

KURS I KOMPLETT FYSIKALSK LYMFØDEMBEHANDLING

UKE 45 og 46, 20... og UKE 4 og 5, 20...

PROGRAM

STED: Oslo Vandrerhjem, Haraldsheim, Haraldsheimveien 4, 0409 Oslo

Tlf. 22 22 29 65/ 22 15 50 43, www.vandrehjem.no oslo.haraldsheim@hihostels.no

ARRANGØR: Skandinavisk Forum for Lymfologi
Organisasjonsnummer: 977 491 959
www.lymfologi.no

Fysioterapeuter/ Instruktører/Spesialister i onkologisk fysioterapi:

Ann Nesser, DybwadKlinikken, Sørkedalsveien 10 A, 0369, Oslo
Tlf. 99640356 ann.nesser@wemail.no

Helen Olsen, Norsk Lymfødemklinikk, Lovisenberggt. 7 C, 0456 Oslo
Tlf. 92826325 helen-ol@online.no

Hilde Omdahl Petersen, Asker Helsesenter, Øvre Måsan 10 D,1385 Asker

Tlf. 99713526 hilde.op@gmail.com

Oppdatert:2025

Mandag

Ansvarsdag: Ann, Hilde og Helen

09.15- 09.30	Registrering.
09.30- 10.15	Åpning av kurset, presentasjon og orientering
10.15- 10.30	Kaffe/te
10.30- 12.00	Makroanatomi
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.45	Praksis, ”Stående sirkler”, halsbehandling
14.45- 15.00	Kaffe / te
15.00- 17.00	Praksis fortsetter

Tirsdag

Ansvarsdag:

08.00- 09.45	Lymfeårer, lymfestammer og vannskiller
09.45- 10.00	Kaffe / te
10.00- 12.00	Praksis, ”Dreiegrep”
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.45	Huden, Interstitiet, initiale lymfeårer og lymfeknuter Anatomi/fysiologifilm
14.45- 15.00	Kaffe /te
15.00- 17.00	Praksis fortsetter

Onsdag

Ansvarsdag:

08.00- 09.00	Praksis
09.00- 10.00	Overlege Carl – Erik Slagsvold, Aker Universitetssykehus Lymfødem
10.00- 10.15	Kaffe / te
10,15- 11.00	Carl-Erik Slagsvold fortsetter
11.00- 12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 15.00	Praksis, ”Pumpegrep”, behandling av thorax
15.00- 15.15	Kaffe/ te
15.15- 17.00	Praksis «Korketrekkergrep» armbehandling

Torsdag

Ansvarsdag:

08.00- 09.30	Praksis, armbehandling
09.30- 09.45	Kaffe/ te
09.45- 12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
14.30- 14.45	kaffe/te
13.00- 17.00	Praksis, benbehandling

Fredag

Ansvarsdag:

08.00- 09.30	Praksis
09.30- 09.45	Kaffe/ te
09.45- 12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.30	Praksis, korsrygg
14.30- 14.45	Kaffe/ te
14.45- 17.00	Praksis

2 uke (uke..)

Mandag

Ansvarsdag:

08.00- 09.00	Praksis, skjematisk armbehandling
09.00- 10.00	Praksis
10.00- 10.15	Kaffe / te
10.15- 11.00	Praksis bandasjering hånd og arm
11.00- 12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14 30	Praksis bandasjering
14.30- 14.45	Kaffe/ te
14.45- 17.00	Praksis.

Tirsdag

Ansvarsdag:

08.00- 09.45	Praksis, ansiktsbehandling, munndrenasje
09.45- 10.00	Kaffe/ te
10.00- 12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 15.15	Skjematisk benbehandling
15.15- 15.30	Kaffe/ te
15.30- 17.00	Praksis

Onsdag

Ansvarsdag:

08.00- 10.00	Primært lymfødem, lymfødem hos barn
10.00- 10.15	Kaffe/te
10.15- 11.00	Lipødem
11.00- 12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.30	Overlege, Dr.med. Margit Riis, OUS, avdeling for kreftbehandling, Klinikk for bryst og endokrin kirurgi. Ca.mammae/ kirurgi
14.30- 14.45	Kaffe/ te
14.45- 17.00	Praksis

Torsdag

Ansvarsdag:

