

IDRETTSFYSIOTERAPI



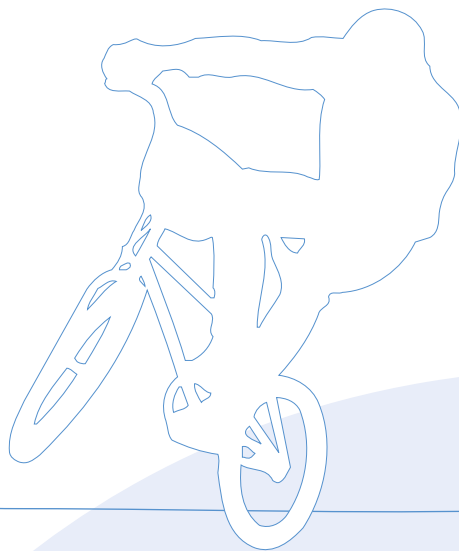


Hva er fysioterapi?

Fysioterapeuter er eksperter på muskel- og skjelettapparatet. Vi har høyskoleutdannelse på forståelse av menneskets anatomi, fysiologiske funksjoner og bevegelsesutvikling, og om samspillet mellom individ, miljø og sykdom. Fysioterapeuter er sentrale i forebygging og behandling av belastningslidelser.

Fysioterapi er rettet mot både kroppslige og psykiske plager samt tilrettelegging av menneskets livs- og arbeidsbetingelser. Vi har som oppgave å bevare og fremme god helse i alle aldersgrupper. Du trenger ikke være syk for å ha behov for fysioterapi. En av fysioterapeutens viktigste oppgaver er å skape forståelse for hvordan sykdom og skader oppstår slik at du selv kan forebygge.

Fysioterapeuter har egne faggrupper i en rekke spesialfelt.



Ni av ti ville anbefale fysioterapi til familie og venner hvis de fikk muskel- eller skjelettplager

Synovate 2010

Hva er idrettsfysioterapi?

Idrettsfysioterapi oppsto i Norge på 1960-tallet ved at fysioterapeuter og leger samarbeidet om å starte idrettsmedisinske poliklinikker for å hjelpe skadde idrettsutøvere.

Etter hvert har idrettsfysioterapi vokst til å omfatte mer enn å hjelpe idrettsutøvere. Forebyggende helsearbeid i befolkningen generelt er et viktig arbeidsområde. Idrettsfysioterapeuter legger stor vekt på å fremme tiltak som kan motvirke den stadige økende forekomsten av livsstilsykdommer.

Idrettsfysioterapi omfatter kunnskap om generelle og spesifikke behandlings- og rehabiliteringsprinsipper ved både akutte skader og belastningsskader.

Idrettsfysioterapi er et tilbud til topp- og breddeidrett, barn og eldre, og skal stimulere til fysisk aktivitet i hele befolkningen.

Idrettsfysioterapeuter har nå fått sin egen masterutdannelse. Dette bidrar til en ytterligere økning av kvaliteten på fagutøvelsen.

Fysioterapeuten gir pasienten en individuelt tilpasset behandlingsplan





Idrettsfysioterapeuten bruker ulike test- og måleapparater for å gi best mulig behandling

Hva gjør en idrettsfysioterapeut?

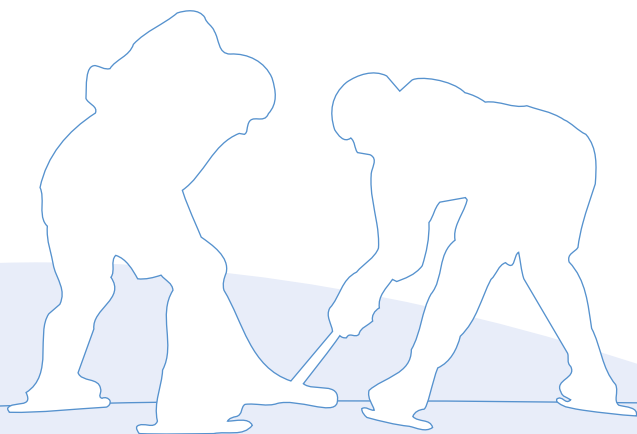
Aktivitet og trening er sentrale tiltak i idrettsfysioterapi. Dette gjelder både innenfor behandling, rehabilitering og forebygging. Passiv behandling som for eksempel massasje, brukes nesten utelukkende for å få pasienten raskere over i egenaktivitet.

