

# Rörelseträning för barn med flerfunktionsnedsättning

Leg sjukgymnast Eva Ormberger Hedman

# Definition:

- Flerfunktionsnedsättning innebär svår funktionsnedsättning i kombination med måttlig till grav utvecklingsstörning

- Rörelseträning
- Hjälpmedel
- Andning
- smärta



# Rörelseträning omfattar:

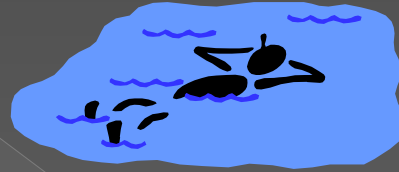
- ◉ Motorisk bedömning och träning/behandling
- ◉ Stretch för att motverka kontrakturer och andningskomplikationer
- ◉ Lägesförändringar
- ◉ Ståträning
- ◉ Förflyttningsträning

# Motorisk bedömning och träning/behandling

- ◉ Bedömning av sjukgymnast för att kartlägga lämplig träning/behandling
- ◉ Bedömningsinstrument beroende på vilken motorisk nivå samt ålder barnet har.
- ◉ Mål för träning/behandling sätts efter resultat av bedömningen samt i samråd med barnet/ungdomen och dess nätverk

# Förslag på aktiviteter

- Bad



- Ridning



- Liggande dans

- Rullstolsdans



# Stretch/kontrakturprofylax

- Ta ut rörligheten i leder för att motverka kontrakturer och ledstelhet.
- Viktigt att inte se rörelseträning som en enskild aktivitet
- Bör göras flera gånger om dagen och företrädesvis i samband med vardagliga aktiviteter.
- Personen ska vara delaktig: veta vad vi gör och hjälpa till efter förmåga

# Ortoser för att motverka felställningar

- Korsett
- Handortoser
- Pro och supinations ortoser
- Fotortoser
- Stretchortoser



# Lägesförändringar

- Byta position och läge flera gånger om dagen: sittställning, stående och liggande
- Variera position och se var personen har bäst förmåga att utföra just den avsedda aktiviteten

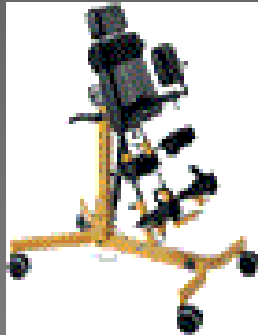
# Ståträning

- ◉ Tippbräda/ ståställning
- ◉ Ståskal
- ◉ Gåstol

# Förflyttningsträning

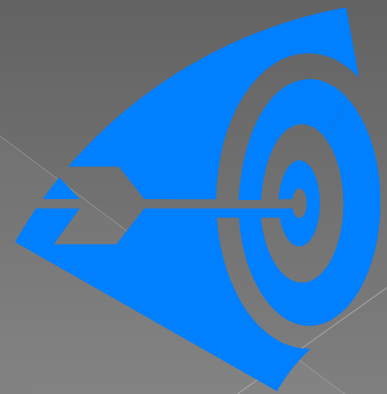
- ◉ Ståträning för att kunna hjälpa till vid förflyttning
- ◉ Slingstyrning
- ◉ Gåstol
- ◉ Gå träning

# Hjälpmedel för stå och gåträning



# MÅL – SMART mål

- ◎ S = Specifikt
- ◎ M = Mätbart
- ◎ A = Angeläget
- ◎ R = Realistiskt
- ◎ T = Tidsbestämt



# Problem med andning

- När har barnet/ungdomen problem med andningen, vid vila, ansträngning, tid på dygnet mm
- Aspiration
- Reflux
- Svårt att få upp slem? Varför?

# Symtom på andningsbesvär

Exempel:

- Rosslighet
- Ökad andningsfrekvens
- Sömnstörning
- Trötthet
- Ångest

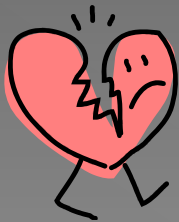
# Andningsträning

- Passiva rörelser ,dra rullstol över tröskel, skratta, ligga /sitta på studs matta när någon hoppar, rörelseträning mm
- Rörelser/aktivitet, blåsövningar, hoppa studs matta mm
- Lägesförändringar (bevara ståendet)
- Andningshjälpmedel tex PEP mask



# Smärta

- Uppmärksam på när personen får förändrat beteende t.ex. sömnstörning, äter mindre, undviker beröring
- Glöm inte att även barn med funktionsnedsättning kan ha "vanlig" smärta, ont i en tand, ont i halsen, menssmärta mm



# Vid bedömning av smärta

- Ta reda på:
  - Finns smärta?
  - Var sitter den ?
  - Hur länge varar smärtan ?
  - Hur stark är smärtan (intensiteten) ?
  - Vilka smärtsignaler har barnet/ungdomen
- BOSS Beteende Observation & Skattning av smärta. Utformad för barn med flerfunktionshinder