

FÉLAG ÍSLENSKRA SJÚKRAÞJÁLFARA

Sérfræðileyfi í sjúkraþjálfun

Kröfur um þekkingu, færni og hæfni
sérfræðinga í sjúkraþjálfun

Ragnheiður Harpa Arnardóttir, Sólrún Jónsdóttir, Þjóðbjörg Guðjónsdóttir og Þorgeir Óskarsson
sjúkraþjálfarar unnu skjalið fyrir Félag íslenskra sjúkraþjálfara (FÍSp).

Maí 2011

Efnisyfirlit

Sérfræðileyfi í sjúkraþjálfun	3
Sérfræðiviðurkenning í barnasjúkraþjálfun.....	5
Sérfræðiviðurkenning í geðsjúkraþjálfun	11
Sérfræðiviðurkenning í gjörgæslusjúkraþjálfun	15
Sérfræðiviðurkenning í greiningu og meðferð stoðkerfis – „manual therapy“	18
Sérfræðiviðurkenning á sviði heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuverndar.....	21
Sérfræðiviðurkenning í hjartasjúkraþjálfun.....	25
Sérfræðiviðurkenning í hjálpartækjum	29
Sérfræðiviðurkenning í íþróttasjúkraþjálfun	33
Sérfræðiviðurkenning í kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun	37
Sérfræðiviðurkenning í lungnasjúkraþjálfun	41
Sérfræðiviðurkenning í stoðkerfissjúkraþjálfun- bæklun	45
Sérfræðiviðurkenning í stoðkerfissjúkraþjálfun- gigt.....	48
Sérfræðiviðurkenning í taugasjúkraþjálfun	51
Sérfræðiviðurkenning í öldrunarsjúkraþjálfun	55

Sérfræðileyfi í sjúkraþjálfun

Kröfur um þekkingu, færni og hæfni sérfræðinga í sjúkraþjálfun

Inngangur

Mikilvægt er að sjúkraþjálfarar hafi möguleika á að dýpka þekkingu sína á afmörkuðu sviði til þess að geta veitt bestu mögulegu þjónustu byggða á sérþekkingu. Ekki er hægt að ætlast til að hinn almenni sjúkraþjálfari hafi slíka sérþekkingu á öllum sviðum. Sérfræðiviðurkenningin er fyrst og fremst **klínísk**.

Klínísk sérhæfing í sjúkraþjálfun krefst staðfestrar þekkingar, færni og hæfni umfram það sem grunnmenntun sjúkraþjálfara veitir. Sérhvert sérfræðisvið snýr að sjúkraþjálfun ákveðins markhóps og felur í sér aukna menntun og reynslu innan sviðsins.

Hér á eftir er tekið saman fyrir hvert sérsvið hvaða viðbótar- eða sérhæfðu þekkingu (knowledge), færni (skills) og hæfni (competence) sjúkraþjálfari þarf að búa yfir, umfram almenna sjúkraþjálfunarmenntun, til þess að öðlast réttindi sem sérfræðingur á viðkomandi sviði. Þekking vísar til kunnáttu umfram þá sem fæst í grunnnámi sjúkraþjálfunar. Sérhæfð þekking er síðan ítarleg sérþekking innan ákveðins sviðs. Færni vísar til leikni í vinnubrögðum/handtökum og í að draga ályktanir. Hæfni er samspil þekkingar, færni og rökhugsunar byggð á fræðasýn sjúkraþjálfunar.

Þessi samantekt gerir sjúkraþjálfara mögulegt að sjá hvað í sérfræðiviðurkenningunni felst og er leiðbeinandi fyrir handleiðara og aðra þá sem eiga að meta framgang sérfræðinámsins.