08.00- 09.45	Tormod Skogstad Nilsen, Norges Idrettshøyskole Forskning, hvordan bruke litteraturen, evidensnivå etc. Litteratur på trening og lymfødem
09.45- 10.00	Kaffe /te
09.45- 12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 15.00	Praksis, bandasjering ben
15.00- 15.15	Kaffe/ te
15.15- 17.00	Praksis

Fredag

Ansvarsdag:

08.00- 09.30	Overlege Johan Sandberg, Karolinska Sjukhuset, Stockholm Fysiologi, den ekstravaskulære sirkulasjon. Hvordan fremstille Lymfesystemets anatomi og fysiologi.
09.30- 09.45	Kaffe/te
09.45- 12.00	Johan Sandberg: Patofysiologi, ødem / lymfødem. Klassifikasjon
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 15.00	Gruppearbeid, Utdeling av kasusoppgaver
15.00	Ferdig for dagen.

20...

3. uke (uke..) 20...

Mandag	Ansvarsdag:
08.00- 09.00	Gjennomgang av kasusoppgave
09.00- 09.45	Overlege Carl- Erik Slagsvold, OUS, Aker sykehus, «Andre ødemer» Venøs insuffisiens, vasculære maformasjoner, lipødem etc.
10.00- 10.15	Kaffe / te
10.15- 11.00	Carl- Erik Slagsvold fortsetter.
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.45	Repetisjon Skjematisk lymfødembehandling etter ca. mammae opr.
14.45- 15.00	Kaffe/ te
15.00- 16.00	Trening ved lymfødem - Hilde
16.00- 17.00	Radiogen fibrose

Tirsdag	Ansvarsdag:
08.00- 09 00	Gjennomgang av kasusoppgave
09.00- 09.45	Praksis, lymfødem i bryst
09.45- 10.00	Kaffe / te
10.00- 12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 15.15	Repetisjon, Skjematisk oppbygging etter Ca. cervicis uterus
15.15- 15.30	Kaffe /te
15.30- 17.00	Overlege Cato Mørk, Hudsykdommer og lymfødem

Onsdag	Ansvarsdag:
08.00- 10.00	Genitalødem
10.00- 10.15	Kaffe / te
10.00- 11.30	Fibrose, fibrosegrep, spesialpolstring, teori og praksis
11.30- 12.00	Gruppearbeid, forberedelse til klinikkpasienter
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.30	Klinikkpasienter
15.00- 15.15	Kaffe/te
15.15- 17.00	Gjennomgang klinikkpasienter.

Torsdag

Ansvarsdag:

08.00- 09.30	Teoretisk kursprøve
09.30- 10.00	Kaffe / te
10.00- 11.30	Onkolog Vidar Gordon Flote, Oslo universitetssykehus Radiumhospitalet, Cancer mamma
11.30- 12.00	Dele tanker
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.45	Praksis
14.45- 15.00	Kaffe/ Te
15.00- 16.30	Overlege Dr.med. Rita Hølbakk Steen, Oslo Universitets sykehus, Ullevål, Gynekologisk Cancer og Lymfødem

Fredag

Ansvarsdag:

08.00- 09.45	Overlege Åse Bratland, Radiumhospitalet: øre-nese-hals kreft
09.45- 10.00	Kaffe/te
10.00- 12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 15.00	Lisbet Valen, sykepleier og produktspesialist hos Medi Norway, Presentasjon av pulsator og kompresjonsstrømper på anbudet
15.00- 15.15	Kaffe/te
15.15- 16.00	Praksis
16.00- 17.00	Praksis

4.uke: (uke ..)

Mandag

Ansvarsdag:

08.00- 09.45	Praksis
09.45- 10.00	Kaffe/te
10.00- 12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.00	Stråleterapeut Aaron-Asfaha, Oslo Universitetssykehus, Ullevål Strålebiologi, stråleterapi
14.00- 14.15	Kaffe/te
14.15- 15.30	Aaron- Asfaha fortsetter
15.30- 17.00	Praksis

Tirsdag

Ansvarsdag:

08.00- 09.00	Lise Baklid, Irina Høyset og Janne Vestavik fra Essity Norge Presentasjon av dagen sammen med Essity, teoretisk og pratisk undervisning
09.00- 09.15	Kaffe/te
09.15- 12.00	Måltaking til arm og benstrømper, teori og praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.30	Presentasjon av strømpemateriell og forbruksmateriell
14.30- 14.45	Kaffe/te
14.45- 17.00	Praksis

