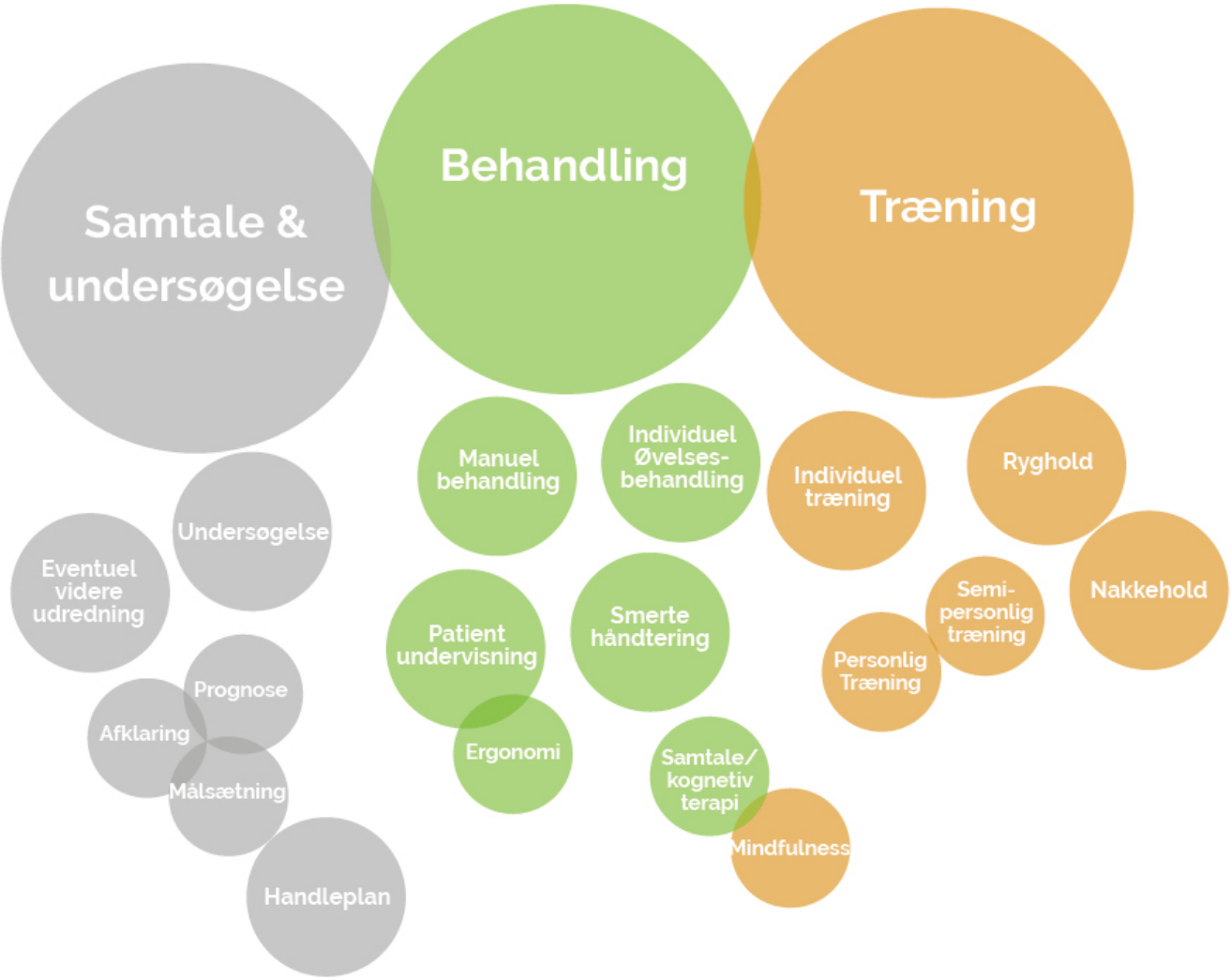
FYSIO DANMARK Holbæk

Holbæk Rygklinik
- Information målrettet sundhedsfaglige samarbejdspartnere

Holbæk Rygklinik er en del af FysioDanmark Holbæk.
Holbæk Rygklinik tilbyder specialiseret undersøgelse, behandling og træning af smerter i ryg, nakke og bækken.

Behandlingsforløb hos Holbæk Rygklinik er målrettet alle med muskuloskeletale problemer i ryg, bækken og nakke.

Forløbene er individuelt tilpassede og kan rettes mod den enkeltes problematik og behov. Dette tilbud tilstræber således, at kunne rumme både de akutte "lette" forløb og de mere komplekse, langvarige og vanskelige forløb.



Munkholmvej 17 · Holbæk
Telefon 59 43 93 04
www.holbækrygklinik.dk

FYSIO DANMARK
Holbæk

Grundig udredning og aktive behandlingsstrategier

Inden første konsultation modtager patienten et oplysningsskema. Her kan patienten selv beskrive problemet. I skemaet er der derudover en række specifikke spørgsmål omkring problemet, bl.a. smertens mønster, udbredelse og intensitet, samt hvilke funktioner der er begrænset og hvordan patienten oplever sine smerter.

