GLA:D® Ryg Kursus

**En kort introduktion til GLA:D® Ryg**

GLA:D® Ryg bygger på samme model som GLA:D® for hofte og knæpatienter, der blev introduceret i 2013 af Ewa Roos og Søren Thorgaard Skou. GLA:D® Ryg uddanner autoriserede fysioterapeuter og kiropraktorer i at levere en intervention bestående i patientuddannelse og øvelsesterapi. GLA:D® Ryg er underbygget af nationale og internationale kliniske retningslinjer for behandling af personer med rygbesvær og baserer sig på den nyeste evidens.

Målet med GLA:D® Ryg er at forbedre patienters evne til egen-håndtering af deres rygbesvær. Patientforløbene i GLA:D® Ryg registreres i et register. Viden fra registret vil blive brugt til løbende at forbedre GLA:D® Ryg og til at skabe generel viden om rygsmerter.

**Læringsmål for GLA:D Ryg-kurset**

**Efter kurset**

* har du opdateret viden om rygbesvær
* har du forståelse for indholdet af GLA:D® Ryg
* kan du oprette patienter i GLA:D® Ryg registret
* kan du gennemføre den indledende GLA:D® Ryg-konsultation, patientuddannelsen og det vejledte træningsforløb
* har du en plan for hvordan GLA:D® Ryg kan iværksættes på din klinik

**Undervisere**

Alice Kongsted, ph.d.

Inge Ris Hansen, ph.d.

Jan Hartvigsen, ph.d.

Jesper Hoeg, fysioterapeut.

Sarah Kroman, cand. scient. i fysioterapi

Per Kjær, ph.d.

**Forplejning**

Der serveres kaffe/the om formiddagen og eftermiddagen begge dage samt frokost i Cortex Parken på dag 1 og sandwich i undervisningslokalet på dag 2.

**Program**

|  |  |
| --- | --- |
| **DAG 1** | |
| 08.30  09.00  09.05 | **Ankomst og kaffe**  **Velkomst samt introduktion til programmet**  **’State of the art’ på Rygsmerter** |
| 09.45 | **GLA:D® Ryg – Hvad og hvorfor?** |
| 10.30 | PAUSE m. frugt |
| 10.45  10.55 | **Opbygning GLA:D Ryg-forløbet**  **Patientuddannelsen** |
| 11.45 | FROKOST |
| 12.45 | **Praktisk øvelse i levering af patientuddannelse med udvalgte slides** |
| 14.15 | PAUSE m. kage |
| 14.30  14.50  15.05 | **GLA:D Ryg-registret**  **Varemærket GLA:D**  **SMART værdibaseret målsætning** |
| 15.35  16.00 | **Opsummering dagens vigtigste punkter**  **Slut for i dag** |

|  |  |
| --- | --- |
| **DAG 2** | |
| 8.30  9.00  9.10 | **Ankomst + kaffe**  **Kort opsummering af Dag 1´s hovedpunkter**  **Den indledende individuelle konsultation** |
| 9.30 | **Øvelsesforløbet** |
| 10.10 | PAUSE– frugt + gå til træningslokale |
| 10.30 | **Praktik – Tests** |
| 11.30 | FROKOST – sandwich ved lokalet |
| 12.00  13.15  13.45 | **Praktik - Træning**  PAUSE - gå til teorilokale + kage og kaffe.  Arbejde med instruktion af træning baseret på videocases r |
| 14.35 | **Organisering og plan** |
| 15.30 | **Afrunding** |