Onsdag

Ansvarsdag:

08.00- 09.30	Praksis
09.30- 09.45	Kaffe/ te
09.45- 12.00	Spesialist i Onkologisk fysioterapi Kristin Haugen,Norsk Lymfødemklinikk, Palliativ behandling
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.30	Praksis
14.45- 16.30	Praksis
16.30- 17.00	Informasjon om Faggruppe for onkologisk fysioterapi og lymfødembehandling Norsk lymfødem og lipødemforbund (pasientforening)

Torsdag **Ansvarsdag: Ann, Hilde, Helen**

08.00- 12.00	Kasusoppgaver, Praktisk prøve, kaffe /te etter behov
12.00- 13. 00	Lunsj
13.00- 14. 30	Praksis, bandasjering arm /ben
14.30- 14. 45	Kaffe/te
14.45- 17. 00	Praksis fortsettelse

Fredag **Ansvarsdag: Ann, Hilde, Helen**

08.00- 09.00	Fettsuging og lymfødem/lipødem
09.00- 09.45	Tekniske hjelpemidler/ergonomi/ortopediske sko
09.45- 10.00	Kaffe/te
10.00- 10.45	Anbudsordningen, behandlingshjelpemiddelsentralene Fysioterapeutens ansvar og søknadsprosedyrer i dette.
10.45- 12.00	Presentasjon av Kinesotape og Occilator
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.00	Utdeling av kursbevis og avslutning av kurset.

- **Det er beregnet kaffe og te pause, formiddag og ettermiddag hver dag på kurset selv om det ikke er presisert i programmet. Forandringer i programmet forbeholdes!**
- **Vi ber også om at kursdeltagerne bestiller ankomst og avreisetider i forhold til fastlagt program! Nb! Maksimalt 20 % fravær tillates for å få kursbevis.**
- **Det vil bli utdelt 2 kasusoppgaver i slutten av andre kursuke, som skal besvares og sendes til kurslederne til en avtalt dato. Gjennomgang av disse i tredje kursuke.**
- **Kursbevis deles ut kun ved bestått eksamen, teoretisk og praktisk.**

Anbefalt litteratur, men ikke obligatorisk :

- **Lymfologi En guide i teori och praktik, Pia Bergholm 2019**
Vulkan Förlag, ISBN: 978-91-89097-72-8
- **M. Földi, E. Földi** (Eds. in Chief) 2012. (Földis Textbook of Lymphology for Physicians and Lymphedema Therapists). 3rd edition. München: Urban & Fischer.
- **Greene, Slavin, Brorson** 2015. (Lymphedema: Presentation, Diagnosis and Treatment). Springer Sham Heidelberg New York Dordrecht London: Springer.
- **Neligan, Masia, Piller** 2016. (Lymphedema: Complete Medical and Surgical Management). CRC Press: Taylor Francis Group.
- **Zutner and Norton** 2013. (Lymphedema Management: The Comprehensive Guide for Practitioners). 3rd edition. Germany: Thieme.
- **Engeset A, Petlund CF**: Lymfødem, klinikk og behandling. Finnes fra 2016 bare på Nasjonalbibloteket, www.nb.no (bare i Norge)
- **Henriksson TG, Walenius I.**: Lymfødem: Uppkomst, klinikk och behandling. Studentlitteratur, Lund 2000, opplag 2 –ISBN-91-44-01626-3
- **Twycoss R, Jenns K, Todd J**: Lymphoedema. Radcliffe Medical Presse. Padstow, Cornwall 2000.
- **Stein Kaasa**: Palliasjon. Nordisk lærebok. Utgitt: 2008, Forlag: Gyldendal akademiske, innbundet, Språk : Bokmål, 687 sider, Format : 17 x 24. ISBN: 9788205351813, utgave 2
- **H. Pritschow and C. Schuchhardt**, Best Practice for management of lymphoedema, International Lymphoedema Framework, www.lympho.org Lymphedema 2010 Viavital Verlag , post@viavital.net (engelsk og tysk)

- **Ulrich Herpertz** , Ödeme und Lymhdrainage, Diagnose und Therapie von Ödemkrankheiten, ISBN 3-7945-2191-9