

RIDEFYSIOTERAPI



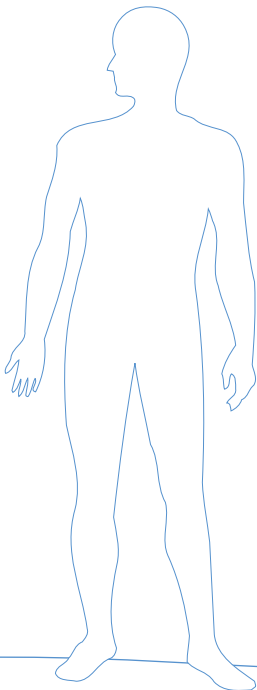


Hva er fysioterapi?

Fysioterapeuter er autorisert helsepersonell med høyskoleutdanning og et selvstendig vurderings- og behandlingsansvar. Vi har bred kunnskap om kropp, bevegelse og funksjon hos friske og syke, og om hvordan fysiske, psykologiske og sosiale faktorer bidrar til helse og sykdom. Målet vårt er best mulig bevegelses- og funksjonsevne for alle gjennom livet.

Fysioterapi er rettet mot både kroppslige og psykiske plager, samt tilrettelegging av livs- og arbeidsbetingelser. Fysioterapi bidrar til å bevare og fremme god helse i alle aldersgrupper. For hvert enkelt individ vurderer fysioterapeuten hvilke tiltak og metoder som egner seg best, for eksempel tilpasset trening og manuelle teknikker. En viktig oppgave for fysioterapeuten er å stimulere til læring og endring hos både friske og syke, slik at den enkelte selv kan forebygge sykdom og skade, og oppnå best mulig funksjon.

Fysioterapeuter har egne faggrupper i en rekke spesialfelt, deriblant ridefysioterapi.



Hva er ridefysioterapi?

Ridefysioterapi er en metode innen fysioterapien der fysioterapeuten bruker hestens bevegelser som grunnlag i behandlingen. Under ridningen overføres hestens rytmiske bevegelser til rytteren. Bevegelsene er spesielt gunstige for å trene opp balanse, styrke muskulatur, fremme symmetrisk muskelarbeid og koordinasjon. Ridestillingen og hestens bevegelser kan løse opp spenninger og spasmer i muskulatur. Som holdningskorrigerende tiltak kan ridefysioterapi være suverent.

Ridefysioterapi er en holistisk behandlingsmetode, som i tillegg til ovenfor nevnte også bidrar til sansemotorisk trening. Både kroppslige, psykologiske og sosiale faktorer omfattes av omgangen med hestene, andre gruppedeltakere og en god relasjon med ridefysioterapeuten. Samspillet med hesten stimulerer konsentrasjonsevnen og sosial tilpasning.

Ridefysioterapi blir for mange en kombinasjon av behandling og fritidsaktivitet, noe som gjør denne terapiformen unik. Deltagerne er i en gruppeaktivitet med andre ryttere, mens terapeuten bruker aktiviteten for å trene opp rytteren etter hver enkelts behov. Hestene som brukes er ofte spesialtrente til å være «terapeut», og for mange ryttere er kontakten og samarbeidet med hesten viktig.

*Ridning er medisin for
kropp og sinn*

Hippokrates





Bare hester med spesielt rolig gemytt blir brukt til ridefysioterapi

Ridefysioterapi foregår ofte i grupper, og til tross for at rytterne har ulike funksjonsnivå og mål med terapien, oppleves en gruppeidentitet i å gjøre det samme; å ri. For mange er dette det eneste gruppetilbudet de evner å delta i.

Ridefysioterapi bør være lystbetont. For noen blir dette inngangsporten til ridning som fritidsaktivitet eller som idrett.

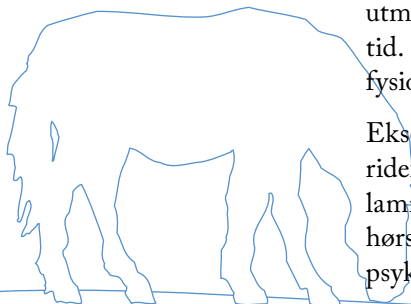
Ridefysioterapi utøves i dag over hele verden som en verdifull behandlingsmetode, både innen somatisk og psykiatrisk behandling.

Hvem har behov for ridefysioterapi?

