
OSTEOPOROSSKOLA

ETT STRUKTURERAT OMHÄNDERTAGANDE AV PATIENTER MED OSTEOPOROS I PRIMÄRVÅRDEN

Matilda Hellström
Leg. Fysioterapeut



BAKGRUND

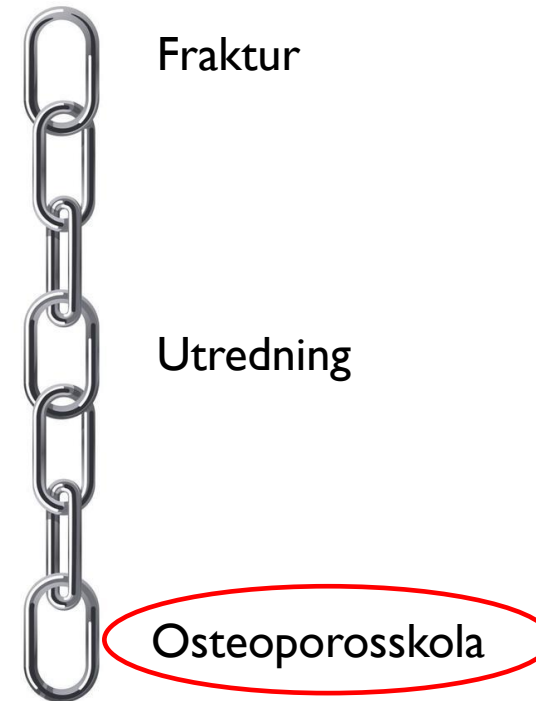
- Nya nationella riktlinjer för osteoporos 2021

Rekommendationer till hälso- och sjukvården – fysisk träning och patientutbildning

Id	Erbjud personer med ...	åtgärden ...	Prioritet
O2:3	förhöjd frakturrisik enligt klinisk bedömning	fysisk träning	3
O2:1		patientutbildning	4

Kommentar: Kolumnen "Id" hänvisar till rekommendationens id-nummer i webbilagan Tillstånds- och åtgärdslista.

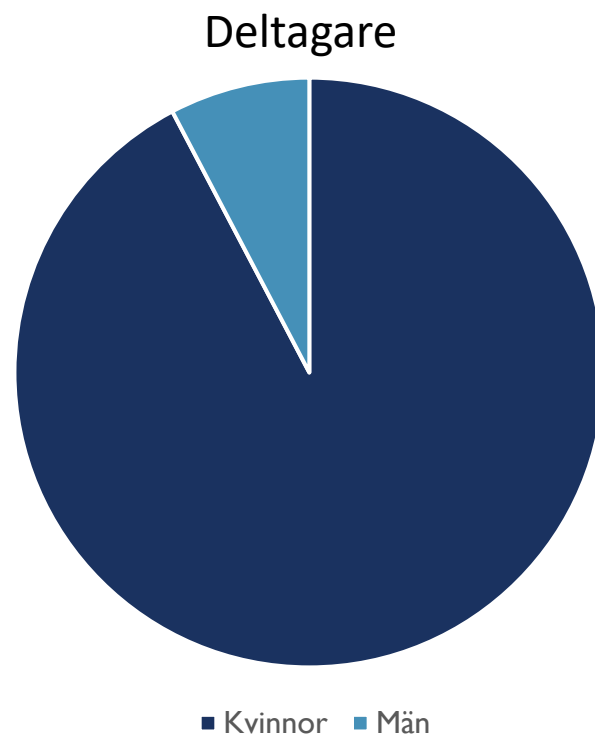
- Frakturkedja Västmanland
- Målsättningen med osteoporosskolan är:
 - Öka patienternas kunskap om osteoporos, minska risken för benskörhetsfrakturer och uppmuntra till fysisk aktivitet.



OSTEOPOROSSKOLAN

1. Patienten informeras om skolan
2. Sätts på väntelista
3. Två föreläsningar i grupp
 - Patofysiologi, riskfaktorer, utredning, frakturer, fysisk aktivitet, fallprevention, kost, medicinsk behandling
 - Dietist och sjuksköterska med på tillfälle två.
4. Individuell uppföljning med fysioterapeut
 - Individuellt anpassade träningsråd, träningsperiod hemma eller på mottagningen
 - Uppföljning individuellt

STATISTIK



Medelålder 74 år

Totalt 52 deltagare hittills

- 48 kvinnor

- 4 män

RESPONS

Bra att träffa andra
med samma sjukdom

Utrymme att ställa
frågor

Varför har jag inte fått
den här informationen
föret?!

Viktig information om
andra levnadsvanor som
påverkar osteoporos

Tryggt att få stöd i
sin träning

FRAMTID

- Standardiserad del av vår verksamhet
- Kvalitetsarbete och rutiner för osteoporosvården på Citypraktiken
- Inspirera fysioterapeuter i primärvården i Västmanland



Tack för mig!