

# Almen fysioterapi

Din behandlingsplan og din behandling bygger på din fysioterapeuts faglige vurdering med udgangspunkt i den nyeste forskningsbaserede faglige viden om netop din tilstand/sygdom.

## Rammerne i den almene fysioterapi

Du har mulighed for at få almen fysioterapi, hvis din praktiserende læge henviser dig. Det betyder, at din region betaler 39,3 % af din regning.

Fysioterapi som behandling har overordnet til formål at opretholde din livskvalitet og din evne til at bevæge dig.

Fysioterapi har til formål at hjælpe dig til at fungere bedst muligt ved fx at:

- mindske/fjerne smerter og hævelser
- øge/forbedre bevægelighed i led
- øge kropsbevidsthed og kropsfunktion
- forbedre musklers funktion, herunder at løsne fastlåste muskler og styrke svage muskler
- lindre smerter ved skader, operationer og lignende
- give redskaber til selv at kunne håndtere smerter/symptomer via strategier og øvelser.

Behandlingen bygger på din praktiserende fysioterapeuts grundige undersøgelse og vurdering af dine samlede ressourcer og udfordringer, herunder en vurdering af dine muskler, led og bevægelighed.

Information, vejledning og træning er en vigtig del af behandlingen hos en fysioterapeut. Din praktiserende fysioterapeut kan rådgive dig om din tilstand og give dig konkrete forslag til, hvordan du bedst tackler de symptomer og begrænsninger, som du oplever i din hverdag.

## Strukturerede forløb

Som noget nyt udarbejdes der strukturerede forløb målrettet fire forskellige patientgrupper inden for almen fysioterapi:

- Lumbal og cervikal nerverodstryk (nerverodspåvirkning)
- Lumbal stenose (forsnævring af rygmarvskanalen)

- Artrose i hofte og knæ (slidgigt)
- Smerter i lænderyg.

De udvikles og udrulles hen over 2025.

Formålet med de strukturerede forløb er at sikre, at den behandling du modtager, bygger på den nyeste og mest opdaterede viden om din sygdom, så du hurtigst muligt kan vende tilbage til normal daglig livsførelse med få eller ingen symptomer. Desuden understøtter de strukturerede forløb, at du og andre patienter inden for samme patientgruppe får samme tilbud om behandling af ensartet høj faglig kvalitet.

Samtidig understøttes du i egenhåndtering, så du i videst muligt omfang kan fungere i din dagligdag med god livskvalitet.

Din fysioterapeut tilrettelægger fortsat en behandlingsplan for dig på baggrund af en samlet faglig vurdering, der bl.a. bygger på dit funktionsniveau og sygdomsbillede. Din fysioterapeut tilpasser løbende din behandlingsplan og dit behandlingstilbud, så de følger din aktuelle sygdomsstatus og funktionsevne.

## Kilder

Faktaark om almen fysioterapi

Sundhedsstyrelsens anbefaling om fysisk aktivitet



## PATIENTPJECE

# Strukturerede forløb i fysioterapipraksis

## inden for vederlagsfri fysioterapi og almen fysioterapi

I denne pjece kan du læse om, hvad strukturerede forløb i fysioterapipraksis er inden for den vederlagsfri fysioterapi og almene fysioterapi.



# Vederlagsfri fysioterapi

Formålet med den vederlagsfri indsats er at forbedre, vedligeholde eller forhale forringelse af funktionsniveau hos dig, som har et varigt svært fysisk handicap eller funktionsnedsættelse som følge af progressiv sygdom. Vederlagsfri fysioterapi kan altså ikke anvendes til eventuelle andre sygdomme eller tilstande, som du har.

Din fysioterapeut laver en grundig undersøgelse og vurdering af din tilstand, som danner baggrund for det tilbud, som du kan få inden for rammerne i den vederlagsfrie ordning, og som tager udgangspunkt i den nyeste forskningsbaserede faglige viden om netop din tilstand/sygdom.

