

# Krumeluren

Medlemstidning för Fysioterapeuternas Sektion för habilitering och pediatrik

---

---

Nummer 1, 2017

---

---

Ordförande har ordet	s. 2
Studiebesök APCP, London	s. 4
FaR för barn och ungdomar	s. 5
Rapport från kurser/konferenser	s. 7
Kommande kurser/konferenser	s. 9
Resestipendium	s. 11
Information om kontaktombud	s. 12
Nätverk	s. 13
Styrelsen	s. 15

## **Fysioterapeuternas sektion för habilitering och pediatrik**



Fysioterapeuternas Sektion för Habilitering och pediatrik bevakar och tillvaratar sina medlemmars speciella yrkesfrågor. Sektionen fungerar, liksom övriga sektioner, som remissinstans för förbundet Fysioterapeuterna. Sektionens främsta uppgift är att bidra till utvecklingen av fysioterapi inom pediatrik och habilitering, samt att främja samarbetet mellan pediatrikska sjukgymnaster såväl nationellt som internationellt. Sektionen ansvarar för och anordnar olika fortbildningsaktiviteter. Sektionen har ett nätverk med kontaktombud som samlar och representerar sektionens medlemmar i sitt område och utgör en länk mellan medlemmarna och sektionens styrelse.

### **AKTUELLT STYRELSEARBETE**

#### **Ordföranden har ordet!**

Det är nu det händer.

Tänk dig det där som du har väntat på så länge.

Nu kanske du tänker på en semesterresa, tid tillsammans med den som betyder allra mest eller skattepengarna innan midsommar. Det är också bra grejer. Men jag pratar om en annan typ av återbäring. Den när hårt arbete ger tillbaka.

Som fysioterapeuter arbetar vi alla med rörelse på ett eller annat sätt. Det är vår metod och det som är vårt signum. Under våren 2017 har det regnat rapporter, debattartiklar, rekommendationer och diskussioner om våra barns rörelsemönster. Äntligen blir denna fråga ett ämne som kommer högt upp på dagordningen. Äntligen är detta en diskussion som prioriteras. Och det är nu som vårt hårda arbete med att lyfta den här frågan ger tillbaka.

För det är framförallt vi fysioterapeuter som har mycket kunskap om hur vi kan främja rörelse hos barn och unga. Oavsett om det är för att bibehålla funktion, att förebygga ohälsa eller för att främja hälsa, så spelar vi en viktig roll för många barn och deras rätt till rörelse. Vi är många som redan jobbar mot detta och gör det på ett naturligt sätt. Fysioterapeuterna har detta som en prioriterad fråga under 2017 – så låt oss vara delaktiga! Tala om för dig själv, för beslutsfattare, för vänner, för den som vill diskutera vad du som fysioterapeut kan bidra med.

Hör gärna av dig till oss i styrelsen eller på vår Facebook-sida och berätta om hur du och dina kolleger gör för att utveckla ert arbete eller få barn och unga i rörelse. *Vi bli bara bättre genom att hjälpa och lära av varandra!*

Men framförallt. Inspirera barn i din närhet till att röra på sig. Låt dem upptäcka vad deras kroppar klarar av och kan utveckla. Ha roligt tillsammans på ett sätt som passar er, oavsett om det är att spela badminton, ha vattenkrig eller gå på upptäcktsfärd. Barnen behöver oss, inte bara som fysioterapeuter utan som kloka och roliga vuxna. Hopp och lek – för det är nu det händer!

Tänk på att sommaren är lång (Ledin har fått det om bakfoten).  
Tänk på att ta hand om dig på det sätt som passar just dig!

Nu tar styrelsen sommarlov och önskar er alla en fantastisk sommar!





## **ERFARENHETSUTBYTE MED ASSOCIATION OF PAEDIATRIC CHARTERED PHYSIOTHERAPIST (APCP) STORBRITANNIEN**

I våras blev vi kontaktade av Anna Hebda-Boon som är utbildningsansvarig i den brittiska organisationen för pediatrika fysioterapeuter Association of Chartered Paediatric Physiotherapists - APCP. Vi blev inbjudna att skicka ett par representanter från styrelsen att vara med på en av deras introduktionskurser för pediatrika fysioterapeuter.

