

Rapport i forbindelse med fondsmidler til etterutdanning: Rehabilitation in Hand Surgery, Universitetet i Lund høsten 2019- våren 2020.

Signe Desserud, Eivor Rasmussen og Carina P. Rosales

Universitetet i Lund, med Birgitta Rosên og Pernilla Vikstrøm som hovedansvarlige, tilbyr 1-års videreutdanning for ergo- og fysioterapeuter som arbeider med håndskader. Kurset er lagt opp i fire bolker med 1-ukes samlinger i Malmø i september, desember, februar og mai, og spenner over de viktigste områdene innen håndkirurgi- og terapi.

Håndkirurgisk avdeling holder til på Skåne Universitetssykehus, og kurset arrangeres også i samme bygning nær sentrum av Malmø. Flere terapeuter og mange kirurger er involverte i programmet, og ukene er i hovedsak bygget opp tematisk.

Vi var fire norske deltagere høsten 2019/våren 2020; en ergoterapeut fra Kirkenes sykehus, en fysioterapeut fra St. Olavs hospital, en ergoterapeut fra Stavanger sykehus og en ergoterapeut fra Oslo universitetssykehus. Totalt var vi 37 terapeuter fra 11 ulike land, og kurset holder på engelsk med mange kjente og dyktige foredragsholdere fra flere land.

Før hver samling legger arrangørene ut obligatorisk og anbefalt lesning på canvas i form av 20-25 artikler og bokkapitler som bakgrunn for ukene som kommer.

Foran 2. og 3. samling hadde vi også en kort innlevering (3 sider) basert på en av artiklene vi hadde lest. I disse samlingene ble vi også inndelt i 4 grupper for å diskutere artiklene vi hadde lest i plenum.

Foran 4. samling gjorde vi et gruppearbeid, igjen basert på litteratursøk og artikler vi hadde lest. Gruppearbeidet ledet til en halvtimes presentasjon foran klassen den siste uken.

Uke 1 September 2019:

Første uke hadde hovedfokus på anatomi av hånd og overekstremitet. Ton Schreuders fra Nederland var hovedforeleser på temaet. Andre forelesere snakket om perspektiver på helse (ICF), skulderen, evidensbasert praksis og kritisk lesning, smerte (Candy McCabe) og håndas sensibilitet og grep med Birgitta Rosen

Uken endte med en anatomi eksamen som kursdeltagerne måtte bestå for å kunne gå videre.

(37 deltagere fra 13 forskjellige land. Nordligste deltager fra Kirkenes, sørligste fra sør Afrika, cape town.

Vi startet uken med håndens fundament; skulderen og der etter jobbet vi oss nærmere og dypere; lag for lag.

Ton fra Nederland tok oss igjennom de eksintrisk og intrinsiske musklene, samt muskeltesting.

Elisabeth Brogren tok oss igjennom skade og tilhelningsforløpene, Candi McCabe fra Bath i England foreleste på nydelige erkebritisk om akutt og kroning smerte (i England har de allerede brukt og avdømt bruk av ordet langvarig smerte) Vært innoent det å være kritisk til forskning med best evidense based practice.

Omvisning på håndrehabiliteringen i Malmø.

Paradis; hvor fysioterapeuter og ergoterapeuter jobber sammen om hver pasient, lokaler med mulighet for stor utvalg av håndtrening; fra praktisk (håndarbeid, kjøkken) til mer spesifikk og bruk av apparat. Til og med sofahjørne med «fika» hvor pasienter kan slappe av og være sosiale med andre med lignende «diagnoser»

Uken rundet av med en liten eksamen. Håndens historie, epidemiologi. Og C-fibre. Taktilt stimuli)

Uke 2 Desember 2019:

Nerveskader

Oppgave til denne uken bestod at kritisk evaluering av forskning/ studier. Nederlandske Christina Jerosch- Herold foreleste om outcome (resultater) og measurement (måleredskaper). Hva måler vi og med hvilke instrument? ICF, perspektiver og spesifisert ble diskutert. (Bottom-up vs. Top-down. Patient/clinician) Ingela Carlsson tok oss igjennom Kulde sensitivitet og refererte en god del til norske Tone Vaksvik og hennes forskning. Dag to begynte vi på nervene og svenske Lars Dahlin (kirurg) introduserte oss anatomisk til overkroppens nerver, og reparasjon og rekonstruksjon av disse. Birgitte fortsatte dagen med teori og workshop rundt enkle måleredskaper innen håndterapi (the Rosen score). Dagen avsluttet med et kirurgisk blick på Nevropatier presentert av Niels Thomsen. Hjernens plastisitet ble forelest av en av Birgittas tidligere studenter; Anders Björkman. Hjernens er plastisk og endringsvillig, men noe skjer i 12 års alder. Hjernens representasjon i hjernen (the homunculus). Nerveskader påvirker både det motoriske og sensoriske system. Alder, kongnitiv kapasitet og motivasjon som viktigste faktorer for utkommet. Vi som terapeuter kan benytte hjernens plastisitet, guide den og bedre resultater.