Fysioterapi som behandling har overordnet til formål at fremme din livskvalitet og opretholde dit funktionsniveau så længe som muligt.

## Rammerne i den vederlagsfri fysioterapi

Du har mulighed for at få en henvisning til vederlagsfri fysioterapi fra din behandlende læge, hvis du har en sygdom eller tilstand inden for følgende fire hoveddiagnosegrupper:

1. Medfødt eller arvelig lidelse
2. Erhvervet neurologiske lidelse
3. Fysisk handicap som følge af ulykke
4. Nedsættelse af led- eller muskelfunktion som følge af inflammatoriske gigttildelser.

Sundhedsstyrelsen har udarbejdet en diagnoseliste som supplement til de fire hoveddiagnosegrupper.

Det er din behandlende læge, som vurderer, hvilken af disse du henvises under.

Sundhedsstyrelsen definerer uden svært fysisk handicap med progressiv sygdom,

når du selv kan klare din daglige personlige livsførelse indendørs i døgnets 24 timer uden hjælp eller hjælpemidler, og har en fysisk funktionsnedsættelse. På baggrund af din tilstand vurderer din fysioterapeut, hvilken fysioterapeutisk behandling du har behov for.

Sundhedsstyrelsen definerer svært fysisk handicap, når du ikke kan klare din daglige personlige livsførelse indendørs i døgnets 24 timer uden hjælp eller hjælpemidler. Hvis du opfylder kriterierne, har du mulighed for at få vederlagsfri fysioterapi. På baggrund af din tilstand vurderer din fysioterapeut, hvilken fysioterapeutisk behandling du har behov for.

Hvis du vil læse mere om den vederlagsfri fysioterapi, kan du finde mere information i Sundhedsstyrelsens vejledning.

## Kilder

Overenskomst om vederlagsfri fysioterapi

Sundhedsstyrelsens vejledning om vederlagsfri fysioterapi

## Strukturerede forløb

Som noget nyt skal praktiserende fysioterapeuter arbejde med strukturerede forløb til patienter med:

- Sklerose (fra januar 2024)
- Parkinson (fra januar 2025)
- Følger efter stroke (fra januar 2026)
- Kronisk leddegigt (fra januar 2027).

Formålet med de strukturerede forløb er at sikre, at den behandling du modtager, bygger på den nyeste og mest opdaterede viden om din sygdom, så du kan bevare mest muligt funktionsevne længst muligt. Desuden understøtter det strukturerede forløb, at andre patienter med samme diagnose får samme tilbud om behandling af ensartet høj faglig kvalitet.

Samtidig understøttes du i egenhåndtering, så du i videst muligt omfang kan fungere i din dagligdag med god livskvalitet.

Din fysioterapeut tilrettelægger fortsat din behandlingsplan på baggrund af en samlet faglig vurdering, der bl.a. bygger på dit funktionsniveau, dit sygdomsbillede og dialogen med dig. Din fysioterapeut tilpasser løbende behandlingsplanen og dit behandlingstilbud, så den følger din aktuelle sygdomsstatus og funktionsevne.

Sundhedsstyrelsens henvisningskriterier gælder også for de strukturerede forløb. Det indebærer, at din fysioterapeut fortsat vurderer, hvad der skal og kan indgå i din behandling inden for rammerne i vejledningen.

Generelt skal alle med en kronisk lidelse være lige så fysisk aktiv som mennesker

uden en kronisk lidelse og dermed følge Sundhedsstyrelsens anbefalinger om fysisk aktivitet. Anbefalingerne for fysisk aktivitet er mere, end det tilbud der ligger indenfor rammerne i den vederlagsfrie ordning og herunder de strukturerede forløb.

Derfor vil din fysioterapeut i samarbejde med dig og måske dine pårørende lægge en plan for, hvordan du får den mængde af træning, som din fysioterapeut anbefaler til dig, med udgangspunkt i dit sygdomsforløb.

## Kilder

Overenskomst om vederlagsfri fysioterapi

Sundhedsstyrelsens anbefaling om fysisk aktivitet