

## Kurs: Smerte i Muskel og Skjelett

### *Mandag 10.02.25:*

#### *Rom:*

- 10.00 – 11.10: Kasuistikk; smerter i nakke, skulder, bekken, hofter. Utredning, differensialdiagnostiske overveielser, bruk av billeddiagnostikk, behandlingsalternativer. Foredrag, filmsekvenser, diskusjon ved Nils Gunnar Juel, Tor Inge Andersen, Trygve Skonnord
- 11.25 – 12.05: Kasuistikk fortsetter; leddnære smerter av blandet type
- 12.05 – 13.00: Lunsj
- 13.00 → Kasuistikk fortsetter.
- 14.10 – 14.40: Effekten av spesifikk trening ved ulike smertetilstander. Nils Gunnar Juel
- 14.50 – 15.10: Triggerpunkt behandling ved generaliserte smerter og andre muskulære smerter. Trygve Skonnord
- 15.20 – 16.10: Generaliserte smerter og fibromyalgi; hvordan forstår vi dette nå? Egil Fors
- 16.20 – 17.00: Smerte og utmattelse. Ulike modeller for forståelse av sammenhengen mellom de to symptomene? Egil Fors

### *Tirsdag 11.02.25:*

#### *Rom:*

- 08.15 – 09.00: Analgetika ved langvarig smerte – hva er alternativene? Line Pedersen
- 09.15 – 09.35: Ulike kompetanser innen fysioterapi og fysikalsk behandling. Astrid Woodhouse
- 09.50 – 11.30: Rasjonale og evidens bak ulike metoder av stressmestring ved smerte. Tormod Landmark
- 11.30 – 12.20: Lunsj
- 12.20 – 12.50: Blokader, SCS, Radiofrekvens. Indikasjon, effekt, begrensninger. Tor Inge Andersen
- 12.55 – 14.45 Vurdering og behandling ved langvarige rygg smerter. Tor Inge Andersen
- 15.00 – 15.45 Mestringsorientert tilnærming til langvarige smertetilstander. Petter C. Borchgrevink, Heidi Trydal, Astrid Woodhouse