

Rundbordsdiskussion:

Egenhåndtering

Danske Fysioterapeuters Fagkongres 2025

Odense Kongrescenter

Præsentation af holdet

Alice Kongsted

Maja Hubeishy

Morten Høgh

Peter Møller Andersen

Per Kjær

Tidsplan

09:55 – 10:20 Korte oplæg

10:20 – 10:25 Intro gruppedrøftelse + intro Case 1

10:25 – 10:45 Drøftelse og essenser case 1

10:45 – 11:05 Case 2

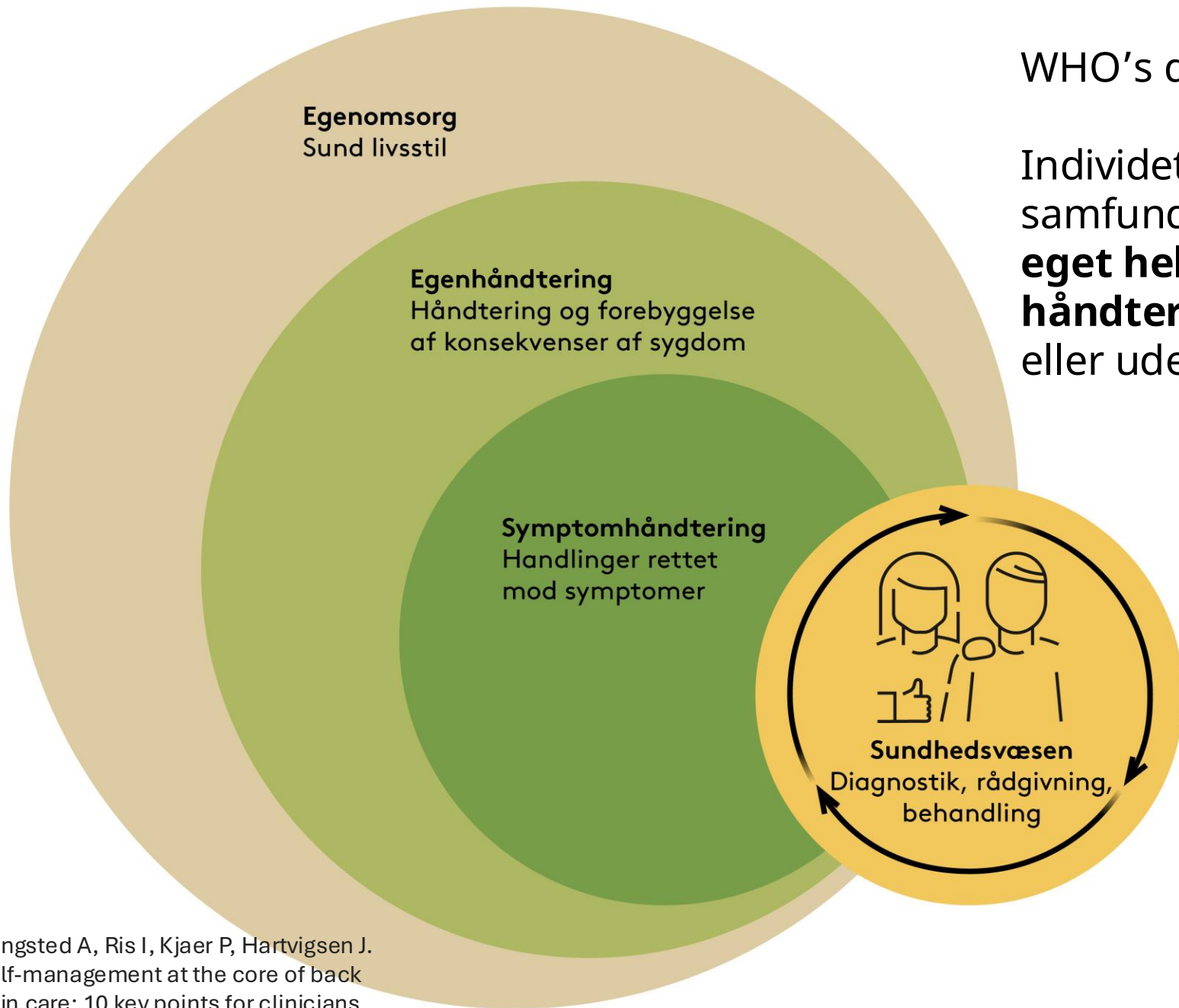
11:05 – 11:25 Opsummering temaer

Overordnet om temaet egenhåndtering