Stina Törner, ordförande och jag, Lena Hedström, sekreterare deltog i 3-dagars kurs i London 9 - 11 juni.

Fullspäckade dagar med många föreläsningar om ämnen som berör en pediatrik fysioterapeut. Dagarna invigdes av ordförande Liz Gray som pratade om Pediatrik fysioterapi - något att vara stolta över. Hon betonade att vi bör presentera oss som *pediatriska* fysioterapeuter. Hon sa även något som jag fastnade för "Physiotherapy is not something you *get*, it's something you *do*".

Några av de ämnen som togs upp under dagarna: The role of paediatric physiotherapy, Communication with children, Growth and normal development, Neurological patient assessment/outcome measures, Neurological gait and orthopaedic management, Assessment and management of paediatric musculoskeletal conditions, Rheumatology and Hypermobility and Management of respiratory conditions.

Det var intressant att se att mycket av vår kunskapsbas är gemensam. Vi hade också tillfälle att tillsammans med Anna fundera kring möjliga samarbetsformer kring utbildning. Skulle vi kanske gemensamt kunna ordna kurser/föreläsningar som skulle kunna följas på distans? Vi har nu etablerat en kontakt och det blir spännande att se hur vi fortsätter att utveckla detta!

Gå gärna in på APCP's hemsida [apcp.csp.org.uk](http://apcp.csp.org.uk). Där finns mycket material som man kan ta del av, även om man inte är medlem. Sök även på "guidelines" så kan du exempelvis hitta: "Guidelines for Cystic Fibrosis" och "Overview of the NICE Guidelines and Recommendations for Transition".

Sedan måste jag bara berätta om en programpunkt som var mycket givande. En ung man med CP kom på besök och berättade för oss hur han upplevde att ha en CP-skada och att ha träffat och jobbat med flera fysioterapeuter. Det viktigaste han ville berätta var att alla vi

”terapeuter” - fysioterapeuter, arbetsterapeuter, läkare osv som träffar barn/ungdomar ska prata med DEM och inte bara deras föräldrar!!! Han berättade också om ett projekt som han ingått i förra sommaren där en grupp ungdomar med CP-skada fick träffas och lära sig mer om sin diagnos. De gjorde sedan en film som vi fick ta del av - de kallar den ”Cerebral People” - fyndigt namn, eller hur ☺ Den kan du söka på Youtube. Den hamnar högst upp när man söker på titeln och är gjord på Homerton University Hospital.

/ Lena Hedström



*Networking:*

*Anna Hebda- Boon, APCP, Stina Törner och Lena Hedström  
Styrelsen Sektionen för  
Habilitering och Pediatrik*

## **RAPPORT FRÅN ”VERKLIGHETEN”**

### **FaR för barn och unga**

Under våren har det varit många diskussioner och publikationer kring barn och ungas rörelsevanor. Detta tycker vi i sektionen är mycket positivt och välkomnar diskussionen. De flesta röster verkar vara överens om att barn rör sig för lite och att daglig fysisk aktivitet behöver öka, men hur ska vi göra? Ett konkret exempel är Fysisk aktivitet på Recept - FaR

Fysisk aktivitet på Recept (FaR) är en medicinsk behandling med syfte att förebygga och motverka ohälsa kopplat till levnadsvanor. FaR kan även förskrivas till barn och unga men naturligtvis är det av stor vikt att barnets föräldrar är delaktiga.

#### Vilka kan förskriva FaR?

All legitimerad personal kan förskriva FaR. För att kunna använda sig av FaR som behandlingsmetod krävs kunskap både om effekterna av den fysiska aktiviteten vid olika diagnoser och om lämplig dosering. Vårdpersonalen behöver också ha kännedom om lokala träningsmöjligheter för att på ett bra sätt kunna lotsa familjen.

