



5 dagars klinisk kurs i MTT för patienter med axel-, armbåge- och handledssmärter – dysfunktion i övre extremitet

San Augustin, Gran Canaria 21 - 25 november 2011

Tid: Måndag till fredag 21 - 25 november 2011
Kurs: MTT för axel-, armbåge- och handledssmärter – dysfunktion i övre extremitet.
Plats: Svenska Re, Rocas Rojas, San Augustin, Gran Canaria
(www.svenska-re.se)

Kurspris: 5.700 kr + moms (Sverige och Danmark) som inkluderar en övnings- och en teorimanual samt en DVD med alla övningar.

Undervisare: Fysioterapeut Tom Arild Torstensen B.Sc. (Hons), PT, Cand. Scient, Specialist i manuell terapi MNFF, Holten Institute AB och Fysioterapeut Morten Andre Romslo, M.Sc., specialist i manuell terapi Fysioterapeuterna Berit och Håvard Østerås, som presenterar resultat från Trondheim Skulder studien.

Anmälan: Bindande anmälan skriftligt till:
E-post: info@holteninstitute.com
Adress: Holten Institute AB, Box 6038, 181 06 Lidingö
Tel: 070-734 4102, Fax: 08 - 731 70 55.
Hemsida: www.holteninstitute.com
Faktura och kursbekräftelse sänds efter mottagen anmälan

Sista anm.dag: Fredag 11 november (brukar snabbt bli fullbokat)

Aktiviteter: Tisdag, gemensam kväll på Bodegon Vandama (www.bodegonvandama.com). En mycket trevlig Bodega som ligger precis vid den kända vulkanen Bandama nord på Gran Canaria. Ca 40 minuters resa från Svenska Re med hyrd buss. Fredag, Rakfisk, en norsk upplevelse!

Resa och boende bokas på egen hand. Tex www.rocasrojas.com, www.gloriapalaceth.com eller www.aparthotelfolias.com.
Klimatet denna tid är som en nordisk sommar, ca 22 -27° C och över 20° C i havet.

För ytterligare information om MTT generellt och om MTT kurserna, besök också vår hemsida: www.holteninstitute.com eller kontakta Tom Arild Torstensen, info@holteninstitute.com, mobil 070 - 734 4102.

*Då det är stort intresse för kursen och den fort fylls upp, bör du vara snabb med anmälan. Max antal deltagare är 24 st och anmälningarna registreras i den ordning de mottages. Kom ihåg träningskläder och skrivsaker!
Välkommen!*

Vänliga hälsningar

Tom Arild Torstensen



Varför denna kurs?

Medicinsk träningsterapi är idag i färd med att bli vetenskapligt dokumenterad som en effektiv behandling för patienter med långvarigt subcromialt smärtsymtom. Erfarenhetsmässigt är MTT också en nyttig och effektiv behandling av lateral epikondylitt och andra smärtproblem samt funktionsnedsättningar i övre extremiteten. På kursen får du en grundlig genomgång av de mekanismer som förklarar hur MTT fungerar och hur man skall träna/behandla patienten på individnivå. Det är behov av ökad kunskap inom klinisk resonering - hur man behandlar varje patient, hur du resonerar och tänker i mötet med patienten samt hur du kommunicerar, väljer övningar och doserar dessa utifrån patientens smärttillstånd/beteende, funktionsförmåga och motivationsnivå.



5 dagars klinisk kurs i MTT för patienter med axel-, armbåge- och handledssmärter - dysfunktion i övre extremitet

San Augustin, Gran Canaria 21 - 25 november 2011

Tom Arild Torstensen B.Sc (Hons), PT, M.Sc., specialist i manuell terapi MNFF (motsv steg 3 i Sverige)
Holten Institute AB - kunnskapformidling, Box 6038, 181 06 Lidingö
E-mail: info@holteninstitute.com, hemsida: www.holteninstitute.com

Måndag

08.00-10.30

08.00-16.00

Medicinsk Träningsterapi (MTT) – en biopsykosocial behandling av smärta og dysfunktion i över extremitet. Teorigrundlaget for MTT som kriterierna for MTT. Struktur kontra funktion. När man måste träna med smärta och när man kan träna så gott som smärtfritt. MTT med ett kognitivt förhållningssätt. Globala, semi-globala och lokala övningar. Varför patienten skall bli svettig. Fas I, II och III patienter som en klassificering av patienter för att ge rätt behandling till rätt patient till rätt tid. "Open versus closed chain" vid behandling av dysfunktion i övre extremitet. Hur testa ut och dosera övningar? (Teori)

10.30-11.00

Kaffe/Te/Frukt

11.00-12.30

Test av ett övningsprogram (praxis)

12.30-13.00

Genomgång av artiklar/teori som man skall arbeta med på eftermiddagen (Teori)

13.00-14.00

Lunch (på egen hand)

14.00-16.00

Självstudie

20 minuter global övning, så 4 olika semiglobala och lokala övningar a 3x30, så 5-10 minuter global övning, så nya 4 olika semiglobala - och lokala övningar å 3 x 30. Hur kan detta vara smärtbehandling? (artiklar).