- Tidens trend
 - I alle anbefalinger
 - I strukturerede forløb i fysioterapipraksis og kiropraktorpraksis
- Men hvad er det og hvordan kan vi understøtte egenhåndtering?
- Kaste lys over, hvad vi allerede kan, og hvad vi mangler at kunne
- Belysning ved Cases

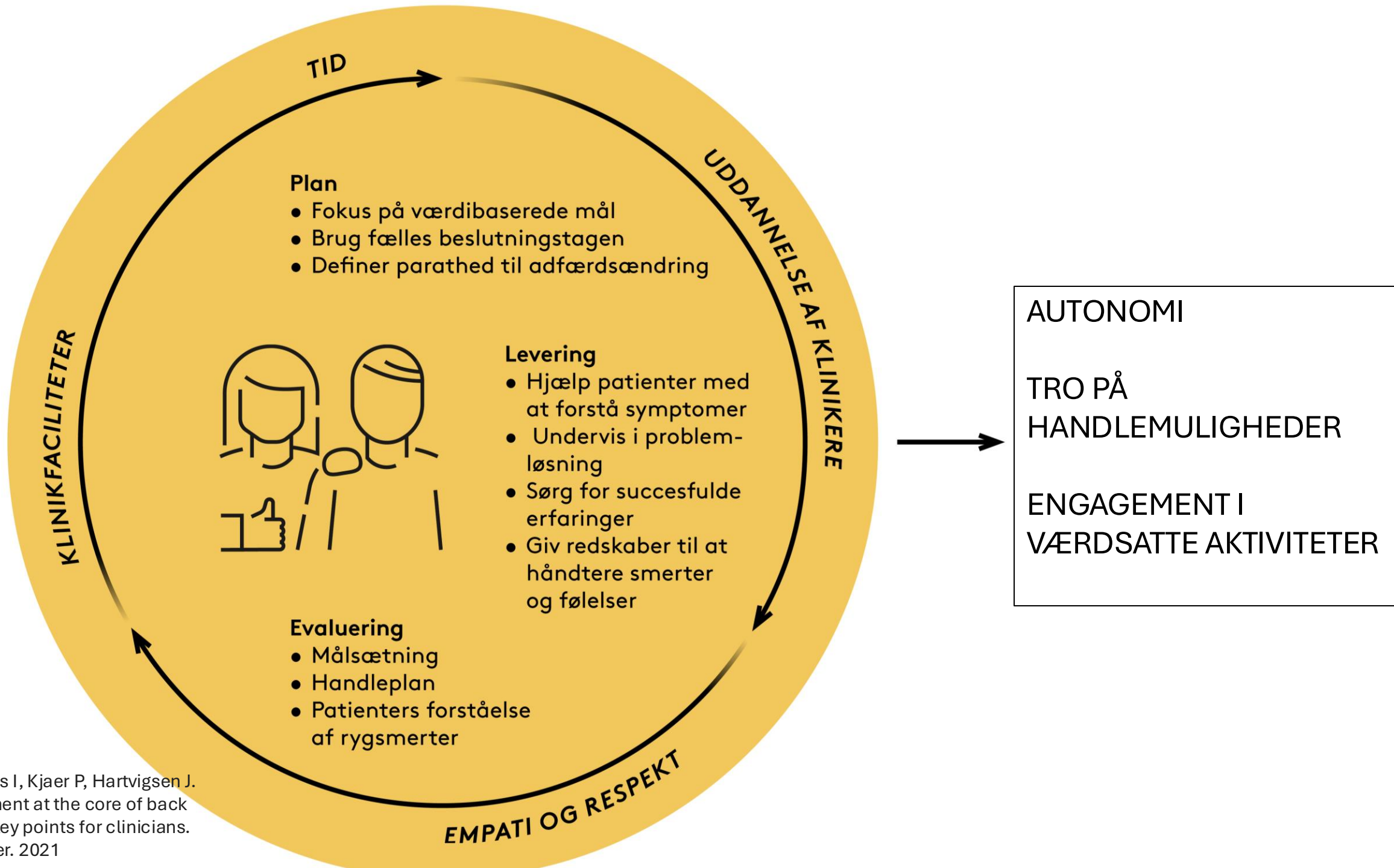
Definition af egenhåndtering

- Egenhåndtering i forskellige faser af patientbehandling
- Klinikerens rolle i forhold til egenhåndtering, versus understøttet egenhåndtering



