

# RAPPORT KURS I MEM + KINESIOTAPING

**Tromsø 11-12.september.2008**

Kursleder var Karin Knygsand Rønhøj, som til daglig jobber som ergoterapeut ved Århus Sygehus i Danmark. Hun var ferdig utdannet i 1997, og ble introdusert til MEM teknikken i 2001.

MEM(Manual Edema Mobilization) konseptet er utviklet av Sandra Artzberger i 1995, men bygger på og er en del av MLD teknikken(lymfedrenasje). MEM er imidlertid beregnet på personer hvor primærskaden ikke er i lymfesystemet. Karin Knygsand Rønhøj har oversatt og utarbeidet en dansk manual.

KT(Kinesiotape) er utviklet av dr Kenso Kase, japansk kiropraktor. Grunnprinsippene er hentet fra kinesiologi, og at hans hender skulle erstattes av tape for å oppnå ett konstant stimuli. Kinesio tape er en sensorisk metode til forskjell fra sportstape som er en mekanisk metode. KT tillater full bevegelighet, og skal stimulere til muskel aktivitet, øke sirkulasjonen og hindre stase/reduere ødem.

Kursleder har med stort hell kombinert MEM, low stretch bandasjering og KT i sin kliniske hverdag.

Vi var 18 kursdeltakere, både fysio og ergoterapeuter. Kurset var lagt opp med en god blanding av praktiske øvelser(workshops) og teori. Karin delte ut veldig godt og instruktivt kursmateriale, som gjorde det lett å følge med på undervisningen. Imidlertid var det to dager med intensiv læring☺

Hovedtema var:

- Lymfesystemets anatomi og fysiologi
- Ødem typer
- Årsaker til ødem
- MEM-utvikling og teori
- MEM-konseptet(MEM massage, PP pump points, MEM øvelser)
- MEM hjemmeprogram
- MEMs anvendelsesområder
- Anleggelse av Low stretch bandage
- KT –lymfesystemet
- KT –hud
- KT-muskler
- KT-teknikker

Kurset var absolutt inspirerende, og kurs arrangørene i Tromsø, -Anette, Randi og Kristin, var de perfekte ”vertinner”. Dessuten viste Tromsø seg fra sin vakreste side med strålende høstvær!

Hilsen Brynhild Krog Eriksen, ergoterapeut Rikshospitalet