

# Handrehabilitering vid ledproblematik och överbelastningssyndrom

Uppsala 26 september 2019

- |              |   |              |   |
|--------------|---|--------------|---|
| 9.00         | - | 10.00        | Kurspresentation och genomgång av handens funktionella anatomi med fokus på de strukturer som vanligtvis är engagerade vid artrit, artros och överbelastningssyndrom. |
| <b>10.00</b> | - | <b>10.20</b> | <b>Kaffe</b>  |
| 10.20        | - | 11.00        | Diffusa smärttillstånd och laxitet<br>Hypermobilitet ett växande problem –<br>Träning, vila, ortoser, när var och hur?<br>Teori och diskussion                        |
| 11.00        | - | 12.00        | Belastningsrelaterade diagnoser som<br>ganglion, Mb de Quervain, triggerfinger.<br>Undersökning, behandling och träning.<br>Teori och diskussion                      |
| <b>12.00</b> | - | <b>13.00</b> | <b>Lunch</b>  |
| 13.00        | - | 14.10        | Ortosbehandling vid artrit/artros – teori och<br>diskussion Genomgång av egentillverkade<br>och prefabricerade ortoser  |
| <b>14.10</b> | - | <b>14.30</b> | <b>Kaffe</b>  |
| 14.30        | - | 16.00        | Handträning vid artrit/artros –<br>Analys av träningsprogram för rörelse-,<br>stabilitets- och styrketräning.<br>Ledskydd? Evidens?<br>Teori och diskussion           |
| 16.00        | - | 16.30        | Presentation av patientfall<br><br>Sammanfattning – avslutning  |