

Program för kurs i handrehabilitering

Uppsala 13-17 mars 2023

Måndag 13/3

9.00	-	10.00	Kurspresentation och repetition av Handens anatomi topografiskt och funktionellt
10.00	-	10.30	Kaffe
10.30	-	11.30	Fortsättning om handens anatomi och analys av handens rörelse
11.30	-	12.00	Allmänt om ortoser och presentation av ortosmaterial
12.00	-	13.00	Lunch
13.00	-	14.30	Entrapmentsyndrom som CTS, hög o låg ulnarisentrappment och radialtunnelsyndrom
14.30	-	15.00	Kaffe
15.00	-	16.30	Fortsättning om entrapment och praktiskt arbete med utprovning av prefabricerade CTS nattortoser

Tisdag 14/3

8.30	-	10.00	Överbelastningsrelaterade diagnoser som Mb de Quervain, Epikondylalgi, ganglion, triggerfinger, mushand, skrivkramp mm
10.00	-	10.30	Kaffe
10.30	-	12.00	Fortsättning om överbelastning
12.00	-	13.00	Lunch
13.00	-	14.30	Hypermobilitet/ laxitet ett växande problem- teori och praxis
14.30	-	15.00	Kaffe
15.00	-	16.30	Utprovning av tumstöd och tejpning för positionering

Onsdag 15/3

8.30	-	10.00	Heberdens artros, CMC ₁ -artros och smärttillstånd i tumme och handled
10.00	-	10.30	Kaffe
10.30	-	12.00	Felställningsmekanismer och ortosbehandling vid reumatoid artrit
12.00	-	13.00	Lunch
13.00	-	14.30	Ortosbehandling vid kontrakturer och spasticitet – När var och hur? Teori och diskussion
14.30	-	15.00	Kaffe
15.00	-	16.30	Utprovning av handledsstöd, fingerrulle mm

Torsdag 16/3

8.30	-	10.00	Komplikationer efter radiusfraktur och fingerskador med frakturer och ligamentskador
10.00	-	10.30	Kaffe
10.30	-	12.00	Fortsättning om läkningsprocessen och trauma
12.00	-	13.00	Lunch
13.00	-	14.00	Handundersökning Handträning och träningsmaterial
14.00	-	14.30	Kaffe
14.30	-	16.30	Svullnad, undersökning och behandling – teori och praktiska övningar med lindning av svullna fingrar och hand

Fredag 17/3

8.30	-	9.40	Genomgång av patientfall och praktiska övningar och analys av träningsprogram
9.40	-	10.10	Kaffe
10.10	-	11.45	Fortsatt arbete med patientfall
11.45	-	12.00	Sammanfattning, avslutning och lunch