
Program

Arbeidsfysiologi/ hjerterehabilitering

Dato 19.-20. oktober 2023 | **Sted** Lovisenberg rehabilitering, Cathinka Guldergs sykehus, Gardermoen, Ragnar Strøms Veg 10, 2067 Jessheim

Dag 1 – Torsdag 19. oktober

Tidspunkt	Tema	Underviser
09.30	Velkommen	
09.45	Treningsfysiologi (Læringsmål 78) Hva skjer når vi immobiliseres? (Læringsmål 42) + (trening v/ perifer karsykdom)	Professor II, Jonny Hisdal
10.45	Pause	
11.00	Hjerterehabilitering (indikasjoner, forløp, forventede effekter, kontraindikasjoner, faresignaler) (Læringsmål 7, 14, og 102)	Overlege, Jostein Grimsmo
11.45	Lunsj	
12.45	Trening som primær- og sekundærforebyggende tiltak ved sykdom i sirkulasjonsapparatet; hva blir bedre og hvorfor? (Læringsmål 14, 42 og 78)	Overlege, Jostein Grimsmo
13.30	Pause	
13.40	Teoretisk gjennomgang av hjerte- og lungeparametre i panelplot ved CPET	Overlege, Jostein Grimsmo Overlege, Odd Andre Wathne
14.00	Forflytning til praktisk demonstrasjon	
14.15	Praktisk demonstrasjon og tolkning av tester i 3 grupper; 1 gruppe i 25 min på hvert sted + 5 min forflytning. (Læringsmål 15, 65, 75 og 102)	
	A. 6-minutters gangtest og constant load test	Fysioterapeut, Ulla Pedersen
	B. Testing av perifer sirkulasjon (ankel-arm-index v belastning mm)	Tonje Langerud

Tidspunkt	Tema	Underviser
	C. Ergospirometri hjertepasienter	Overlege, Jostein Grimsmo + MPhil og bioingeniør med spesialistgodkjenning i CPET Liv Karin Vesteng
15.45	Slutt obligatorisk program første dag	
16.00	Frivillig: Praktisk høyintensitetsøkt SPINNING 4x4 (lik intervalløkt for hjertepasienter)	
19.00	Middag i Oslo	

Dag 2 – Fredag 20. oktober

Tidspunkt	Tema	Underviser
09.15	Start dag 2. Praktisk info	
09.20	Lungerehabilitering - indikasjoner, forløp, team, forventede effekter, kontraindikasjoner, faresignaler (Læringsmål 7, 14, og 102)	Overlege, Thomas Fleischer Håland
10.00	Pause	
10.15	Trening som primær- og sekundærforebyggende tiltak ved sykdom i respirasjonsapparatet; hva blir bedre og hvorfor? Bruk av sekretmobilisering og respirasjonsstøtte ved redusert lungefunksjon (Læringsmål 14, 42, 74 og 78)	Fysioterapeut, PhD, Anita Grongstad
11.00	Pause-forflytning til praksis demonstrasjon	
11.15	Praktisk demonstrasjon og tolkning av tester i 3 grupper; med 1 gruppe på hvert sted i 25 min + 5 min forflytning. Læringsmål 15, 65, 75 og 102	
	A. Spirometri	Bioingeniør, Christine Gudim Karlsen
	B. Ergospirometri lungepasient	MPhil og bioingeniør med spesialistgodkjenning i CPET Liv Karin Vesteng
	C. Kvalitetsindikatorer lunge og hjerte	Overlege, Thomas Fleischer Håland og Overlege, Jostein Grimsmo)

Tidspunkt	Tema	Underviser
12.30	Lunsj	
13.30	Kasustikker ergospirometri lungepasienter (Læringsmål 75)	Overlege, Ingunn Skjørten
14.15	Kursprøve og evaluering	
14.45	Slutt	

Abstract til foredrag ligger ute på Helsebibiloteket