Tilgangur

Tilgangurinn með sérfræðimenntuninni:

- Auka fræðilega þekkingu og skilning á viðkomandi sérsviði.
- Bæta markvisst klíníska færni og hæfni á viðkomandi sérsviði.
- Samþætta fræðilega og verklega þekkingu og stuðla að gagnreyndri sjúkraþjálfun.
- Stuðla að heildrænni nálgun í sjúkraþjálfun samkvæmt hugmyndafræði sem kemur m.a. fram í *International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF)*.
- Stuðla að framþróun innan sérfræðigreinarinnar sem og sjúkraþjálfunar í heild sinni.
- Heiðra bestu siðfræði og fagmennsku.

Aðal- og undirgreinar í sérfræðileyfum í sjúkraþjálfun

Barnasjúkraþjálfun
Geðsjúkraþjálfun
Gjörgæslusjúkraþjálfun
Greining og meðferð stoðkerfis – „*manual therapy*“
Heilsuefling, heilsugæsla og vinnuvernd
Hjartasjúkraþjálfun
Hjálpartæki
Íþróttasjúkraþjálfun
Kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun
Lungnasjúkraþjálfun
Stoðkerfissjúkraþjálfun - bæklun
Stoðkerfissjúkraþjálfun - gigt
Taugasjúkraþjálfun
Öldrunarsjúkraþjálfun

Þessi upptalning er gerð í febrúar 2011. Samkvæmt 5. gr. í reglugerð um veitingu sérfræðileyfa í sjúkraþjálfun er leyfilegt að veita sérfræðileyfi á öðrum sérsviðum mæli sérfræðinefnd, með því, sbr. 3. gr.

Sérfræðiviðurkenning í barnasjúkraþjálfun

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Þegar barn fæðist með eða fær sjúkdóm, verður fyrir skaða eða lendir í aðstæðum þar sem geta til athafna og þátttaka þess minnkar hefur það oft víðtækar og jafnvel ævilangar afleiðingar á þroska barnsins, daglega færni, félagslíf og lífsgæði og leiðir oft til fötlunar. Áhrifin geta komið fram á öllum sviðum *International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF)* líkansins.

Sérfræðingur í barnasjúkraþjálfun vinnur með börnum á aldrinum 0–18 ára, einkum þeim sem eru með skerta líkamlega og/eða andlega færni. Sérfræðigreinin krefst sérhæfðrar þekkingar í sjúkraþjálfunarfræðum, þroska barna, skilnings á fötlun og færni ásamt hæfni til að taka þátt í þverfaglegri samvinnu. Starf barnasjúkraþjálfara felst í fræðslu, skoðun og meðferð, forvörnum og heilsueflingu, hæfingu og viðhaldsmeðferð. Mikilvægur hluti af starfi barnasjúkraþjálfara er samvinna/samráð með foreldrum/börnum/fjölskyldum og öðrum sem vinna með barnið dags daglega. Einnig leiðbeiningar, ráðgjöf og kennsla til foreldra og annarra sem vinna með barnið.

Markhópur/starfsvettvangur

Heilbrigð börn og börn í áhættuhópum (0–18 ára), t.d.: fyrirburar, börn með hreyfiþroskaröskun, börn með þroskahömlun, börn með einhverfu og börn með frávik í hegðun og andlegri líðan.

Börn (0–18 ára) sem eru með líkamlega (somatiske) sjúkdóma, m.a. cystic fibrosis, astma, sykursýki, offitu (adipositas), krabbamein og efnaskiptasjúkdóma.

Börn (0–18 ára) sem eru með stoðkerfissjúkdóma eða skaða í stoðkerfi, m.a. beinbrot, liðskaða, barnaliðagigt eða gigt af óþekktum toga, of mikinn liðleika, arthrogyposis multiplex congenita, osteogenesis imperfecta, framsækna vöðvasjúkdóma, meðfædda galla og aflaganir, torticollis og hemophila.

Börn (0–18 ára) sem eru með sjúkdóma og skaða í taugakerfi, m.a. cerebral palsy, litningagalla, attention deficit hyperactivity disorder (ADHD), hreyfiþroskaröskun (developmental coordination disorder; DCD), meðfæddan og áunninn heilaskaða, spinal muscular atrophy (SMA), mænuskaða og sjúkdóma, fágætar fatlanir, plexuskaða og einhverfu.