WHO's definition egenomsorg

Individet er, sammen med familie og samfund, **engageret i at tage vare om sit eget helbred, forebygge sygdom, og håndtere sygdom og funktionstab** med eller uden hjælp fra sundhedsprofessionelle



Hvad udfordrer
fysioterapeuter
i at understøtte
patienters
egenhåndtering?



PARADIGME SKIFTE

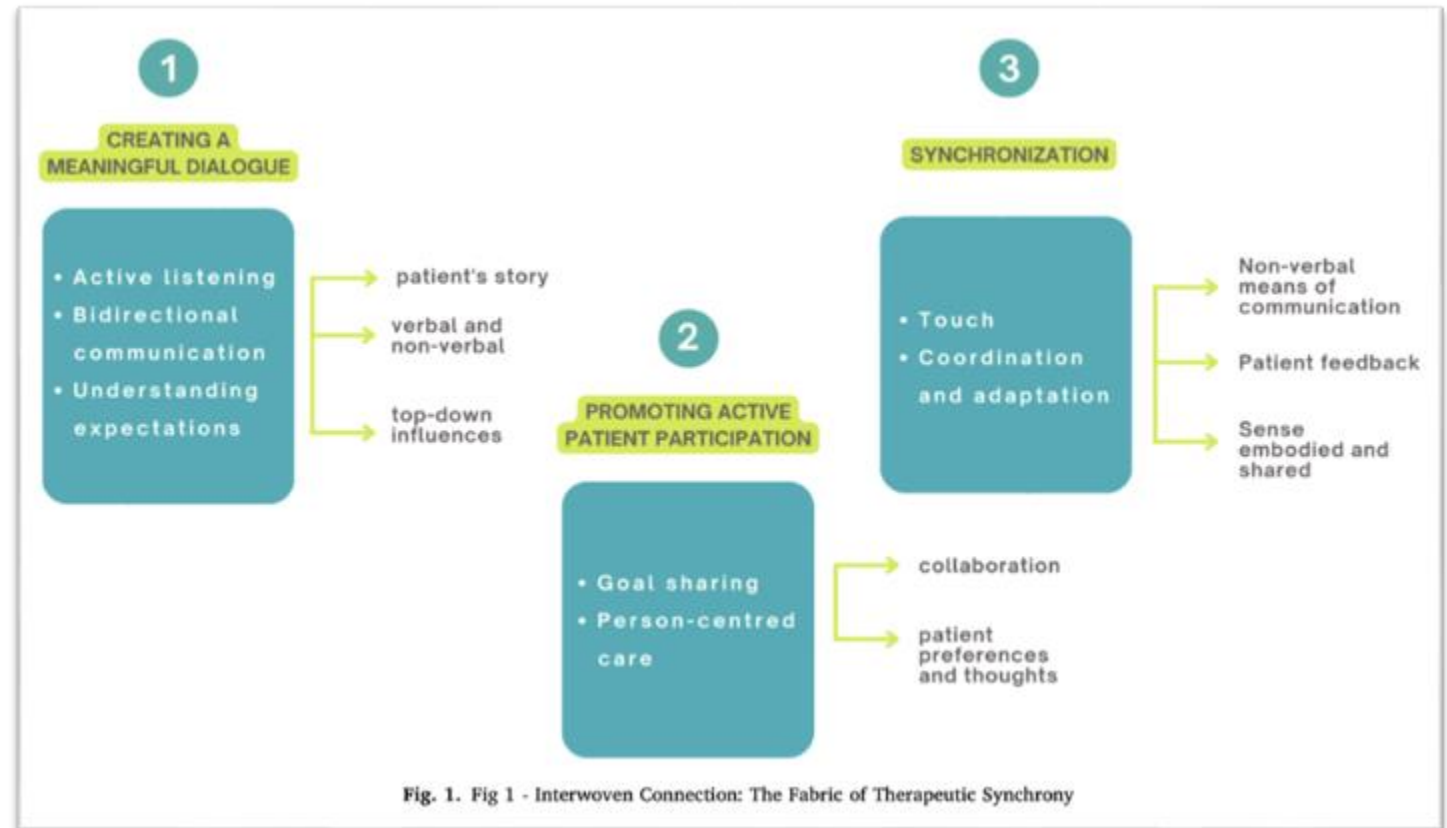


BIOMEKANISK FAGIDENTITET
OG KULTUR

Den terapeutiske alliance som grundlag for egenhåndtering

