



SMERTEBEHANDLING FOR FYSIOTERAPEUTER - TEORETISK FORSTÅELSE OG PRAKTISK ANVENDELSE

Kursledere: Astrid Woodhouse (AW) og Sara Maria Allen (SMA)

Dag 1: 26. august Smertefysiologi

- 0930- 1030: Velkommen, presentasjon. Smertevurderingsnotat/journalnotat. Hvorfor og hvordan? SMA/AW
- 1030 – 1040: pause
- 1040 - 1150: Hva er smerte? Kasuistikker. AW/SMA
- 1200 – 1230: Smerter og kultur Anne Grethe Paulsberg
- 1230 – 1315: Lunsj
- 1315- 1700: Smertefysiologi
- Om «normal» smerte
 - Hjernens nettverk og smerte
 - Smerte som tolkning
 - Smertens mening
 - Når smerten ikke gir seg
 - Forventningens betydning – placebo og nocebo Per Brodal
- 1700 – 1715: Avslutning

Dag 2: 27. august Langvarige smertetilstander

- 0830 - 0845: Oppsummering, spørsmål. SMA /AW
- 0845 – 0920: Hodepine SMA
- 0920 – 0930: pause
- 0930 – 1015: Bekkensmerter Britt Stuge
- 1015 – 1050: Fibromyalgi og generaliserte smerter SMA
- 1050 – 1100: pause
- 1100 – 1140: Ryggsmerter Jens Ivar Brox
- 1150 – 1230: Nakkesmerter Ingebrigt Meisingset
- 1230 – 1315: Lunsj

- 1315 – 1415: Bevegelsesfrykt Anne Grethe Paulsberg
Smerteanalyse, anamnese, bruk av spørreskjemaer. VAS/NRS. Smerteterminologi.
Smertetegninger.
- 1510 – 1540: Spørsmål og avslutning

Dag 3: 28. august Smerteanalyse, funksjonsvurdering og undersøkelse

- 0830 - 0845: Oppsummering, spørsmål
- 0845 - 0945: Funksjonsvurdering, undersøkelse, kasuistikker. Gruppearbeid SMA
- 0945 – 1000: pause
- 1000 - 1100: Funksjonsvurdering AW/SMA
- 1100 - 1200: Praksis:
Holdning. Gange. Sensibilitetstesting. Avspenningsevne. Palpasjon: triggerpunkter,
ømme punkter, fibromyalgipunkter. SMA/AW
- 1215 - 1300: Lunsj
- 1300 - 1500: Stress, Utmattelse, Søvn, Restitusjon Tormod Landmark
- 1510 - 1530: Oppsummering/ Oppgave

Del 2:

Dag 4: 24. oktober Behandlinger

- 0830 - 0845: Velkommen og orientering
- 0845 – 0945: Nevropatiske smerter og CRPS SMA
- 0945 - 1000: pause
- 1000 - 1030: Speilbehandling
- 1030 - 1115: TENS. Kasuistikker
- 1115 – 1215: Lunsj
- 1215 – 1300: Fysioterapi ved langvarige underlivssmerter: undersøkelse og behandling. M Kaarbø
- 1300 – 1310: pause
- 1310 - 1355: Gruppebehandling. Fysisk aktivitet, trening, dosering, avspenningsteknikker Skagseth
- 1355 – 1445: ACT Martin Skagseth
- 1445 – 1500: Oppsummering

Dag 5: 25. oktober Fysioterapeutens rolle

0830 - 0845:	Oppsummering, spørsmål	
0845 - 0930:	Medikamenter og bruken av de ved langvarige smertetilstander	Aslak Johansen
0930 - 0945:	pause	
0945 - 1045:	Gjennomgang av hjemmeoppgave	SMA/AW
1045 - 1130:	Forklaringsmodeller og mestringsorienterte samtaler.	SMA/AW
1130 - 1215:	Lunsj	
1215 - 1415:	Adferdsendring	Siri Marthe Hollekim/AW
1415 - 1430:	pause	
1430 - 1500:	Fysioterapeutens rolle i smertebehandling	AW/SMA
	- Hva er mål med behandling?	
	- Bidrar fysioterapeuten til kronifisering av smerte eller kronisk fysioterapi?	
	- Tverrfaglig samarbeid.	
	- Når avslutte behandlingen?	
	- Hva er effekt av behandling?	
	- NOMED	

1500: Avslutning