



Genoptræning efter Bankart læsion

Ydelsesområde	Sundhedsloven § 140		
Målgruppe	Borgere med Bankart læsion	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>Træningsforløbet følger forløbsbeskrivelse for Bankart læsioner: 1 til 3 uger postoperativt med individuel instruktion og vejledning. 4 til 12 uger med superviseret holdtræning 2 gange ugentligt på én af de to overstående adresser. Afvigelser for varigheden af genoptræningstilbuddet afgøres af en faglig, fysioterapeutisk vurdering.</p> <p>Ved første konsultation udføres fysioterapeutiske test. Her undersøges blandt andet den aktive bevægelighed i skulderledet, graden af besvær ift. skulderen oplevet af patienten samt generelle smertepåvirkning. 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>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 bassintræning 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		