#### Vilka barn och unga kan få FaR?

De barn och unga som riskerar eller har ohälsa p.g.a. en allt för inaktiv livsstil och inte når upp till hälsorekommendationen. Exempel på diagnoser där inaktivitet kan förekomma är barn och unga med övervikt eller fetma, barn och unga med nedstämdhet eller t.ex. kronisk

sjukdom. Det är viktigt att fråga kring barnets aktivitetsnivå oavsett diagnos eller vikt och inte förutsätta svaret.

### Nya svenska rekommendationer för fysisk aktivitet!

#### Barn 0-5 år

Daglig fysisk aktivitet ska uppmuntras och underlättas och endast i undantagsfall begränsas.

#### Barn och unga 6-18 år

Alla barn och ungdomar skall uppmuntras till daglig fysisk aktivitet. Hälsovinster uppnås vid sammanlagt minst 60 minuters fysisk aktivitet per dag.

- Aktiviteter som innebär en markant ökning av puls och andning (hög intensitet) bör ingå minst 3 ggr/vecka.
- Bör vara av främst aerob karaktär och intensiteten måttlig till hög
- Större hälsovinster om dosen ökas.

#### Stillasittande 0-18 år

Barn och ungas hälsa tycks påverkas negativt av långvarigt stillasittande. I dagsläget finns det inte tillräckligt med forskning för att på vetenskaplig grund kunna rekommendera hur stillasittande kan begränsas.

### Hur gör jag om jag vill använda mig av FaR?

Det är tre delar som bör ingå vid FaR-förskrivning

1. Individuellt samtal – Möt barnet/familjen på den aktivitetsnivå de befinner sig
2. Ordination – Hjälp familjen att sätta upp nåbara aktivitetsmål
3. Uppföljning – Hur gick det? Viktigt för familjen att få berätta hur det gått. Utifrån detta kan ni jobba vidare och eventuellt utöka antal mål eller revidera.

Varje barn måste få möjlighet att hitta just sin motivation till aktivitet. Motiverande samtal är den samtalsteknik som används för att hjälpa barnet och familjen att hitta sin egen motivation. Detta för att kunna sätta upp mål som är genomförbara och nåbara. Barnperspektivet är viktigt för att barnet eller ungdomen ska kunna vara delaktig i samtalet och kunna ta det till sig utifrån sin mognadsnivå.

Det allra viktigaste du kan göra som fysioterapeut är att skapa nyfikenhet kring rörelse och möjliggöra för barnet och familjen att kunna vara aktiva på ett roligt och lustfyllt sätt!

Lycka till!

Har du frågor kring FaR får du gärna kontakta Stina Törner ([stina.torner@vgregion.se](mailto:stina.torner@vgregion.se))





## **RAPPORT FRÅN KURSER/KONFERENSER**

### **Haboped dagarna 26 - 27 januari 2017**

Årliga Hab&Ped dagarna gick av stapeln 26-27 januari på Sachsska Barn- och ungdomssjukhuset i Stockholm och temat var Flerfunktionsnedsättning.

Först ut var Cecilia Lidbeck, specialistsjukgymnast i pediatrik, Med Dr, Motoriklab, Karolinska Universitetssjukhuset, Stockholm som föreläste om det delikata ämnet muskeltonus. Vilka bedömningsinstrument använder vi och vad är det egentligen vi känner? Är det ökad tonus eller motstånd från passiva strukturer? Hur skilja dystoni från spasticitet? Ett aktuellt ämne som diskuteras flitigt runtom i världen bland våra kollegor.

Efter årsmöte och lunch följde sedan Anna-Lena Lagerkvist, specialistsjukgymnast i pediatrik, Med Dr, Sahlgrenska sjukhuset, Göteborg som beskrev vad en fysioterapeut kan göra när det gäller respiratoriska behandlingsåtgärder för barn/ungdomar med flerfunktionsnedsättningar.

