



Genoptræning af ikke-opereret skulder

Ydelsesområde	Sundhedsloven § 140		
Målgruppe	Borgere med konservativt behandlede skuldergener	Omfang	Vurderes individuelt
Kriterier	Borger skal: <ul style="list-style-type: none"> • Være henvist under diagnosen med beskrevet funktionstab. • Kunne forstå og følge en instruktion. • Være motiveret og tage ansvar for træningen, samt følge progressionen i træningsprogrammet. • Kunne administrere eventuelle restriktioner. 		
Kontakt	Ved modtagelse af genoptræningsplan kontaktes borger, og genoptræningen starter indenfor 7 dage.		
Mødested	Afd. Genoptræning, Sønderbo, Curdtslund 2, 3700 Rønne, eller Afd. Genoptræning, Nørremøllecenteret, Paradisvej 68, 3730 Nexø.		
Genoptræning	<p>Ved første konsultation udføres fysioterapeutiske tests. Her undersøges blandt andet den aktive bevægelighed i skulderleddet, graden af besvær ift. skulderen oplevet af patienten samt generelle smertepåvirkning.</p> <p>Ligeledes gives information om indgreb, gennemgang af restriktioner, samt årsagen til vigtigheden af genoptræningen.</p> <p>Genoptræningen indeholder oftest: opvarmning, styrke- og udholdenhedstræning, stabilitetstræning samt specifik udspænding af muskulatur omkring skulderen.</p> <p>Der anvendes træningsredskaber: elastikker, kinesio tape, MTT udstyr, bolde efter behov. Træningen vil løbende blive justeret og tilpasset den enkelte.</p> <p>Efter vurdering foregår genoptræningen individuelt eller på hold 2 gange ugentligt.</p> <p>I det omfang det vurderes relevant for borgerens træning kan der tages kontakt til læge, hjemmepleje og andre samarbejdspartnere.</p> <p>Endvidere kan der efter faglig vurdering tilbydes bassin-træning på Sønderbo eller akupunkturbehandling på Nørremøllecenteret.</p>		
Ønsket virkning og resultat	At borgeren opnår højst mulige funktionsniveau evt. vha. kompenserende tiltag. At borgeren oplever øget livskvalitet		