Plastisk-hånd- forsøket.(immobilisering resulterer i rask reduksjon i det primære somatosensoriske cortex og motoriske nettverk. Egenskaper overføres til uimmobiliserte hand. Immobiliser i så kort tid som mulig). Birgitta fortsatte «hånd og hjerneplastisiteten» med rehabilitering understøttet i forskning. Pernilla Vixstrom tok for seg rehabilitering etter nerveskade, med utgangspunkt i sin avhandling; follow up after a nerve injury at wrist level». En nerveskade påvirker hele livet til pasienten; fra «struggeling, overcomming, acceptance, transforming»Det er viktig å bli kjent med pasienten sin for å kunne ha en pasientorientert behandling. Rehabiliteringen deles inn i fase 1 og 2, med fokus på at fase 1 og oppstart av treningen(imagery, observation, mirror visual feedback) starter så tidlig som mulig for å opprettholde og aktivere det håndkartet. Fase 2 starter når tactilt gnosis identifiseres. Amerikanske fysioterapeut Susan Stralka tok oss igjennom hvordan identifisere nerve «entrapment» i overekstremiteter; Hvordan differensiere mellom muskel-skjelett lidelse og nervesmerter. Kirurg Dahlin presenterte kirurgisk perspektiv på plexus skader og ergoterapeut Sara G. Ewald (Sveits, opprinnelig fra USA) delte historier om den terapeutisk behandling av disse pasientene. Siste dag rundet vi av med Susan og komplekst regionalt smerte syndrom. Her gjelder det først og fremst og få roet ned sentralnervesystemet. Ha en biopsykososial tilnærming! Pasienten må forstå at vi terapeuter er med dem i dette, men at de sitter med kontrollen og må ta del i arbeidet.

Uke 3 Februar 2020:

Denne uken hadde fokus på frakturer i håndledd/fingre og seneskader.

3 svenske kirurger foreleste på forskjellige dager med kirurgens perspektiv: Anders Bjørkmann, Lars Adolfsson og Jerker Brandt. Sarah Mee snakket om «The problematic wrist: Therapist's perspective», Tracy Fairplay snakket om «Neuromuscular and proprioceptive rehabilitation of the hand and wrist», Johanna Jacobson snakket om «The Stiff hand» og Gwendolyn van Strien snakket om rehabilitering av flexor- og ekstensorseneskader.

Uke 4 september 2020 (samlingen ble utsatt fra mai til september pga Covid-19, digital samling) :

Ved samlingen uke 3 ble vi satt sammen i grupper for gruppearbeid med siste oppgave. Vi skulle velge et tema innenfor håndterapi, gjøre litteratursøk og kritisk vurdering av forskning knyttet til valgt tema. Gruppeoppgaven ble innlevert på

forhånd og alle grupper hadde presentasjoner i løpet av uke 4. Temaer på gruppepresentasjoner var følgende:

- Hånd.rehab intervensjon for ødem innen håndterapi
- Hånd rehab. intervensjon etter PIP-artroplastikk
- Hånd.rehab intervensjon for Triggerfinger
- Adherence(etterlevelse) strategier innen håndterapi
- Hånd.rehab intervensjon ved stive ledd
- Hånd.rehab. intervensjon ved brudd i proksimale falang
- Hånd.rehab intervensjon ved stivhet i PIP-ledd etter luksasjon
- Hånd.rehab intervensjon etter UCL-skade
- Hånd.rehab. intervensjon etter CMC- artroplastikk

Joy Macdermid foreleste om radiusfrakturer og oppfølging og behandling.

Christina Turesson foreleste om Dupuytrens kontraktur; pasient erfaringer og håndterapeutens perspektiv. Stephan Wilbrandt foreleste om Dupuytrens kontraktur fra håndkirurgens perspektiv.

Philippe Kopylov snakket om håndkirurgi ved RA og håndartrose.

Ulla Joern Good snakket om RA fra håndterapeutens perspektiv.

Judy Colditz hadde sin siste forelesning(!) før pensjon om visualisering av tommelen i 3 dimensjoner og om hvordan videreføre kunnskap til behandling av tommel.

Juni 2021: Planen er å ha en avsluttende samling i Malmö på 3 dager hvor blant andre Elisabeth Hagert kommer for å forelese.