ind i det kliniske billede af patienten med kroniske smerter.

Deltagere: Sundhedsfaglige (fysioterapeuter, ergoterapeuter, læger, psykologer, psykomotoriske terapeuter og sygeplejersker)

Lørdag d. 12. og søndag d. 13. september 2026 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Mandag d. 16. og tirsdag d. 17. november 2026 (Jylland/FysioDanmark Varde)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.250

3. Måling og Undersøgelse af smerter (Modul 3)

v/specialist i sportsfysioterapi, PhD, MSc Pain, Dip MT Morten Høgh

På dette kursus lærer deltagerne at gennemføre en undersøgelse af mennesker med kroniske smerter, herunder at udelukke mistanke om alvorlig patologi og skader på/sygdomme i nervesystemet. Kurset omfatter desuden kommunikationsteknik, tværfagligt samarbejde og smerter hos børn og ældre, samt metoder til at vurdere/evaluere smerte og risiko for kroniske smerter (inkl. psykofysiske test og spørgeskemaer).

Undervisningen er baseret på samtaleundervisning, case-baserede eksempler fra deltageres hverdag samt praktiske øvelser. Deltagerne bedes medbringe udstyr til neurologisk undersøgelse (vatpinde, to mønter og stemmegaffel eller andet udstyr som man har til rådighed i hverdagen).

Deltagere: Sundhedsfaglige (fysioterapeuter, ergoterapeuter, læger, psykologer, psykomotoriske terapeuter og sygeplejersker)

Fredag d. 28. og lørdag d. 29. august 2026 (Jylland/FysioDanmark Varde)

Lørdag d. 28. og søndag d. 29. november 2026 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Tirsdag d. 2. og onsdag d. 3. februar 2027 (Jylland/FysioDanmark Varde)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.250

4. Behandling af smerter og syndromer (Modul 4)

v/specialist i sportsfysioterapi, PhD, MSc Pain, Dip MT Morten Høgh

Kurset fokuserer på non-farmakologisk behandling af kroniske smerter. Der tages udgangspunkt i fire arketyper af smerter: Lænderygsmerter, Fibromyalgi, Post-operative (neuropatiske) smerter og Funktionelle Lidelser. Deltagerne præsenteres for opdaterede retningslinjer og evidens for effekt af behandling og løser gruppe-baserede opgaver undervejs til hver af de fire kategorier af smertesyndromer.

Deltagerne lærer at anvende en patient-centreret tilgang (individualiserede behandlingsplaner) til at behandle smerter baseret på den evidensbaserede model.

Deltagere: Sundhedsfaglige (fysioterapeuter, ergoterapeuter, læger, psykologer, psykomotoriske terapeuter og sygeplejersker)

Onsdag d. 16. og torsdag d. 17. december 2026 (Jylland/FysioDanmark Varde)

Lørdag d. 16. og søndag d. 17. januar 2027 (Sjælland/FysioDanmark Gentofte)

Torsdag d. 8. og fredag d. 9. april 2027 (Jylland/FysioDanmark Varde)

Pris inklusiv forplejning kr. 4.250



Sundhedsordningen.dk

Spørgsmål og tilmelding på jens@sundhedsordningen.dk efter først til mølle.

Kurser afholdes hos FysioDanmark Gentofte Fysioterapi og FysioDanmark Varde. Mere omkring vores kurser se www.sundhedsordningen.dk

My SMA Checker: SMA-patienter kan nu nemt følge deres sygdomsudvikling.



Patientens egen registrering af ændring i funktion over tid



Visuelle analyser af data



Mulighed for individuel tilpasning

Besøg: [MySMAChecker.com](https://www.MySMAChecker.com)

Download appen her:

