

# FYSIOTERAPI FOR NEVROLOGI, ORTOPEDI OG REVMATOLOGI





## 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 spesialiteter og faggrupper i en rekke spesialfelt, deriblant nevrologi, ortopedi og revmatologi.

**Visste du at...** *Fysioterapi hjelper deg å mestre hverdagen og ta ansvar for egen helse.*

## Fysioterapi ved neurologiske tilstander

**Nevrologi** er læren om nervesystemet.

Nervesystemet deles inn i det sentrale og perifere nervesystemet. Det sentrale nervesystemet omfatter hjerne og ryggmarg. Det perifere nervesystemet er nervesystemet ut til resten av kroppen.

Nevrologiske utfall har som regel en logisk forklaring ut fra skade eller sykdom i nervesystemet. Dette kan være lammelser, endret følesans, koordinasjonsproblem.

Eksempler på neurologiske tilstander:

- Hjerneslag
- Multipel sklerose (MS)
- Hodeskade
- Ryggmargsskade
- Morbus Parkinson
- Cerebral parese

Fysioterapeuten undersøker, behandler og rehabiliterer personer med neurologiske tilstander. Målet med behandlingen kan være å gjenvinne eller opprettholde personens funksjonsnivå, og tiltakene bestemmes ut fra dette.

Aktuelle tiltak kan være å trene på forflytning, deltagelse i dagligdagse aktiviteter, motorisk kontroll, balanse og koordinasjon.



*Målet med fysioterapi er å vedlikeholde og bedre funksjonsevne og å kompensere funksjonssvikt.*





*Fysioterapeuten har kompetanse til å gi deg råd om trening og aktiviteter som er tilpasset din situasjon.*

## Fysioterapi ved ortopediske skader, sykdommer og operasjoner

**Ortopedi** er læren om muskelskjelettsystemet.

Ortopedi omfatter behandling av skader og sykdommer i bein, ledd, muskler og sener. Slike skader og sykdommer kan føre til smerte, leddhevelse, nedsatt bevegelighet og nedsatt muskelstyrke. Personer med ortopediske skader og sykdommer kan oppleve at dagliglivets aktiviteter blir påvirket. Ved mange slike tilstander har det vist seg at tiltak som fysioterapeutveiledet trening har like gode eller bedre resultater enn kirurgi, og har betydelig mindre alvorlige komplikasjoner. Noen vil imidlertid trenge operasjon, og både før og etter operasjon kan det være aktuelt med fysioterapibehandling. Noen av de vanligste ortopediske tilstandene:

- Artrose (slitasjegikt), for eksempel hoftelddsartrose, kneleddsartrose
- Skulderproblemer
- Ryggproblemer
- Bruddskader
- Leddbåndsskader
- Muskel- og seneskader

Fysioterapeuter har inngående kunnskap om opptrening og veiledning av personer med ortopediske skader, sykdommer og operasjoner. De kan kartlegge problemer som virker inn på funksjon, sette opp mål sammen med pasienten, og hjelpe til å bedre bevegelighet, styrke og funksjon.

Alle bør være aktive i til sammen minst 30 minutter hver dag. Fysioterapeuten kan hjelpe deg til å finne en aktivitet som passer for deg.

## Fysioterapi ved revmatologiske sykdommer

**Revmatologi** betyr læren om de revmatiske sykdommene. Dette er ulike former for betennelsessykdommer, som for eksempel

- leddgikt (revmatoid artritt).
- spondyloartritt (Bekhterevs o.a.).
- psoriasisartritt.
- bindevevssykdommer.
- noen typer muskelbetennelser.

Disse sykdommene har som regel et kronisk forløp, og kan ha ett eller flere av følgende symptomer: generell sykdomsfølelse, utmattelse, smerter og hevelser i enkeltledd, stivhetsfølelse i muskulatur og senefestebetennelser.

Fysioterapeutens oppgaver omfatter både en vurdering av funksjon, instruksjon og veiledning i tilpasset trening, samt råd for tilrettelegging av hjemme- og arbeidssituasjonen.

Det tas i bruk forskjellige behandlingsmetoder og prinsipper for å oppnå den enkeltes mål. Fysioterapi kan bidra til opptrening av bevegelsesfunksjon, styrke og stabilitet, gi fysisk/psykisk overskudd, og bedre evnen til å utføre daglige aktiviteter.



Liker du å svømme eller trene i vann? Sjekk mulighetene for å delta i en treningsgruppe i basseng der du bor.



## Hvor finner du fysioterapeuter med kompetanse innen neurologi, ortopedi og revmatologi?

- I kommunehelsetjenesten – ansatte fysioterapeuter og selvstendig næringsdrivende fysioterapeuter
- I rehabiliteringsinstitusjoner
- På sykehus og poliklinikker

## Må du ha henvisning?

Du trenger ikke henvisning fra lege, manuellterapeut eller kiropraktor for å få dekt utgifter til fysioterapibehandling. Når du går til en fysioterapeut som har avtale med kommunen, betaler du bare en offentlig fastsatt egenandel. Overstiger egenandelene et fastsatt beløp, får du frikort for resten av året. For barn under 16 år og personer med godkjent yrkesskade er behandlingen gratis.

Du trenger heller ikke henvisning om du velger å gå til en fysioterapeut uten avtale med kommunen. Disse behandlerne bestemmer sine honorarer selv, de vil derfor variere, og du må betale hele honoraret selv. Egenandeler og frikort gjelder ikke.

For å finne ut om fysioterapeuten har avtale med kommunen, kan du spørre fysioterapeuten direkte, kontakte kommunen, eller spørre Helfo. Fastlegen din, andre kommunale tjenester, sykehus eller pårørende med fullmakt kan kontakte den kommunale fysioterapitjenesten på vegne av deg.

*Fysioterapeuter er autorisert helsepersonell med et selvstendig vurderings- og behandlingsansvar i pasient-/klientsituasjoner.*

## Spesialist MNFF innen neurologi, ortopedi og revmatologi

Norsk Fysioterapeutforbund er ansvarlig for godkjenning av spesialister innen neurologi, ortopedi og revmatologi. Omfattende praksis og videreutdanning ligger til grunn for spesialistgodkjenningen.



*Fysioterapi er basert på en grunnleggende forståelse av menneskets anatomi.*







Norsk Fysioterapeutforbund 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 nevrologi, ortopedi og revmatologi (NOR)*

Boks 147 Sentrum, 0102 Oslo

Telefon: 22 93 30 50 · [nor@fysio.no](mailto:nor@fysio.no) · [www.fysio.no/nor](http://www.fysio.no/nor)