

CI terapi

Vi tilbyr intensiv trening av arm/hånd gjennom avtale med Helse Sør-Øst

Etter en sykdom eller skade i hjernen kan en miste følelsen eller evnen til å bevege en arm/hånd. Ci terapi er en intensiv treningsmetode for å trene opp hånd- og armfunksjon etter et hjerneslag.

Målet med treningen er å

- Øke oppmerksomheten mot den svake armen/hånden
- Bruke den svake armen i alle aktiviteter der dette er naturlig og hensiktsmessig
- Bedre arm/håndfunksjon i aktiviteter som er viktige for deltakeren
- Øke selvstendighet og mestring av daglige aktiviteter

For hvem?

Personer som har nedsatt funksjon i en arm etter hjerneslag/hjerneskada. Motivasjon, innsikt og god allmenntilstand er viktige elementer for å tåle intensiv trening. Det kreves også en viss gripe- og strekkeevne i hånden.

Henvising

Opphold for intensiv armtrening etter hjerneskada, også kalt Ci terapi eller CIMT kan søkes via fastlegen eller andre som kan henvise til spesialisthelsetjenesten.

Lengde på opphold

3 ukers gruppeopphold

I tillegg vil det innkalles til en poliklinisk time med lege, fysioterapeut og ergoterapeut (?) for å vurdere om treningsformen er egnet. Dersom treningsformen er egnet gjennomføres det testing i for- og etterkant av treningen. Det gjennomføres en poliklinisk etterundersøkelse etter ca. 6 mnd. for å vurdere effekten over tid.

Kurstidspunkt

Dette rehabiliteringstilbudet gis 2 ganger i året.

Gjennomføring av treningen

Treningen foregår i gruppe på fire deltakere og to til tre ledere. Alle daglige aktiviteter skal gjennomføres med den svake armen. Derfor brukes en stiv vott på den sterkeste hånden for å hindre at den hjelper til (unntatt når det er risiko for at man kan skade seg).

I tillegg til daglige aktiviteter skal håndtreningen utføres i seks timer daglig. Treningen inneholder alt fra styrketrening, husholdnings- fritids- og kontoraktiviteter og spill. Alle aktivitetene tilpasses individuelt og treningsprogrammet justeres daglig.

Er du i målgruppen og ønsker å delta?

Kontakt oss gjerne. Skogli Helse- og Rehasenter AS, Fredrik Collettsvei 13, 2614 Lillehammer.

Tlf: 61 24 91 00. www.skogli.no. Teamkoordinator Nina Almås: Nina.almas@skogli.no. Tlf 41463142