Tisdag

08.00-09.30

08.00-16.00

Tidig dosering av övningar för en patient med långvarig subakromialt smärtsyndrom med aktiv abduktion til 45 grader, aktiv flexion till 60 grader och inåt rotation till gluteal folden. (Praxis)

09.30-10.00

Vad är funktionen til supraspinatus? Handens funktion er viktig vid träning/behandling av en axel dysfunktion (teori).

10.00-10.30

Kaffe

10.30-11.00

Teori för dosering. Fas I, II och III patienter. Under dosering med ett kognitivt förhållningssätt. Hur man kombinerar globala, semiglobala och lokala övningar.

11.00-12.30

Vidare doserings stegring av övningar för patienter med långvarig subakromialt smärtsyndrom.

12.30-13.00

Genomgång av artiklar/teori som man skall arbeta med på eftermiddagen.(Teori)

13.00-14.00

Lunch (på egen hand)

14.00-16.00

Självstudie.

Trondheim Axel Studien. Resultat från en randomiserat studie som har sammenliknad hög dos hög repetitiv MTT behandling (80-90 minutter) versus ett valigt träningsprogram (20-30 minutter). Genomgång av 5 olika publicerade studier.

18.00 -

Social kväll med avresa med buss 18.00 till Bodegon Vandama, www.bodegonvandama.com en mycket trevlig Bodega som ligger precis vid den kända vulkanen Bandama på Gran Canaria.

Onsdag

08.00-16.00

08.00-16.00

Självstudie

Kan låg behandlingsdos vara en orsak till att många randomiserade studier inte visar någon behandlingseffekt vid bruk av träning som behandling. Viktigheten av globala övningar och hur de aktiverar frigöringen av kroppens egen inre morfin – endorfiner! (teori/artiklar)

Torsdag

08.00-09.30

08.00-16.00

Doserat uppträning som MTT för en patient med långvarig lateral epicondylit. (Praxis)

09.30-10.00

Lateral epikondylit – vad är det? Effekt av behandling och mekanismer (teori)

10.00-10.30

Kaffe/te/frukt

10.30-11.00

Tendinos och neovaskularisering versus tendinitis som en förklaringsmodell för smärta.

11.00-12.30

Axelinstabilitet, multidirektionell instabilitet, habituell axel luxation och plyometrisk träning som behandling (praxis).

12.30-13.00

Teorigrundlaget för plyometrisk träning

13.00-14.00

Lunch (på egen hand)

14.00-16.00

Självstudie

Olika former för fysioterapi är lika effektivt som kirurgi för patienter med långvarig subakromialt smärtsyndrom. Artiklar och en plan för marknadsföring av sjukgymnastik som "first choice of treatment" i behandlingen av långvarig subakromialt smärtsyndrom (artiklar)

Fredag

08.00-09.30

08.00-16.00

MTT efter fraktur av radius och ulna med nedsatt rörlighet och funktion av armbågen, underarm och hand (praxis)

09.30-10.00

Varför patientens nivå av self-efficacy, motivation, smärtbeteende är viktiga prediktorer för utfall (teori).

10.00-10.30

Kaffe/te/frukt

10.30-11.00

Hur organisera arbetsplats och arbetsdag för att uppnå optimala träningsdoser som behandling för dysfunktion i övre extremitet.

Presentation av MTT Kliniken, en privat klinik utan avtal med landstinget, som har satsat på graderat träning som MTT (www.mttkliniken.se). (teori)

11.00-12.30

Slutprogression för en idrottsutövare efter en Bakart-operation (praxis).

13.00-14.00

Lunch (på egen hand)

14.00-16.00

Självstudie

18.00 -

Test av Norsk delikatess – Rakfisken.



Tom Arild Torstensen B.Sc (Hons), M.Sc., specialist i manuell terapi MNFF

Tom Arild är utbildad sjukgymnast från Ulster University 1983, manuell terapeut och lärare i manuell terapi i Norge sedan 1987. Magistergrad i fysioterapi från Universitetet i Bergen 2001 och idag forskningsmässigt knuten till Karolinska Institutet i Stockholm. Tom Arild har publicerat resultat från kliniskt kontrollerade studier på effekten av medicinsk träningsterapi på patienter med långvariga ryggsmärter. Han är nu involverad i forskning som evaluerar effekt av medicinsk träningsterapi på patienter med långvariga subakromiala skuldersmärter och ser på mekanismer som kan förklara varför MTT är en effektiv behandlingsmetod. Tom Arild är också intresserad av att rätt patient får riktig behandling i rätt tid och har i flera år utvecklat ett klassificeringssystem, Typ I, II och III patienter, som är till hjälp i den kliniska resoneringsprocessen.