

Kurs: Smerte i Muskel og Skjelett

Mandag 09.02.26:

Rom: LK11, Labsenteret 1. etasje, St. Olavs hospital

- 10.00 – 11.10: Kasuistikk; smerter i nakke, skulder, bekken, hofter. Utredning, differensialdiagnostiske overveielser, bruk av billediagnostikk, behandlingsalternativer. Foredrag, filmsekvenser, diskusjon ved Nils Gunnar Juel, Tor Inge Andersen og Trygve Skonnord
- 11.25 – 12.05: Kasuistikk fortsetter; leddnære smerter av blandet type
- 12.05 – 13.00: Lunsj og kaffe/ te på LK11
- 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 10.02.26:

Rom formiddag: Helgasetr, 3. etasje, rom 03-059 St. Olavs hospital

- 08.15 – 08.45: Blokader, SCS, Radiofrekvens. Indikasjon, effekt, begrensninger. Tor Inge Andersen
- 08.45 – 10.45: Vurdering og behandling ved langvarige rygg smerter (inkl. pauser). Tor Inge Andersen
- 11.00 – 11.45: Analgetika ved langvarig smerte – hva er alternativene? Line Pedersen

Gå til 2. etasje, kl. 12.00 og ut dagen: Helgasetr, 2. etasje, rom 02-034

- 12.00 – 12.30 Lunsj og kaffe/ te på rom 02-034
- 12.30 – 12.50: Fysioterapi og fysisk aktivitet. Astrid Woodhouse
- 13.05 – 14.45: Rasjonale og evidens bak ulike metoder av stressmestring ved smerte. T. Landmark
- 15.00 – 15.45: Mestringsorientert tilnærming til langvarige smertetilstander. Tormod Landmark

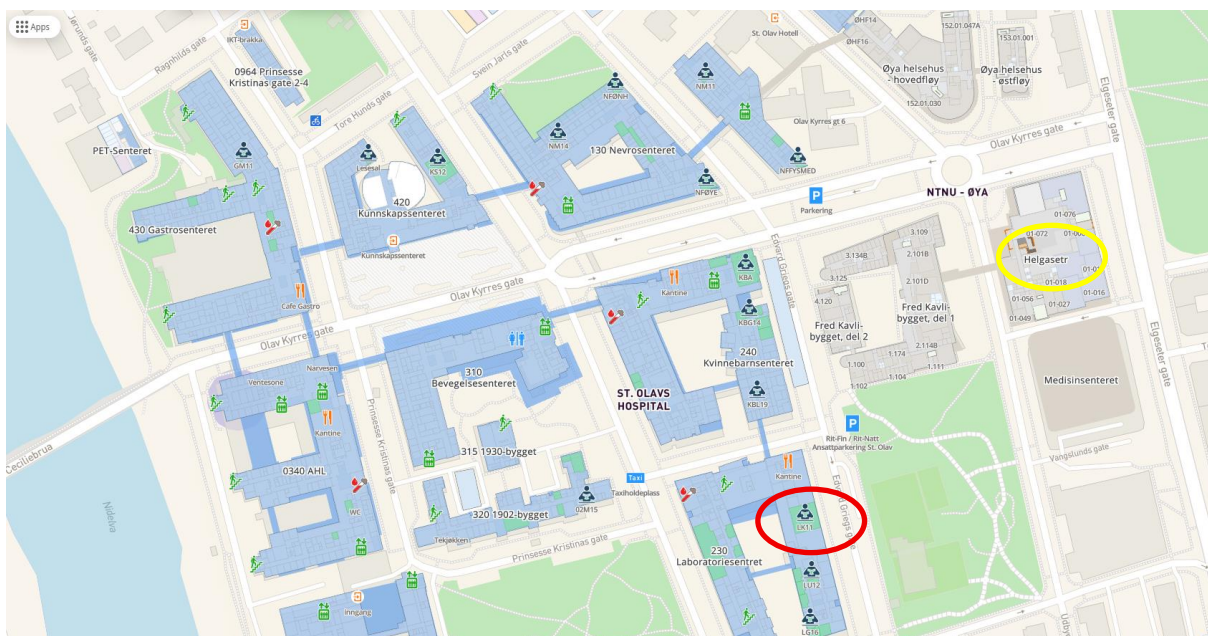
Parkeringskjeller i Olav Kyrres gate.

Flybussen og AtB sine busser stopper i Elgeseter gate på holdeplass: *Samfundet*.

Mandag, **Laboratoriesenteret, rød ring**, 1. etasje, rom LK11

Tirsdag formiddag: **Helgasetr 3. etasje**

Tirsdag fra kl. 12 og ut dagen: **Helgasetr. 2. etasje**



Timeplan Smerte i Muskel og Skjelett