Camilla Melin, leg sjukgymnast, Barn- och Ungdomshabiliteringen, Malmö, avslutade första dagen med en föreläsning om Smärta hos barn och ungdomar med flerfunktionsnedsättning. Hon belyste den stora utmaningen att upptäcka, analysera och arbeta för att lindra smärta hos patienter med flerfunktionsnedsättning.

Elisabeth Rodby Bosquet, Med Dr, CPUP, Lund, tog sedan hand om oss hela fredagen. Hennes ämne var 24 h's positionering. Detta är naturligtvis av yttersta vikt för gruppen flerfunktionsnedsatta, som inte har möjlighet att själva ändra position över dygnet. Och där har vi som fysioterapeuter en viktig roll i samarbete med arbetsterapeuten. Hon gick även igenom bedömningsinstrumentet "Posture and postural ability scale" (PPAS).

Åhörarkopior från föreläsningarna finns på Sektionens hemsida, [fysioterapeuterna.se](http://fysioterapeuterna.se).

Alla deltagarna fick möjlighet att fylla i utvärderingar samt lämna önskemål på tema för 2018 års Hab&Ped dagar. Resultatet av utvärderingarna medförde att temat på nästa års Hab&Ped dagar blir "Fysioterapi för barn och ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar", så passa på att redan nu avsätta 25-26/1 2018 för två spännande och innehållsrika dagar.

/ Lena Hedström



## JEMS Paediatric 29 - 30 maj 2017, Stockholm

Efter önskemål från några av våra medlemmar började vi redan för ett år sedan ta kontakt med JEMS (Joanne Elphinston Movement System) för att försöka få till en utbildning i JEMS Paediatrics här i Sverige. Och nu blev det äntligen av. Föreläsare var Kent Fyrth från Storbritannien.



Vi gick igenom teorierna bakom JEMS och provade även många av övningarna själva. Härligt med en kurs med så mycket praktik! Kent gav oss många förslag på hur vi kan använda bollarna i vårt arbete med barn - öka tonus, sänka tonus, aktiv och passiv rörlighet, styrka, balans.....

Att arbeta med bollar, som vi ju gjort länge, fick plötsligt en dimension till!

Senare i veckan anordnade vi även samma kurs i Göteborg.

/ Lena Hedström







## KOMMANDE KURSER/KONFERENSER



### **Fysioterapidagarna - utbildningsdag fredag 27 oktober 2017**

”Fysioterapeutens roll vid stress och trauma hos barn och unga”  
Föreläsare: Monica van der Pals och Riitta Keskinen-Rosenkvist



### **Hab o Ped dagar 25 - 26 januari, 2018**

Tema för dagarna kommer att vara ”Fysioterapi vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar”. Vi har precis börjat kontakta några intressanta föreläsare. Hör gärna av er till oss om du känner till någon kollega eller föreläsare som har stor erfarenhet av området!





**VAD SKULLE DU VILJA LÄRA DIG MER OM? ELLER HAR DU  
LYSSNAT PÅ NÅGON FANTASTISK FÖRELÄSARE SOM DU TYCKER FLER  
SKULLE FÅ TA DEL AV?**

Hör av dig till någon av oss i Styrelsen, så kanske det kan bli av...  
Vi vill veta vad ni är nyfikna på!!!

**SPÄNNANDE PROJEKT...**

Vi vet att det finns så otroligt många spännande projekt ”där ute” som leds av fysioterapeuter.  
Har du något du vill berätta om? Eller du kanske har en kollega som gjort något intressant i  
sitt arbete. Kontakta oss i styrelsen!!!



**HUR ARBETAR FÖRBUNDET MED FRÅGAN OM FLER  
FYSIOTERAPEUTER INOM ELEVVÄLSAN?**

Förbundet Fysioterapeuterna har under året haft stort fokus på kongressbeslutet om att verka  
för fler fysioterapeuter inom elevhälsan.

Under våren har man genomfört en hälsoresa som resulterat i en rapport som handlar om  
rörelselyft i tre delar (barn och unga, arbetslivet och äldre) med konkreta förslag på hur  
fysioterapeuters kunskaper kan användas bättre inom vård, skola, och omsorg, men även  
samhället i stort.