Sérfræðingarnir starfa m.a. á sjúkraþjálfunarstofum, á heilsugæslustöðvum, á barnadeildum sjúkrahúsa, hæfingarstöðvum, skólum og leikskólum. Sérfræðigreinin byggist á víðtækri þekkingu á færni og fötlun ásamt hæfni til að vinna í þverfaglegum teymum. Starfið er unnið í samstarfi við börn og ungt fólk ásamt fjölskyldum þeirra og ástvinum.

Verksvið sérfræðinga í barnasjúkraþjálfun

Sérfræðingur framkvæmir nákvæma skoðun og greiningu á forsendum barnsins til að hreyfa sig og vinna úr skynjun. Hann gerir heildarmat á færni og aðstæðum barns eða ungmennis. Sérfræðingur í barnasjúkraþjálfun útskýrir síðan niðurstöður athugunar sinnar og meðhöndlar. Honum er nauðsynlegt að hafa góða þekkingu á sálrænum, líkamlegum og félagslegum þáttum sem hafa áhrif á færni í barnæsku og á unglingsárum. Sérfræðingur hefur auk þess reynslu og færni í að vinna með öðrum fagaðilum sem tengjast barninu.

Samstarfsaðilar innan og utan heilbrigðiskerfisins

Það sem einkennir starf barnasjúkraþjálfara er þverfagleg samvinna. Þar sem barn er ekki sjálfráða eru foreldrar helstu samstarfsaðilar barnasjúkraþjálfara. Auk barns og foreldra er samvinna mikilvæg við aðra fagaðila í heilbrigðiskerfinu, félagskerfinu og skólakerfinu, við sjúklingasamtök, foreldrasamtök, áhugahópa auk sérstakra stofnana eins og Greiningar- og ráðgjafarstöðvar ríkisins.

Innan heilbrigðiskerfisins eru samstarfsaðilar: iðjuþjálfar, þroskaþjálfar, læknar, hjúkrunarfræðingar, félagsráðgjafar, stoðtækjafræðingar, talmeinafræðingar, tannlæknar o.fl.

Innan félagsmálakerfisins eru samstarfsaðilar: starfsfólk félagsmálastofnana, hjúkrunarfræðingar, ráðgjafar um hjálpartæki, sálfræðingar o.fl.

Innan skólakerfisins eru samstarfsaðilar: kennarar, sérkennarar, sálfræðingar, talmeinafræðingar, skólahjúkrunarfræðingar, skólalæknar, stuðningsfulltrúar barna o.fl.

Þekking, færni (skills) og hæfni (competence)

Sérfræðingur í barnasjúkraþjálfun þarf að sýna bæði fræðilega og verklega þekkingu, auk færni í klínískri rökhugsun. Með reynslu og viðbótarmenntun á sínu fagsviði hefur sérfræðingur í barnasjúkraþjálfun öðlast sérhæfða þekkingu, færni og hæfni í eftirfarandi þáttum.

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í barnasjúkraþjálfun þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning á:

- Líkamsbyggingu og líkamsstarfsemi, þ.e. líffærafræði, lífeðlisfræðilegum þroska, þjálfunarlífeðlisfræði og þróun á færni á bernsku- og unglingsárum. Einnig á frávikum í þessum þáttum.
- Eðlilegri hjarta- og lungnastarfsemi hjá börnum og ungmennum og frávikum á þessari starfsemi.
- Eðlilegum þroska á miðtauga- og stoðkerfi sem og frávikum á þroskanum.

