

		Somatikk Kristiansand		Retningslinje
Skulder- Informasjonsmateriell og brosjyrer-Pasientinfo-AFR/EFF				Side 1 av 1
Dokument ID: II.SOK.AFR.2.2.3.6-1		Godkjent dato: 22.06.2023	Gyldig til: 22.06.2025	Revisjon: 2.04

Somatikk Kristiansand/Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering/Fagprosedyrer og Pasientrelaterte tema/Fysikalsk medisin og forebygging/Skulder

INFORMASJONSMATERIELL OG BROSJYRER

Under finner du linker til noen av våre brosjyrer og informasjonsmateriell. Andre brosjyrer, pasientinformasjon, treningsprogram etc. som er aktuelle for deg vil deles ut under rehabiliteringsoppholdet.

Kryssreferanser

[II.SOK.AFR.2.2.3.6-3](#) [Brosjyre-Rehabilitering av skulder-AFR/EFF](#)

Eksterne referanser

Informasjon om skuldersmerter

<http://nhi.no/sykdommer/muskel-skjelett/symptomer/skuldersmerter-1206.html>

Informasjon og råd om forebygging og bedring av nakke og skuldersmerter

<http://nhi.no/livsstil-og-helse/livsstil/diverse/forebygg-nakke-og-skuldersmerter-26675.html>

Ergonomi og arbeidsliv <http://www.arbeidstilsynet.no/fakta.html?tid=78183>

Arbeidsrelaterte nakke- og skulderplager (Statens Arbeidsmiljøinstitutt) <http://www.stami.no/nakke-skulder-arm>

Råd og anbefalinger om fysisk aktivitet (Helsedirektoratet)

<https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/fysisk-aktivitet-for-barn-unge-voksne-eldre-og-gravide/fysisk-aktivitet-for-voksne-og-eldre>

Utarbeidet av: Ingvild Homberset Aronsson	Fagansvarlig: Fagutvalget	Godkjent av: Anne Kari Thomassen	
---	-------------------------------------	--	--