

		<b>Somatikk Kristiansand</b>		<b>Retningslinje</b>
<b>Multitraume - fysioterapi tiltak AFR</b>				Side 1 av 3
Dokument ID: <b>II.SOK.AFR.2.1.1-15</b>		Godkjent dato: <b>15.01.2024</b>	Gyldig til: <b>15.01.2025</b>	Revisjon: <b>3.04</b>

Somatikk Kristiansand/Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering/Fagprosedyrer og Pasientrelaterte tema/Spesialisert rehabilitering/Multitraume

### Hensikt

Hensikten med dokumentet er å kvalitetssikre behandlingen fysioterapeuter ved Enhet for spesialisert rehabilitering (ESR), Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering (AFR), Klinik Kristiansand, SSHF, gir til multitraumepasienter.

### Gjelder for

Dokumentet gjelder for fysioterapeuter ved ESR som behandler pasienter med multitraume.

### Grunnlagsinformasjon

Pasientgruppen har ulike, individuelle behov ettersom hver pasient har et unikt skadeomfang. Man må i behandlingen finne en balansegang mellom fysioterapi og generell aktivitet, og ta hensyn til de begrensninger og restriksjoner pasienten har med hensyn til belastning og bevegelighet. Det er svært viktig at pasienten mobiliseres raskt for å unngå komplikasjoner og forebygge senskader.

### Handling

Pasienten kommer fortrinnsvis til fysioterapiavdelingen for behandling/ trening, men får ved behov behandling på rommet/ i enheten.

Pasienten behandles individuelt av fysioterapeut på alle virkedager. Avhengig av omfanget av skaden, prioriteres det utvidet behandlingstid. Pasienten får et tilpasset egentreningsprogram. All forflytning og ADL anses som trening og kan derfor observeres jevnlig og instrueres ved vansker.

**Hovedmål** for behandlingen er å oppnå best mulig funksjon.

På grunn av stor variasjon i skadenes omfang og sammensetning, blir retningslinjen for behandling av generell art. Eventuelle restriksjoner må følges nøye. Pasienten trenger å få best mulig og gjentatt informasjon om sin situasjon og prognose.

### Profylaktisk behandling

MÅL	TILTAK
Forebygge decubitus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stillingsforandring ved sengeleie</li> <li>• Gjennombevegning ved hjelp av personale (pleiegruppe og terapeuter) dersom pasienten ikke kan bevege selv.</li> <li>• Aktivitet</li> <li>• Informasjon</li> </ul>
Forebygge kontraktur	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stillingsforandring ved sengeleie</li> <li>• Ståtrening</li> <li>• Øvelser</li> <li>• Tøyninger</li> </ul>
Forebygge trombose	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktivitet, helst aktivt, men gjennombevegning dersom pasienten ikke selv klarer å bevege.</li> <li>• TED-strømpe ved betydelig ødem, avklares med behandlende lege</li> </ul>

Utarbeidet av: <b>Inger Lise Sørensen</b>	Fagansvarlig: <b>Inger Lise Sørensen</b>	Godkjent av: <b>Anne Kari Thomassen</b>	
--	---	--	--

		<b>Multitraume - fysioterapi tiltak AFR</b>			Side: 2 Av: 3
Dokument-id: II.SOK.AFR.2.1.1-15	Utarbeidet av: Inger Lise Sørensen	Fagansvarlig: Inger Lise Sørensen	Godkjent dato: 15.01.2024	Godkjent av: Anne Kari Thomassen	Revisjon: 3.04

Somatikk Kristiansand/Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering/Fagprosedyrer og Pasientrelaterte tema/Spesialisert rehabilitering/Multitraume

### Fysioterapibehandling/ trening

MÅL	TILTAK
Redusere smerte	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stillingsforandring ved sengeleie</li> <li>• Aktive/passive øvelser</li> <li>• Redcord</li> <li>• Bløtvevsbehandling</li> <li>• Avspenning</li> <li>• Informasjon</li> <li>• TENS</li> </ul>
Bedre forflytningsevne	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forflytningstrening (samordne med ergoterapeut og pleiegruppe slik at forflytning blir lik for den enkelte pasient)</li> <li>• Vurdere behov for forflytningshjelpemidler</li> <li>• Aktive/passive øvelser</li> </ul>
Bedre gangfunksjon - <b>OBS! Belastningsrestriksjoner</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gangtrening, inne/ute/trapp med mer</li> <li>• Aktuelle øvelser</li> <li>• Ganghjelpemidler</li> </ul>
Bedre selvstendighet i ADL	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Øvelser</li> <li>• Instruksjon/trening i de aktuelle problemstillingene</li> </ul>
Bedre bevegelighet, stabilitet og styrke i/rundt affiserte ledd OBS! Tilstøtende ledd	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktive/passive øvelser</li> <li>• Tøyninger</li> <li>• Gjennombevegning dersom pasienten ikke klarer å bevege selv</li> <li>• Redcord</li> <li>• Ergometersyssel/motomed</li> <li>• Arrmassasje</li> </ul>
Hindre tap av benvev og muskelatrofi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ståtrening</li> <li>• Gange</li> <li>• Øvelser</li> </ul>
Synliggjøre pasientens ressurser og mål	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rehabiliteringsplan</li> <li>• Samtale med pasienten underveis i behandlingsforløpet</li> </ul>
Tilrettelegging av bosituasjon	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hjemmebesøk med ergoterapeut</li> <li>• Permisjon før utskrivning</li> </ul>
Ivareta pasientens psykiske helse ift traumet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samtale</li> <li>• Observere pasientens tilstand</li> <li>• Meddele observasjoner til tverrfaglig team</li> </ul>

### OBS! Mulige komplikasjoner/senvirkninger:

- perifere nerveskader
- kroniske smerter
- sekundær artrose
- forkalkning ledd/ muskulatur
- redusert bevegelighet

 SØRLANDET SYKEHUS	<b>Multitraume - fysioterapi tiltak AFR</b>				<b>Side: 3</b> <b>Av: 3</b>
Dokument-id: II.SOK.AFR.2.1.1-15	Utarbeidet av: Inger Lise Sørensen	Fagansvarlig: Inger Lise Sørensen	Godkjent dato: 15.01.2024	Godkjent av: Anne Kari Thomassen	Revisjon: 3.04

Somatikk Kristiansand/Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering/Fagprosedyrer og Pasientrelaterte tema/Spesialisert rehabilitering/Multitraume

- redusert muskelstyrke i skadet område
- dyp venetrombose
- Chronic Regional Pain Syndrome (CRPS)

Noen av disse komplikasjonene utvikles først etter at pasient er utskrevet herfra, men viktig å observere i forhold til det.

### **Kryssreferanser**

[Individuell rehabiliteringsplan- Enhet for spesialisert rehabilitering, AFR](#)

[Multitraume- om multitraume, AFR](#)

[Multitraume- tverrfaglig kartleggingsverktøy, AFR](#)

[Multitraume- fysioterapi kartlegging, AFR](#)

[Multitraume- tverrfaglig tiltak, AFR](#)