

EuroHand 2017 i Budapest

For to år siden var jeg heldig å få støtte fra NFH til å dra til Budapest på EuroHand 2017. Det ble dessverre aldri skrevet rapport, den komme nå. Det er som er fint med å vente så lenge, er å se hva vi faktisk brukte av det vi lærte.. ;)

Seneskader

Det var foredraget til Gwendoly van de Strien som gjorde mest inntrykk. Etter å ha hørt henne begynte vi å inndra hverdagsaktivitet helt fra start av i fleksorseneskaderegimet vårt. De fikk starte med å snurre på et glass, holde mobilen og krølle et tørkepapir for å fremme fleksjon i DIP leddene. Vi hadde også mer fokus videre i forløpet på aktivitet til trening.

Gwendoly van de Strien hadde også foredrag i forhold til ekstensorseneskade og vi har etter dette startet opp med bruk av RME-skinne ved ekstensorseneskader i sone IV-VII. Samt inkludert aktivitet i regimet også her.

Ortoser:

Vi var på workshop med Orfit og fikk lære mer om bruken av Orfitcast og Orfitcast more. Vi lærte å lage butterflyortose uten mønster med en firkant av dette. Vi lærte en praktisk ortose som vi har brukt en del til å fremme ekstensjon og fleksjon i IP leddene ved at den brukes i aktivitet (denne har vi lært tidligere, men den var lettere i Orfitcast more). Det var både RME og RMF skinne og metacarpuskinne med fleksjon i MCP ledd.

Det var tips om hvordan feste borrelåsen på dette materialet.

Tips om å dyppe saksen i varmt vann for å unngå at limen fester seg på den, og om det er lim på saksen, dyppe den i vann for å få bort limen.

Smerte

Joy MacDermid snakket om smerteintensitet som å beskrive musikk kun ut i fra hvor mye lyd det er. Viktig å kartlegge flere aspekt som lokalisasjon, kvalitet (skarp, dull +), mønster. Type smerte –avgjør intervensjon.

The short form McGill Pain Q versjon 2.

<https://painquilt.com/> (denne har jeg ikke prøvet, men fant den i notatene nå).

Oppsummering var at vi trenger å kunne beskrive og uttrykke smerten bedre med flere ord. Tidlig tilnærming definerte kriterier for å bedre intervensjonen, konsistent bruk av smerte scorer.

CMC artrose

Der er flere som skriver om CMC artrose og terapi ved Erasmus University Medical Center Rotterdam. Jeg ser nå at der er artikler publisert etter hvert. En ville se på om en kunne forutsi resultatet av konservativ behandling. Andre så på resultat av terapi. Det var både en sesjon for terapeuter og en for kirurger med fokus på kirurgien.

Generelt

Det var fokus på flere felt, jeg har tatt med noen få her. Flere kjente og ukjente, gode forelesere både for terapeuter og kirurger. Vi dro flere fra vårt sykehus sammen for første gang, det var fint for miljøet på håndteamet. Jeg lærte masse nytt som vi har brukt her hjemme etterpå. Det at vi var flere som hørte det samme gjorde at vi kunne få til å implementere det her lettere etterpå. Det var også kjekt å treffe igjen de jeg har blitt kjent med gjennom å være internasjonal delegat i NFH, det gjør at man får knyttet enda flere og bedre kontakter til senere.