



# Praktisk kurs: Hvordan trene pasienter med hjerte/karsykdom eller lungesykdom

## Målsetning med kurset:

Kurset gir en teoretisk og **praktisk** innføring i hvordan man trener pasienter med lungesykdom og hjerte/karsykdom; hva man må ta hensyn til og hvordan tilpasse ulike treningsintervensjoner til de ulike pasientgruppene.

**NB! Ta med treningstøy (og pulsklokke hvis du har).**

## Målgruppe

Fysioterapeuter i kommune- og spesialisthelsetjenesten

## Sted

1902-bygget  
02M11  
St. Olavs Hospital

## Tid

1.- 2. september 2016

## Pris

1500,- kr inkl. lunsj

## Påmelding

Stine.M.Riksfjord@stolav.no  
Frist: 08.08.2016

## Arrangør av kurset

Nasjonalt kompetansetjeneste  
Trening som medisin og avd.  
Fysioterapi, Klinikk for kliniske  
servicefunksjoner, St. Olavs  
Hospital

## 1. - 2. september 2016

### Program Dag 1

**1000 - 1015 Velkommen**

**1015 - 1100 Lungesykdommer; patologi og kliniske symptomer**  
v/ overlege Eivind Brøndstad

**1115 - 1200 Trening ved lungesykdom**  
v/ spesialfysioterapeutene Karen Thomas, Esther  
Nørstebø og Inger Storrøsæter

**1200 - 1245 Lunsj- skifte**

**1245 - 1445 Praktisk gruppetrening inne (lunge)**  
- workshop med kasuistikk  
- utholdenhetstrening  
v/ Karen Thomas, Ester Nørstebø, Inger Storrøsæter

**1445 - 1515 Dusj/skifte**

**1515 - 1600 Erfaringsutveksling - panel**



# Praktisk kurs: Hvordan trene pasienter med hjerte/karsykdom eller lungesykdom

## Program Dag 2

**0900 - 0945 Hjerte/karsykdommer; patologi og kliniske symptomer**  
v/ lege i spesialisering Elisabeth Vesterbekkmo

**0945 - 1045 Trening ved hjerte/karsykdom**  
v/ spesialfysioterapeutene Vibeke Løckra, Siv Hege Forbord, Inger-Lise Aamot og Stine M. Riksfjord

**1045 - 1100 Skifte**

**1100 - 1215 Gruppetrening inne**  
v/ Vibeke Løckra, Siv Hege Forbord

**Trening ute - ulike typer intervalltrening**  
v/ Inger-Lise Aamot, Stine M. Riksfjord

**1215 - 1300 Lunsj**

**1300 - 1415 Gruppetrening inne**  
v/ Vibeke Løckra, Siv Hege Forbord

**Trening ute - ulike typer intervalltrening**  
v/ Inger-Lise Aamot, Stine M. Riksfjord

**1415 - 1445 Dusj/skifte**

**1445 - 1500 Kaffe/matbit**

**1500 - 1545 Erfaringsutveksling - panel**

**1545 - Avslutning**

**Med forbehold om endringer**