

KURS I KOMPLETT FYSIKALSK LYMFØDEMBEHANDLING

UKE 45, 46, og UKE 4, 5

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, Dybwad Fysioterapi og Akupunktur, Sørkedalsveien 10 A, 0369 Oslo, Tlf. 22590915, Mob. 99640356 ann.nesser@gmail.no

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

Siv Guri Eidsvaag, Norsk Lymfødemklinikk, Lovisenberggt. 7 C, 0456 Oslo Tlf. 93489862 s-eidsva@online.no

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

Tlf.99713526 hilde.op@gmail.com

1. uke (uke 46)

Mandag 04.11

Ansvarsdag: Helen, Ann, Siv Guri, Hilde

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 05.11

Ansvarsdag:,Ann,Hilde

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	Praksis/ Ryggbehandling – repetisjon halsbehandling
14. 45- 15.00	Kaffe /te
15.00 - 17.00	Praksis fortsetter

Onsdag 06.11

Ansvarsdag: Siv Guri, Helen

08.00 - 09.30	Huden, Interstitiet, initiale lymfeårer og lymfeknuter Anatomi/fysiologifilm
09.30 - 09.45	Kaffe/ te
09.45 - 12.00	Praksis, ” Pumpegrep”, behandling av thorax
12.00 - 13.00	Lunsj
13.00 - 15.00	Praksis, ” Korketrekkegrep” armbehandling
15. 00- 15.15	Kaffe/ te
15. 15- 17.00	Praksis fortsetter

Torsdag 07.11

Ansvarsdag: Helen, Ann,

08. 00- 09.30	Praksis, armbehandling
09. 30- 09.45	Kaffe/ te
09. 45- 12.00	Praksis
12. 00- 13.00	Lunsj
13. 00- 14.30	Praksis, benbehandling
14. 30- 14.45	Kaffe/ te
15. 00- 17.00	Praksis

Fredag 08.11 **Ansvarsdag: Hilde, Siv Guri**

08.00- 09 45	Praksis, mavebehandling
09 45- 10.00	Kaffe/ te
10.00- 12.00	Praksis, mavebehandling
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 47)

Mandag 11.11 **Ansvarsdag: Ann, Hilde**

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 12.11 **Ansvarsdag:Hilde, Helen**

08. 00- 09.45	Det primære lymfødem/lymfødem hos barn, lipødem
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 13.11

Ansvarsdag: Siv Guri, Helen

08. 00- 10.00	Praksis, behandling av ansikt
10.00 - 10.15	Kaffe/te
10. 15 -11.00	Fortsettelse behandling av ansikt
11.00 - 12.00	Munndrenasje
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 14.11

Ansvarsdag: Ann, Siv Guri

08.00- 09.30	Overlege Johan Sandberg, Plastikkirurgisk Avdeling Rikshospitalet 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	Praksis, bandasjering ben
15.00 -15.15	Kaffe/ te
15.15- 17.00	Praksis

Fredag 15.11

Ansvarsdag: Helen, Ann

08.00- 09.00	Undersøkelse av lymfødempasient
09.00 -10.00	Overlege Carl – Erik Slagsvold, Aker Universitetssykehus Mikrosirkulasjon, Hud, Det lymfatiske vev, Lymfødem og lipødem
10.45 -10.15	Kaffe / te
10.15 -11.00	Carl-Erik Slagsvold fortsetter.
11.00 – 12.00	Utdeling av kasusoppgaver
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 15.00	Gruppearbeid
14.00 -14.15	Kaffe/te
15.00	Ferdig for dagen.