Det kan være personer som har behov for fysioterapi på grunn av en medfødt eller ervervet sykdom/funksjonshemning som gir bevegelses-, balanse- og/eller koordinasjonsvansker. Ridefysioterapi kan også passe for psykisk syke og synshemmede. Dersom hest motiverer personen til å trene for å bedre funksjonsnivå og redusere inaktivitet på grunn av sykdom eller skade, er ridefysioterapi bra.

For personer med nedsatt evne til å forstå instruksjon og/eller utføre gjentatte øvelser er rideterapi en utmerket behandlingsform, da det gir intensitet over tid. Ridefysioterapi kan være et supplement til annen fysioterapi.

Eksempler på personer som kan ha nytte av ridefysioterapi er personer med cerebral parese, lammelser, hjerneskader etter slag og ulykker, blinde, hørselshemmede, personer med forsinket motorikk, psykisk utviklingshemmede og psykisk syke.



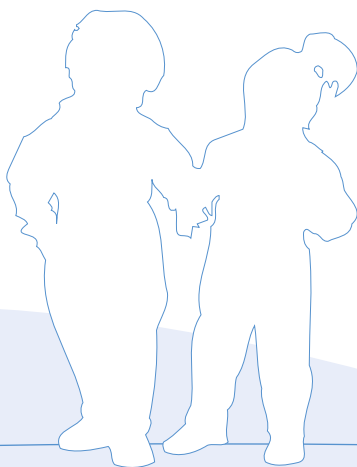
Ni av ti ville anbefale
fysioterapi til familie
og venner hvis de
fikk muskel- eller
skjelettplager
Synovate 2010

Hvor finner du fysioterapeuter med kompetanse i ridefysioterapi?

- Enkelte rideskoler/private staller leier ut til selvstendig næringsdrivende fysioterapeuter, eller fysioterapeutene har egen stall.
- Enkelte rideskoler har kommunalt ansatte fysioterapeuter.
- På noen opptrenings- og rehabiliteringssentre.
- På helsesportssentre.

Bruk søkefunksjonen «Ridefysioterapi» til høyre på NFFs nettsted www.fysio.no for å finne frem til fysioterapeuter med slik kompetanse.

Du kan også ta kontakt med styret i NFFs faggruppe for ridefysioterapi. Du finner kontaktinformasjon på baksiden av denne brosjyren.



Målet med fysioterapi er å vedlikeholde og bedre funksjonsevne og å kompensere for funksjonssvikt

Av sikkerhetshensyn har alle nyutdannede fysioterapeuter som tilbyr ridefysioterapi en særskilt eksamen i hestefagkunnskap



Hvordan får jeg ridefysioterapi som behandling?

Du trenger ikke henvisning fra legen din. Ridefysioterapi utløser et bidrag fra Helfo hvis den utøves av en godkjent ridefysioterapeut på et godkjent ridesenter, og bidraget utbetales direkte til ridefysioterapeuten. Bidraget fra Helfo dekker deler av kostnadene. Det er vanlig at ridestedet tar en «rytteravgift» i tillegg for leie av hest og utstyr.

Bidraget fra Helfo gis for 30 behandlinger inkludert en undersøkelse per kalenderår. Dersom det er behov, har man rett til drosje til behandlingen.

66 prosent har hatt muskel- eller skjelettplager i løpet av de to siste årene. Det utgjør 2,55 millioner personer over 15 år.
Synovate 2010

Hvem kan utøve ridefysioterapi?

Ridefysioterapi kan bare utøves av spesialutdannede fysioterapeuter som har tatt NFFs etterutdanningskurs i ridefysioterapi, og fysioterapeuter som har fått særskilt godkjenning av NFF. På NFFs nettsider finner du egne sider for ridefysioterapi og NFFs faggruppe for ridefysioterapi. Der kan du lese mer om fagfeltet og om kravene til utøvere av ridefysioterapi.



Fysioterapeuten legger spesiell vekt på å oppnå hestens tillit slik at ridefysioterapien er trygg





Norsk Fysioterapeutforbund (NFF) organiserer offentlig godkjente fysioterapeuter. Både selvstendig næringsdrivende og ansatte fysioterapeuter er medlemmer. NFFs medlemmer har en høy faglig og etisk standard i sin yrkesutøvelse til beste for brukere av fysioterapitjenester. Helsepersonelloven er sentral i utøvelsen av fysioterapi.



NORSK
FYSIOTERAPEUTFORBUND

Faggruppe for ridefysioterapi

Boks 147 Sentrum, 0102 Oslo

Telefon: 22 93 30 50 · ridefysioterapi@fysio.no · www.fysio.no/ridefysioterapi