- Almennum þroska barna, s.s. hreyfiþroska, skynjun, tilfinningalegum, vitsmunalegum og félagslegum þroska, sem og frávikum í almennum þroska.
- Athöfnum og þátttöku barna/ungmenna í samfélaginu. M.a. felst í því góð þekking á forsendum fyrir hreyfingu og hreyfihegðun.
- Áhrifum líkamlegra, sálrænna, félagslegra og umhverfisþátta á færni og heilsu.
- Fræðilegum kenningum og líkönum um hreyfingu, hreyfistjórn og hreyfinám.
- Sjúkdómafræði, einkum taugasjúkdómafræði.
- Samspili á þroska og líkamlegum bata eða aðlögum líkamskerfa eftir slys/sjúkdóma í miðtauga- og stoðkerfi.
- Verkjum hjá börnum.
- Blindu, alvarlegri sjónskerðingu, heyrnarskerðingu og heyrnarleysi.
- Menningarlegum mun þegar litið er á heilsu og upplifun á sjúkdómum og hvað telst eðlilegt (normalt).
- Áhrif fötlunar á líf einstaklinga á mismunandi skeiðum ævinnar.
- Aðferðum til að greina og mæla hreyfingar líkamans. Átt er við aðferðir til að mæla hreyfingu, forsendur fyrir hreyfingu og hreyfihegðun hjá börnum og unglíngum sem og færniþróf og mælingar innan barnasjúkraþjálfunar.
- Réttmæti og áreiðanleika mælitækja og mæliaðferða innan barnasjúkraþjálfunar.
- Nálgunum og tæknilegum aðferðum (og kenningum að baki þeim) sem notaðar eru í barnasjúkraþjálfun til að bæta starfsemi líkamans, athafnir og þátttöku barna í lífinu sem og almenna heilsu.
- Heilsueflingu og forvörnum hjá börnum.
- Hjálpartækjum og spelkum fyrir börn og unglínga.
- Fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum.
- Siðfræðilegum gildum og fagmennsku.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í barnasjúkraþjálfun:

- Er fær um að taka sjúkra- og félagssögu.
- Framkvæmir nákvæma skoðun barns/ungmennis þar sem heildarnálgun er beitt. Litið er á hreyfigetu barnsins þar sem nákvæm greining fer fram á forsendum fyrir

hreyfingu, hreyfihegðun og frávikum í hreyfingu og skynjun. Einnig er litið á líf barnsins í heild.

- Kann að velja og nota réttmæt og áreiðanleg mælitæki/mæliaðferðir við greiningu til að ákveða meðferð og meta árangur af henni. Hann áttar sig einnig á tilfinningalegum, vitsmunalegum og félagslegum þroska sem og áhrif umhverfisaðstæðna á færni. Hann er fær um að samþætta þessa þekkingu skoðun sinni og mati. Hann greinir eðli núverandi vanda með rökrænum hætti og auk þess greinir hann og metur möguleika barnsins til að þroskast (einkum stoðkerfi og taugakerfi).
- Er fær í að setja markmið í samráði við barn og/eða foreldra og er rökvisst við gerð meðferðaráætlunar og framkvæmd meðferðar.
- Skipuleggur sjúkraþjálfun út frá áhuga barnsins og líkamlegri, andlegri og félagslegri getu.
- Velur og notar sértækar aðferðir sem eiga við vandamál barnsins út frá öllum sviðum ICF-líkansins.
- Veitir meðferð og metur framgang hennar í samvinnu við foreldra/forráðamenn barna eða unglunga til að tryggja að barnið/unglingurinn yfirfæri getu yfir í daglega lífið.
- Leiðbeinir öðrum þannig að þeir geti bætt hreyfifærni barnsins, t.d. með því að hvetja til virkni, auka styrk, hreyfingu, bæta öndun og blóðrás.
- Skipuleggur forvarnir sem miða að því að koma í veg fyrir viðbótarfötlun hvort sem það er gert með hverjum einstaklingi fyrir sig eða í hópi (heilsuefning).
- Metur þörf fyrir, prófar og velur hjálpartæki í samvinnu við foreldra.
- Er fær um að rökstyðja val á hjálpartæki í hjálpartækjaumsókn. Stillir og fylgist með notkun hjálpartækja, tæknilegra hjálpartækja og spelka.
- Býr yfir góðri hæfni til fræðslu og ráðgjafar til einstaklinga og hópa og til að virkja börn/ungmenni til ábyrgðar á eigin heilsu.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í barnasjúkraþjálfun:

