

Rapport fra kurs i håndrehabilitering

Dato: 25.-29.august 2008

Sted: Skiathos, Hellas

Kursleder var den svenske ergoterapeuten Margareta Persson som til daglig jobber ved Handkirurgiska kliniken ved Akademiska sjukhuset i Uppsala.

Vi var en liten gruppe på 6 kursdeltagere fra Norge og Sverige; 3 fysioterapeuter og 3 ergoterapeuter. Kurset var utrolig lærerikt, og det at det var så pass liten gruppe ga gode muligheter for diskusjon og spørsmål.

Kurset inneholdt teori, pasientkasustikker, praktiske øvelser og gruppearbeid. Tema som kurset besto av:

- Håndens funksjonelle og dysfunksjonelle anatomi
- Feilsøking- teori og praktiske øvinger
- Tilhelingsprosessen og bevegelsesapparatet
- Kommunikasjon – møte med pasient
- Underarmsfrakturer og håndleddsskader
- Fingerfrakturer og ligamentskader
- Håndtrening
- Analyse av treningsprogram
- Dynamiske og statiske ortoser
- Tillaging av ortoser
- Hyperestesi, desensibilitering
- Huden / arrbehandling
- Overbelastningssyndrom

Kurset hadde en fin balanse mellom teori og praktiske oppgaver, og Margareta hadde mange pasientkasustikker som hun eksemplifiserte med. I tillegg til det faglige påfyllet, fikk jeg mange gode ”råd og tips” i forhold til håndtrening og ortoselaging.

Det var lagt opp til selvstudie med artikkellesning og oppgaver et par timer på tidlig ettermiddag, og en hadde da mulighet til å kunne ta med papirene på stranda for samtidig å kunne avkjøle seg med en dukkert. Skiathos er en flott øy, og setter en unik ramme rundt kurset.

Etter kurset sitter jeg også igjen med et par spørsmål som jeg skal ta opp med mine kolleger i forhold til vår praksis og som vi kanskje må endre på/ta hensyn til. Dette gjelder f.eks:

- Bruk av 3-punkts ekstensjonsortose, noe vi av og til gir til pasienter med ekstensjonsdeficit i PIP- ledd. Persson synes dette gir for kraftig spenn på det skadede leddet, og hun bruker disse ortosene i svært liten grad. Bør vi redusere brukene av denne typen ortose?
- Hyperestesisitring går vi i gang med så snart som mulig. I følge Persson er det ikke alle former for hyperestesi som kan trenes bort ved herdingsøvelser, og hun er ofte noe avventende før oppstart for at arr skal være godt tilhelet for ikke å gi økte/kronsike smerter hos pasienten.

Kurset anbefales til alle ergo- og fysioterapeuter som jobber med traumatiske håndskader. Kurset omhandler ikke pasienter med f.eks reumatiske lidelser. En bør ha noe erfaring med denne pasientgruppen for best mulig utbytte av kurset.

Hilsen

Anette Gamst

Ergoterapeut

Ergoterapiavdelingen ved Universitetssykehuset Nord-Norge HF