3. uke (uke 4) 2020

Mandag 20.01

Ansvarsdag: Helen, Hilde

08.00- 09. 00	Gjennomgang av kasusoppgave
09.00 -09.45	Overlege Carl- Erik Slagsvold, OUS, Aker sykehus, venesykdommer
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
16.00 - 17.00	Radiogen fibrose

Tirsdag 21.01

Ansvarsdag: Ann, Siv Guri

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 22.01

Ansvarsdag: Hilde, Siv Guri

08.00- 10.00	Genitalødem
10.00 -10.15	Kaffe / te
10.00 -11.30	Onkolog Randi Margit Ruud Mathiesen, Ca. mammae Oslo Universitetssykehus, Ullevål
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 23.01

Ansvarsdag: Ann, Helen

08. 00- 09.30	Teoretisk kursprøve
09. 30- 10.00	Kaffe / te
10.00 - 12.00	Fibrose, fibrosegrep og spesialpolstring. Teori og praksis
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 24.01

Ansvarsdag: Siv Guri, Ann

08. 00-08.45	Siv Guri Eidsvaag Lymfødem i ansikt og hodet. Teori og praksis
08.45-09.00	Kaffe/Te
09.00-10.00	Siv Guri fortsetter
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	Gjennomgang av kursprøve
16.00-17.00	Praksis

4.uke: (uke 5)

Mandag 27.01

Ansvarsdag: Hilde, Helen

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 28.01

Ansvarsdag, Siv Guri, Ann

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. 30- 14.45	Kaffe/te
14. 45- 16.30	Praksis
16.30 - 17.00	Arnhild Moheim,Representant fra Norsk Lymfødem og Lipødem Forbund, informasjon

Onsdag 29.01

Ansvarsdag: Siv Guri, Helen

08.00- 09.00	Måltaking til kompresjonsstrømper,Lise Baklid i Essity Norge Teori og praksis
09.00-09.15	Kaffe/te
09.15- 12.00	Måltaking til arm og benstrømper praktisk
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.30	Presentasjon av strøpemateriell og forbruksmateriell
14.30- 14.45	Kaffe/te
14.30- 17.00	Praksis

Torsdag 30.01 Ansvarsdag: Ann, Hilde, Siv Guri, 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 01.02 Ansvarsdag: Ann, Hilde, Siv Guri, Helen

08. 00- 09.00	Fettsuging og lymfødem, ,
09.00 – 09.45	Tekniske hjelpemidler
09.45 - 10.00	Kaffe/te
10.00 – 10.45	Anbudsordningen
10.45 - 12.00	Presentasjon av Kinesotape og Occilator
12. 00- 13.00	Lunsj
13. 00- 14.00	Avslutning

- **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 :

- **Engeset A, Petlund CF:** Lymfødem, klinikk og behandling. Finnes fra 2016 bare på Nasjonalbibloteket, www.nb.no (bare i Norge)
- **Henriksson TG, Walenius I.:** Lymfödem: Uppkomst, klinikk och behandling. Studentlitteratur, Lund 2000, opplag 2 –ISBN-91-44-01626-3
- **Weissleder H., Schuchardt C. :** Lymphoedema: Diagnosis and therapy/ Erkrankungen des Lymphgefäßsystems. Kagerer Kommunikation. Bonn 1997.
- **Twycross R, Jenns K, Todd J:** Lymphoedema. Radcliffe Medical Presse. Padstow, Cornwall 2000.
- **Földi M, Kubik S.:** Lehrbuch der Lymphologie für Mediziner und Physiotherapeuten. Utgave 5, Urban & Fischer Verlag, München, 2002 ISBN 3-437-45321-1, engelsk og tysk, mer info – www.urbanfisher.de
- **Stein Kaasa:** Palliasjon. Nordisk lærebok. Utgitt: 2008, Forlag: Gyldendal akademiske, innbundet, Språk : Bokmål, 687 sider, Format : 17 x 24. ISBN: 9788205351813, utgave 2
- **NOU 1997: 20.** Omsorg og kunnskap. Norsk Kreftplan.
- **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 Lymphdrainage, Diagnose und Therapie von Ödemkrankheiten, ISBN 3-7945-2191-9
- **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.