- **Lyt og skab mening**
 - Mal som Rembrandt...
 - Patientens ressourcer
 - Uafprøvede muligheder
- **Styrk patientens kontrol**
 - Patient-centreret ≠ ekspert-centreret
 - Evidens-baseret praksis
- **"Synkronisering"**
 - Berøring...!
 - Følg op (mål og spørg)
 - Smertelindring, -kontrol og patientens reaktion/adfærd

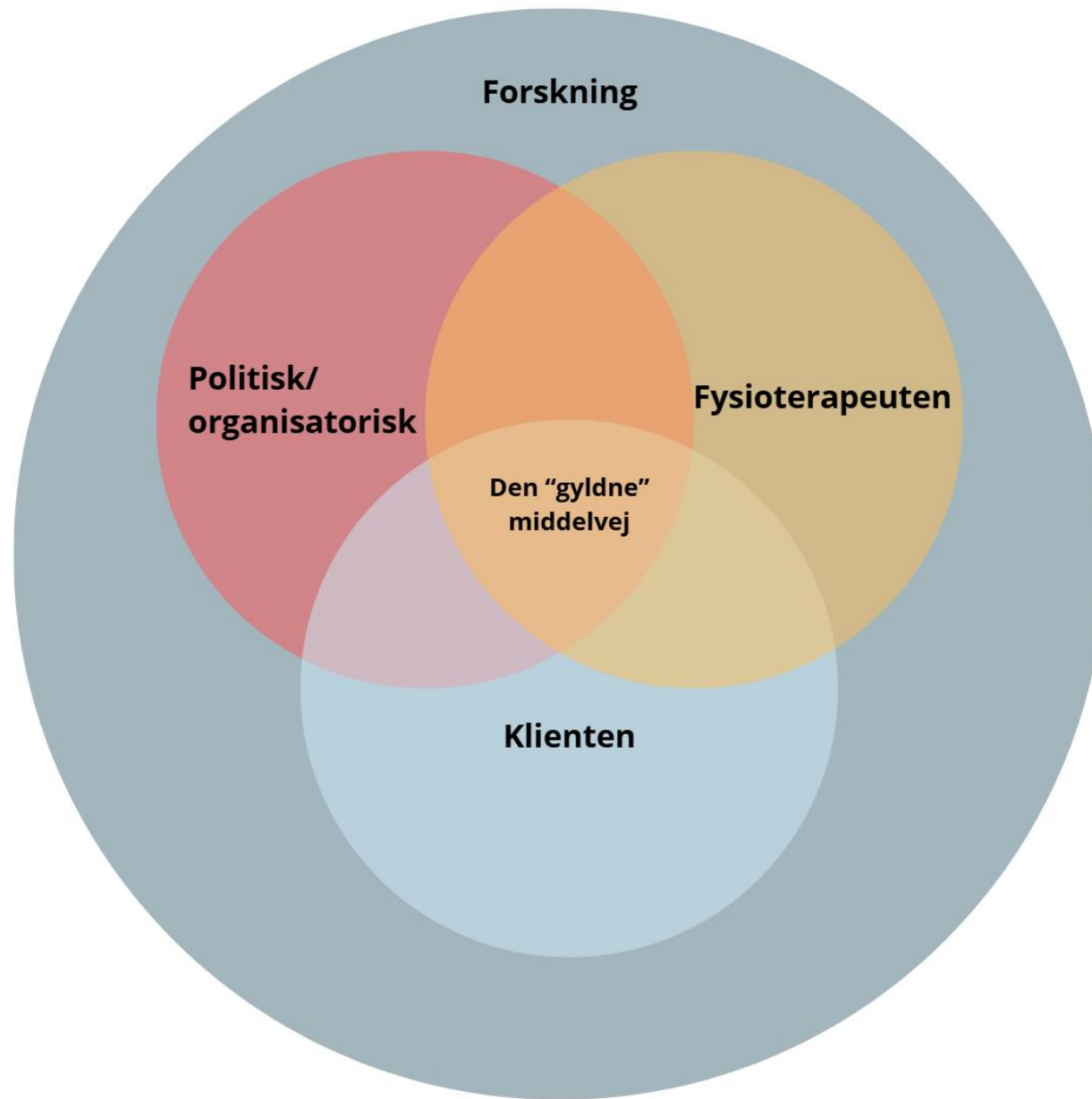
Patienten skal kende, magte og ønske sine mål og midler



