

## Inbjudan till primärvårdssjukgymnaster inom Stockholms läns landsting

På Rehabiliteringsmedicinska Universitetskliniken Stockholm, Danderyds Sjukhus AB pågår just nu ett tre årigt landstingsfinansierat projekt med uppdrag att utvärdera rehabiliteringsinsatser för patienter med kroniskt trötthetssyndrom.

Kroniskt trötthetssyndrom benämns även som Myalgisk Encephalomyaliti/chronic fatigue syndrome (ME/CFS). Projektet ska fungera som kunskapsbank åt primärvården som fortsättningsvis utgör första linjens vård för patienter med lätta-måttliga besvär relaterat till ME/CFS. Den kliniska verksamheten startade första april i år och kommer att pågå tom slutet av 2012. Projektet har fått in över 200 remisser och ett remisstopp har införts. Av denna anledning är det av än större vikt att föra ut den kunskap som finns inom projektet till primärvården. För de remisser som har inkommit erbjuder projektet en multiprofessionell teambedömning där läkare, sjuksköterska, sjukgymnast, arbetsterapeut, psykolog och kurator ingår. En teambedömning pågår i tre veckor. Teambedömningen avslutas en gemensam planeringskonferens där teamet, patienten och eventuella anhöriga träffas och diskuterar resultaten från teambedömningen. Om patienten uppfyller kriterierna för ME/CFS erbjuds personen även individualiserad rehabilitering. En rehabiliteringsperiod kan pågå i upp till sex månader där patienten får olika interventioner beroende på sina mål och behov. Utöver individualiserad rehabilitering, erbjuder vi även en patientskola samt deltagande i gruppbehandling med Acceptance and comittment therapy i kombination med Medicinsk Yoga.

Vi har samlat in kunskap genom litteratursökningar och studiebesök på några av de mest erfarna klinikerna i europa och vi håller just nu på att testa egna koncept. Vi vill nu komma i kontakt med dig som sjukgymnast inom primärvården i Stockholms Läns Landsting. Har du frågor kring bedömning, behandling eller andra frågor som rör patienter med kroniskt trötthetssyndrom (ME/CFS) är du välkommen att maila in dessa frågor till projektets sjukgymnast Philipe Njoo, på adressen [philipe.njoo@ds.se](mailto:philipe.njoo@ds.se).

Vi kan förmedla information inom följande sjukgymnastiska områden:

- bakgrund till sjukdomen
- genomgång av skattningsskalor för bl.a fatigue och livskvalité
- standardiserad testning, 6 Minuters gångtest, Åstrands test, maximalt ergometercykeltest, test-retest paradig
- internationell klassifikation av funktionstillstånd, funktionshinder och hälsa (ICF) för beskrivning av funktionstillstånd och som underlag för läkarintyg
- aktivitetsutökande rehabiliteringsinterventioner, såsom graderad träning, analeptisk träning
- anpassade rehabiliteringsmetoder såsom avspänning, medicinsk yoga och pacing

Om du har frågor, tveka inte att kontakta oss via mail: [philipe.njoo@ds.se](mailto:philipe.njoo@ds.se).

Dina frågor och kontakt är viktig för vår kartläggning över kunskapsläget samt behovet av stöd för sjukgymnaster inom området ME/CFS.

Vänligen  
Philipe Njoo  
Leg. Sjukgymnast, magisterexamen  
Examen i MDT  
Lic. Personlig tränare

Projektledare  
Daniel Maroti  
Leg. Psykolog