Kunnskap om kroppens anatomi og fysiologi, treningsfysiologi og sykdomslære er sentralt i fagutøvelsen for idrettsfysioterapeuter. Fysioterapeuten setter klare mål for hva som skal oppnås gjennom treningen. Det tas hensyn til hvilke strukturer som er skadet og skadens art, omfang og varighet, i tillegg til pasientens generelle tilstand.

Naturlig nok arbeider en idrettsfysioterapeut med idrettsutøvere og deres problemer. Men i langt større grad omfatter arbeidet til idrettsfysioterapeuter den generelle befolkningen, som ofte har tilsvarende skader og funksjonsproblemer.

Hva kan idrettsfysioterapeuten hjelpe deg med?

- Behandling og rehabilitering av skader som medfører fravær fra ønsket aktivitet, trening og/ eller konkurranse. Eksempler er korsbåndskade i kneet, muskelstrekk og ankelovertråkk, eller ulike belastningsskader som akillessenebetennelse, hopperkne og tennisarm.
- Behandling og rehabilitering av typiske skader som medfører fravær fra arbeid og fritidsaktiviteter som for eksempel ryggsmarter og slitasjelidelser i knær eller hofter.
- Forebyggende behandling av skader og belastningslidelser i muskel- og skjelettapparatet.
- Forebyggende behandling av livsstilsykdommer som hjerte- og karsykdommer og diabetes type 2.



80 prosent mener at fysioterapeuten i meget eller ganske stor grad har lyktes med å gi kunnskap om hvordan forebygge muskel- og skjelettplager.

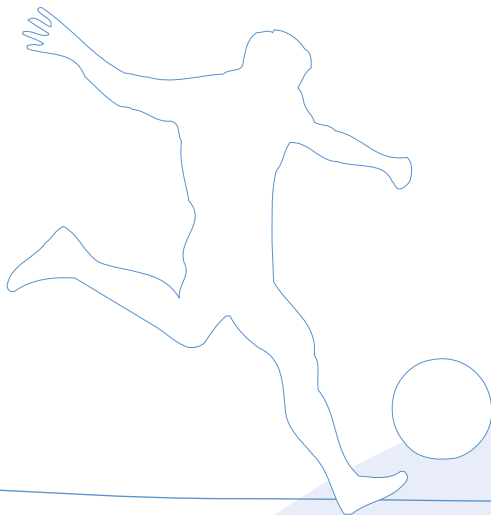
Synovate 2010





Hvor møter du idrettsfysioterapeuter?

De fleste idrettsfysioterapeuter arbeider i privat praksis, i kommunehelsetjenesten og er knyttet til den frivillige idretten, både idrettslag og særforbund. Tverrfaglig samarbeid med ulike legespesialister, andre fysioterapeuter med spesialkompetanse og forskjellige testings- og treningsavdelinger står sentralt.



**Fysioterapeuter
oppfattes som
den yrkesgruppen
som er mest effektive
i arbeidet med å
redusere sykefraværet**

Synovate 2010

Må du ha henvisning?

Etter dagens lovverk er det bare behandling hos fysioterapeuter med driftsavtale som gir pasientene rett til trygderefusjon. Trygderefusjon har man rett til når man har fått henvisning til fysioterapi. Henvisning kan gis av lege, manuellterapeut eller kiropraktor. Staten dekker da hele eller deler av behandlingskostnadene.

Du kan også henvende deg direkte til fysioterapeut uten henvisning, men da frafaller retten til trygderefusjon. For å finne ut om fysioterapeuten har driftsavtale kan du spørre fysioterapeuten direkte, kontakte kommunen, eller spørre trygdekontoret.

Spesialist i idrettsfysioterapi MNFF

Norsk Fysioterapeutforbund er ansvarlig for godkjenning av spesialister i idrettsfysioterapi. Omfattende praksis og videreutdanning ligger til grunn for spesialistgodkjenningen.

**Idrettsfysioterapeuter
arbeider både med
mosjonister og
toppidrettsutøvere**





Norsk Fysioterapeutforbund organiserer offentlig godkjente fysioterapeuter. Både selvstendig næringsdrivende og ansatte fysioterapeuter er medlemmer. NFFs medlemmer har en høy faglig og etisk standard i sin yrkesutøvelse til beste for brukere av fysioterapitjenester. Helsepersonelloven er sentral i utøvelsen av fysioterapi.



NORSK
FYSIOTERAPEUTFORBUND

Faggruppe for idrettsfysioterapi

Boks 2704 St. Hanshaugen, 0131 Oslo

Telefon: 22 93 30 50

idrettsfysioterapi@fysio.no · www.idrettsfysioterapi.no