Arrigoni A, Rossettini G, Palese A, Thacker M, Esteves JE. Exploring the role of therapeutic alliance and biobehavioural synchrony in musculoskeletal care: Insights from a qualitative study. *Musculoskelet Sci Pract.* 2024 Oct;73:103164

Monitorering af egenhåndtering i fysioterapipraksis

- Datadrevet praksis og monitorering i fysioterapi
- Monitorering af egenhåndtering - Hvordan... og for hvem?
- Standardiserede vs. individualiserede effektmål
- Kan man (overhovedet) tilgodese alle?



Rundbordsdiskussion

Inddeling i grupper á max 8

Præsentation af Case 1, ryg

- 59-årig kvinde med rygsmerter
- Sygemeldt fra job som advokatsekretær
 - Klarer ADL, men begrænset i daglige funktioner
 - Social isolering og føler sig som ”byrde”
- Genoptræning på hold og behandlings hos kiropraktor
- Tidligere håndbold og nu korte gåture
- Mål
 - Gå ture, samleje, se venner
- Vigtigste undersøgelsesfund
 - Usikker på ve. ben som har nedsat kraft, reflekser og sensibilitet
 - Ingen mistanke om alvorlig patologi

Spørgsmål til Case 1 - ryg

- Hvad er udfordringerne i forhold til at denne patient deltager aktivt i håndtering af sin sygdom?
- Hvordan kan du som fysioterapeut understøtte egenhåndtering hos denne patient, også udenfor klinikken?
- Hvordan passer understøttelse af patientens egenhåndtering ind i min forståelse af rollen som fysioterapeut og mine kompetencer?

Præsentation af Case 2 - sklerose

- 72-årig kvinde med sklerose gennem 25 år
 - Udtrætning og tiltagende inaktivitet
- Udfordringer med
 - rengøring, finmotorik, smerter, søvn, hukommelse, gang med rollator, social kontakt, modløs
- Tidligere mere aktiv
 - Svømning, fitness, sklerosehold
- Mål
 - Gå, bedre balance, bedre koncentration
- Udvalgte undersøgelsesfund
 - Går med stok, støtter med arm ved rejse sig/sætte sig, påvirkede refflekser, sensibilitet, koordinatin og muskelstyrke

Spørgsmål til Case 2 - Sklerose

- Hvilke udfordringer **og/eller faktorer** kan påvirke en patients evne til at håndtere et liv med kronisk sygdom?
- Hvordan kan du som fysioterapeut understøtte klientens evne til at håndtere sit liv med MS – både på kort sigt og på lang sigt?
- Hvordan stemmer det at understøtte denne patients egenhåndtering med din forståelse af din rolle som fysioterapeut, og hvordan adskiller den sig eventuelt?

Afsluttende rundbordsdiskussion

- Vigtigste temaer udsprunget af rundbordsdiskussionen i forhold til at arbejder videre med støtte af egenhåndtering hos patienter i fremtiden
- Drøft temaer med sidemanden i tre minutter; noter på post-it
- Temaer sættes op på plancher og grupperes under hovedoverskrifterne: viden, redskaber, kompetencer og roller
- Kort opsummering og mulighed for kommentering af temaer