

# Program för kurs i handrehabilitering

Umeå 20-24 februari 2023

## Måndag 20/2

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

## Tisdag 21/2

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

### Onsdag 22/2

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

### Torsdag 23/2

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

### Fredag 24/2

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