Den del av rapporten som berör barn och unga har speciellt lyft fram hur barn och ungas rörelsemönster har försämrats och att få barn (44 % av pojkarna och 22 % av flickorna enligt rapport från CIF) når upp till hälsorekommendationerna för fysisk aktivitet. Som konkret åtgärdsförslag har förbundet lyft behovet av fler fysioterapeuter inom elevhälsan.

Från rapporten har förbundet tagit fram tre foldrar (barn och unga, arbetslivet och äldre) som du kan beställa från förbundets hemsida. Foldern kan du lägga i ditt väntrum och lämpar sig även dela ut till politiker och beslutsfattare i din kommun och ditt landsting. Rapporten "Rörelselyftet" och dessa tre foldrar utgör även det valmanifest med frågor som förbundet kommer att driva inför och under valet 2018.



## **RESESTIPENDIUM**

Sektionen arbetar för att stärka och öka den professionella kompetensen hos sektionens medlemmar, genom utbildningsinsatser och informationsspridning. Som ett led i detta delar sektionen 2 ggr/år ut resestipendium. Kan sökas av leg fysioterapeut som är medlem i Sektionen för habilitering och pediatrik sedan minst 1 år. Sökande ska vara yrkesverksam eller studerande på magister- eller mastersnivå. Stipendiet kan sökas för omkostnader såsom resa, logi och deltagaravgift, men ej förlorad arbetsinkomst. Ansökan ska vara beviljad före planerad aktivitet. Det kan gälla planerat studiebesök eller kurs/konferens gällande habilitering och pediatrik. Innehållet i kursen/utbildningen skall stödja sig på vedertagna fysioterapeutiska metoder gällande Pediatrik och Habilitering samt stödja sig på evidensbaserad kunskap. Sökande som ska föreläsa prioriteras före sökande som enbart deltar i konferens. Ansökan ska innehålla en kortfattad beskrivning av resans syfte och mål, kostnadskalkyl samt sökt summa. Ansökan skickas till sekr. Lena Hedström, [lena.hedstrom@regionjh.se](mailto:lena.hedstrom@regionjh.se), senast 30/4 respektive 30/10. Beslut om stipendiat tas i maj och november. Specificerad ekonomisk redovisning ska skickas in till styrelsen senast en månad efter genomförd aktivitet. Kortare skriftlig avrapportering till Krumeluren (cirka 1 A4-sida) ska skickas till sektionens sekreterare senast en månad efter avslutad aktivitet.

## **AKTUELLT FRÅN KONTAKTOMBUDSANSVARIG**

Som medlem i sektionen för habilitering och pediatrik har du möjlighet att maila frågor eller föra en diskussion med övriga medlemmar via kontaktombuden. Eftersom detta är en medlemsförmån är det viktigt att du som medlem kontaktar ditt kontaktombud för att komma med på sändlistan. En förteckning över sektionens kontaktombud hittar du på hemsidan.



**Meddela nytt kontaktombud till Cecilia Mårtensson,  
cecilia.martensson[at]sll.se  
Kontaktombudsansvarig i styrelsen**

### **Sektionen för Habilitering och Pediatrik har en grupp på Facebook.**

Sidan heter ”Fysioterapeuterna - sektionen för habilitering och pediatrik”. Denna sida är till för medlemmar i sektionen, varför vi ber dig att ange ditt medlemsnummer i Fysioterapeuterna när du ansöker om inträde i gruppen. På sidan får du information om vad som är på gång, samt möjlighet att ställa frågor och föra diskussioner. Har du svårigheter med inloggning till gruppen, kontakta Thomas Airio eller Annika Isberg, via Facebook eller mail (se adresser på Styrelsens adresslista sist i denna Krumelur).



## NÄTVERK

Vill du ha kontakt med andra fysioterapeuter som har samma intresseområde som du?  
Kontakta kontaktpersonerna för respektive nätverk nedan.