Med baggrund i oplysningsskemaet, samt grundig anamnese og klinisk undersøgelse, udarbejdes arbejdsdiagnose, målsætning og behandlingsplan sammen med patienten. Oplysningsskemaet, anamnesen og den kliniske undersøgelse er baserede på validerede metoder. Vi anvender bl.a. numerisk rangskala (NRS) for smerteintensiteten og Patient Specifik Funktionel Skala (PSFS) for ændringer i funktionsniveau. Måleredskaberne anvendes også løbene igennem forløbet for at vurdere og tydeliggøre fremgangen.
Ved behov anvender vi også andre validerede målemetoder som eksempelvis Fear-Avoidance Beliefs Questionnaire og McGill Pain Questionnaire.

Alle patienterne screenes fra starten via STArt Back, i forhold til kompleksitet og risiko for kronicitet. Dette hjælper os i forhold til håndtering og behandlingsplan.
Det tilstræbes således, at patienter med en simpel problemstilling får korte forløb med fokus på aktive behandlingsstrategier samt efterfølgende,- profylaktiske strategier for at undgå recidiv. Mere komplekse problemer vil derimod fra start indeholde en langsigtet tilgang med mere fokus på de bio-psykosociale faktorer og livsstil, med patientinddragelse, - og ansvar - med patienten som hovedaktør igennem forløbet.

Vi laver en grundig klinisk undersøgelse/udredning - der lægger grund for en god og grundig forklaring af problemet til patienten - så de bliver positive aktører i forløbet.
Mange patienter med langvarige smerter, kommer med et ønske om billeddiagnostisk udredning, hvilket oftest ikke er indiceret eller gavnligt for deres forløb. Med afsæt i den grundige kliniske undersøgelse og forklaring, giver vi patienten den viden der skal til for bedre at forstå deres smerter.
I de tilfælde, hvor vi vurderer, at patienten skal udredes yderligere, - evt. med billeddiagnostik, henvender vi os til patientens praktiserende læge med indikationer herfor.

Behandlingen sker i henhold til de nationale kliniske retningslinjer og regionens forløbsprogram, med fokus på aktive behandlingsstrategier, med træning som omdrejningspunkt.

Der er fokus på pacing princippet med graded exposure - for forbedring af funktionsniveau og mulighed for aktivitet og deltagelse i hverdagslivet.

Den aktive indsats suppleres med manuel fysioterapeutisk behandling efter behov.

Patientuddannelse og smertebehandling

Patientuddannelse vil fylde en større del i de mere komplekse forløb.
Ved denne type forløb vil de psykosociale faktorer, patientens overbevisninger, forestillinger, viden, følelser, smerteoplevelse, motivation og mestringsstrategier spille en større rolle.
Fokus er derfor en bedre forståelse af patientens egen situation og strategier. Vi underviser i smerter, smertefysiologi og smertehåndtering, bl.a. hvordan tanker, følelser, bevægelser,

Munkholmvej 17 · Holbæk
Telefon 59 43 93 04
www.holbækrygklinik.dk

motion, stress og søvn, kan påvirke smerter i både positiv og negativ retning.
Vi giver dem konkrete redskaber og strategier til en bedre mestring.
Måden vi kan ændre patients opfattelse af smerter og adfærd, så smerterne både er nemmere at leve med og reduceres, er meget individuel. I nogle forløb samarbejder vi med psykolog for kognitiv adfærdsterapi og mindfulness.

Samarbejde med andre faggrupper

Er patienten fortsat i behandling efter 8 uger, eksempelvis ved langvarige smerter eller rodtryk, laves der en revurdering rettet mod eventuelt behov for yderligere udredning i samarbejde med patientens praktiserende læge eller speciallæge.
Ved nogle forløb samarbejder vi med regionens tværfaglige rygklinik på Holbæk Sygehus.
Ved nogle forløb kan det være vi kommunikerer omkring evt. revurdering af den medicinske behandling.

Er patienten sygemeldt eller ude af arbejdsmarkedet, er der ofte behov for at vi har god og tydelig kommunikation med patientens arbejdsplads eller offentlige instanser, i forhold til at iværksætte indsatser, for tilbagevenden eller fastholdelse til arbejde eller arbejdsmarkedet.

Specialiserede fysioterapeuter

Behandlerteamet hos Holbæk Rygklinik består af Niels Martinsen og Amdi Thorup Jensen. De er begge muskuloskeletale fysioterapeuter med lang eksamineret efteruddannelse inden for området. De har derudover, en lang række kurser, bl.a. inden for smertehåndtering, mekanisk diagnostik og terapi, dynamisk stabilitet, medicinsk træningsterapi og rygtræning.
Begge er certificerede klinikere i muskuloskeletal fysioterapi under Dansk Selskab for Fysioterapis specialiseringsordning. Hvilket betyder at de har et dokumenteret højt kompetenceniveau gennem klinisk erfaring, efteruddannelse og supervision.
Niels Martinsen er medforfatter af bogen "Ortopædkirurgi for fysio,- og ergoterapeuter" og har undervist, superviseret og examineret fysioterapeuter i muskuloskeletal fysioterapi i over 10 år. Amdi Thorup Jensen er desuden examineret sportsfysioterapeut.

Dansk Selskab for Fysioterapi
CERTIFICERET KLINIKER

Niels Martinsen

Amdi Thorup Jensen

Du kan læse mere på vores hjemmeside holbækrygklinik.dk

Munkholmvej 17 · Holbæk
Telefon 59 43 93 04
www.holbækrygklinik.dk