

Rev.09.01.2019

PROGRAM

**FOR KURS I KOMPLETT FYSIKALSK
LYMFØDEMBEHANDLING**

FOR FYSIOTERAPEUTER,

UKE 45, 46 - 2019, og UKE 4, 5 - 2020

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 Varlo, 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 (2019)

Mandag

Ansvarsdag: Ann, Helen, 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

Ansvarsdag: Helen,Ann,Siv Guri

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

Ansvarsdag: Hilde, Siv Guri, Ann

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

Ansvarsdag: Helen, Hilde, Ann

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, Forløp av lymfødem.
12. 00- 13.00	Lunsj
13. 00- 14.30	Praksis, benbehandling
14. 30- 14.45	Kaffe/ te
15. 00- 17.00	Praksis

Fredag

Ansvarsdag: Hilde, Helen, 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

Mandag

Ansvarsdag: Siv Guri, Hilde, Helen

08.00- 09.00	Praksis
09.00 -10.00	Overlege Carl – Erik Slagsvold, Aker Universitetssykehus, Mikrosirkulasjon, Hud, Det lymfatiske vev, Lymfødem og lipødem
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- 14 30	Skjematisk armbehandling
14. 30- 14. 45	Kaffe/ te
14. 45- 17. 00	Praksis.

Tirsdag

Ansvarsdag: Helen, Ann, Hilde

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

Ansvarsdag: Siv Guri, Ann

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

Ansvarsdag: Ann, Siv Guri, Helen

08.00- 09.00	Teoretisk kursprøve
09.15- 09.30	Kaffe/ te
09.30- 12. 00	Praksis, bandasjering arm
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: Hilde, Siv Guri

08.00- 09.00	Undersøkelse av lymfødempasient
09.00 -09.45	Praksis, bandasjering av buksedel
09.45 -10.00	Kaffe / te
10.00 -12.00	Praksis fortsetter
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.00	Gjennomgang av kursprøve
14.00 -14.15	Kaffe/te
14.15 -15.00	Utdeling av kasusoppgaver/ gruppearbeid
15.00	Ferdig for dagen.

3. uke (2020)

Mandag

Ansvarsdag: Helen, Hilde, Ann

08.00- 09. 00	Oppsummering, gjennomgang kasusoppgave
09.00 -10.00	Trening ved lymfødem
10.00- 10.15	Kaffe / te
10.15 –12.00	Repetisjon Skjematisk lymfødembehandling etter ca. mammae opr.
12. 00- 13.00	Lunsj
13. 00- 14.45	Praksis
14. 45- 15.00	Kaffe/ te
15.00 - 16.00	Praksis
16.00 - 17.00	Radiogen fibrose

Tirsdag

Ansvarsdag: Ann, Siv Guri, Hilde

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	Onkolog Randi Margit Ruud Mathiesen, Ca. mammae Oslo Universitetssykehus, Ullevål
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: Helen, Ann

08.00- 10.00	Genitalødem
10.00 -10.15	Kaffe / te
10.00 -11.30	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: Helen, Siv Guri, Ann

08. 00- 09.30	Praksis
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

Ansvarsdag: Hilde, Helen

08. 00-10.00	Praksis
10.00 -10.15	Kaffe / Te
10.00 -12.00	Praksis
12.00- 13.00	Lunsj
13.00 -14.45	Lisbet Valen, sykepleier og produktspesialist hos Medi Norway, Pulsator
14.45- 15.30	Lisbet Valen fortsetter
15.30- 17.00	Praksis

4.uke:

Mandag

Ansvarsdag: Siv Guri, Hilde, Ann

08.00- 09.00	Oppsummering
09.00 -09.45	Siv Guri Eidsvaag Varlo Lymfødem i ansikt og hodet. Teori og praksis
09.45-10.00	Kaffe/te
10.00 -11.00	Siv Guri fortsetter
11.00 -11.45	Praksis
11.45- 12.30	Lunsj
12.30- 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: Helen, Siv Guri, Hilde

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

Ansvarsdag: Ann, Hilde

08.00- 09.45	Sårbehandling sykepleier Irina Høyset,Strømpemål takning,Lise Baklid, Janne Vestavik fra BSN/ Essity Norge og Pia Gunnarsson fra BSN/ Essity Sverige
09.30-09.45	Kaffe/te
09.45- 12.00	Strømpemål takning fortsetter
12.00- 13.00	Lunsj
13.00- 14.30	Praksis- strømpemål takning
14.30- 14.45	Kaffe/te
14.30- 17.00	Praksis

Torsdag

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

Ansvarsdag: Ann, Hilde, Siv Guri, Helen

08. 00- 09.00	Fettsuging og lymfødem, Tekniske hjelpemidler, HINAS
09.00 – 09.45	Overlege Carl- Erik Slagsvold, OUS, Aker sykehus,venesykdommer
09.45 - 10.00	Kaffe/te
10.00 – 10.45	Carl- Erik Slagsvold fortsetter.
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 kasesoppgaver 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/ Erkrankung des Lymphgefäßsystems. Kagerer Kommunikation. Bonn 1997.
- **Twycoss R, Jenks 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 Lymhdrainage, 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.