**Barnkardiologi**

**Ehlers-Danlos syndrom**

**Elevhälsa**

**Motorik vid NP-diagnos**

**Oralmotorik/nutrition**

**Rett syndrom**

**Spädbarn 0-1 år**

**Torticollis**

[annika.bredfeldt@skane.se](mailto:annika.bredfeldt@skane.se)

[elke.schubert@vgregion.se](mailto:elke.schubert@vgregion.se)

[eva.storulv@engelholm.se](mailto:eva.storulv@engelholm.se)

[susanne.nordgren@vgregion.se](mailto:susanne.nordgren@vgregion.se)

[siv.edvinsson@orebroll.se](mailto:siv.edvinsson@orebroll.se)

[lena.svedberg@jll.se](mailto:lena.svedberg@jll.se)

[kine.johansen@akademiska.se](mailto:kine.johansen@akademiska.se)

[anna.ohman@friskispraktiken.com](mailto:anna.ohman@friskispraktiken.com)

alt. [ohmanan@gmail.com](mailto:ohmanan@gmail.com)

Kontaktpersoner Siv Edvinsson för Oralmotorik/nutrition och Kine Johansen för  
Spädbarn 0 – 1 år har meddelat att de gärna lämnar “stafettpippen” vidare.  
Kontakta dem om du är intresserad!

Är du intresserad av att starta ett nätverk för något område inom pediatrik sjukgymnastik?  
Kontakta någon av oss i Styrelsen.





Och så vill vi avslutningsvis önska er alla  
en riktigt härlig, avkopplande  
SOMMAR!

**Styrelsen, Fysioterapeuternas  
Sektion för Habilitering och Pediatrik, 2017**

**Ordförande:**

*Stina Törner*

FaR-teamet barn och unga  
HSN 5 Göteborg Centrum/Väster  
Näverlursgatan 34 B  
421 42 Västra Frölunda  
Tele 070-0824934  
[stina.torner\[at\]vgregion.se](mailto:stina.torner[at]vgregion.se)

**Sekreterare:**

*Lena Hedström*

Barn- och ungdomshabiliteringen  
Region Jämtland Härjedalen  
831 83 Östersund  
Tele 063 – 15 46 18  
[lana.hedstrom\[at\]regionjh.se](mailto:lana.hedstrom[at]regionjh.se)

**Kassör:**

*Peter Nordqvist*

Närhälsan Sörhaga Rehabmottagning  
Södra Ringgatan 34 B  
441 33 Alingsås  
Tele 070-0816714  
[peter.nordqvist\[at\]vgregion.se](mailto:peter.nordqvist[at]vgregion.se)

**Ledamot:**

*Annika Isberg*

Barn- och Ungdomscentrum,  
Sjukgymnastiken,  
Norrlands Universitetssjukhus,  
901 89 Umeå  
Tele 090-785 22 06  
alt sök via växel 090-785 00 00/söknr 52206  
[Annika.Isberg\[at\]vll.se](mailto:Annika.Isberg[at]vll.se)

**Ledamot:**

*Thomas Airio*

Sjukgymnastiken  
Sachsska barn och ungdomssjukhuset  
118 83 Stockholm  
Tele 08-616 41 04  
[thomas.airio\[at\]sodersjukhuset.se](mailto:thomas.airio[at]sodersjukhuset.se)

**Suppleant:**

*Cia Mårtensson*

Habiliteringscenter Haninge för barn  
Handen terminal 4  
136 40 Handen  
Tele 08-123 356 40  
För SMS: 072-728 87 82

**Suppleant:**

*Hanneke Andriessse*

Barn- och Ungdomssjukhuset  
Skånes Universitetssjukhus  
Lund  
Tele 046 – 17 27 59  
[hanneke.andriessse\[at\]med.lu.se](mailto:hanneke.andriessse[at]med.lu.se)

**Valberedning:**

*Christine Jones*

*Helena Göransson*

**Web-ansvarig:**

*Stina Hilding*