- Velur bestu mögulegar aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og eftir þörfum hvers barns/ungmennis.
- Getur fært rök fyrir beitingu nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
- Getur fært rök fyrir heildarnálgun í meðferð.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í barnasjúkraþjálfun:

- Hefur reynslu og færni í forgangsröðun, þverfaglegri samhæfingu og samvinnu.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðis- og velferðarkerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstarfsstétta.
- Áttar sig á þörf og sýn notenda og notendafélaga/hópa á endurhæfingu/hæfingu.
- Hefur þekkingu á starfssviði samstarfsaðila.
- Upplýsir, ráðleggur og leiðbeinir barni/ungmenni, foreldrum og samstarfsfólki um áhrif fötlunar og hvernig hægt er að auka þátttöku og bæta lífsgæði þrátt fyrir fötlun, t.d. með þjálfun, aðlögun umhverfis og/eða hjálpartækjum.
- Stuðlar að sjálfstæði og sjálfábyrgð, m.a. með því að virkja barn/ungmenni, foreldra og/eða umönnunaraðila til fullrar þátttöku í ákvarðanatökum varðandi þjónustu sjúkraþjálfara.
- Er fær um að kenna vinnustellingar þegar unnið er með börn.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint fjölskyldum barnanna um heilbrigðisþjónustuna.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Tekur virkan þátt í gagnrýnum umræðum um hvað liggur að baki ólíkum meðferðum/hugmyndum.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstæðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinargerðir.
- Þekkir tækni til að bæta áhugahvöt (motivation) og kann að gefa leiðbeiningar og endurgjöf (feedback).
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingar í barnasjúkraþjálfun hafi góða innsýn í

Börn sem þurfa á meðferð að halda og foreldrar þeirra ganga í gegnum ólíkar rannsóknir og meðferðir þar sem mikilvægustu sviðin eru: lækni meðferðir, lækni fræðilegar rannsóknir, bæklunaraðgerðir, taugaskurðlækningar, barnageðlækningar, næringarfræði og forvarnir. Sérfræðingar í barnasjúkraþjálfun þurfa því að hafa þekkingu og innsýn í sérfræðigreinar í barnalækningum og sálfræði þar með talið taugabarnalækningar, barnabæklunarlækningar ,

umönnun á vökudeild, þroskasálfræði samskipti, og óhefðbundnar tjáskiptaleiðir. Einnig þekkingu á því sem er í boði í tómstundastarfi fyrir börn.

Nauðsynlegt er að hafa þekkingu á lögum sem snúa að börnum og fjölskyldum þeirra sem og pólitískum stefnum og straumum hvers tíma.

Sérfræðiviðurkenning í geðsjúkraþjálfun

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Faraldsfræðilegar rannsóknir seinni hluta 20. aldarinnar og fyrsta tug þeirrar 21. lýsa aukningu á þjáningum fólks á Vesturlöndum vegna stoðkerfisvandamála, sálvefræna einkenna, geðræna vandamála, afleiðinga ofbeldis, átröskunar, kynferðislegrar misnotkunar, lífsstíls- og tilvistarvanda. Sýnt hefur verið fram á jákvæð áhrif hreyfingar á geðheilsu fólks. Einnig hefur verið sýnt fram á að meiri líkur eru á óæskilegum frávikum á líkamsstöðu, öndun og hreyfingum hjá þeim sem hafa skerta geðheilsu en hjá heilbrigðum og að meðferð sem beinist að bættri líkamsstöðu, öndun og hreyfigæðum stuðlar að betri árangri en þegar eingöngu er meðhöndlað með lyfjum og samtalsmeðferð. Upp úr miðri síðustu öld hófu sjúkraþjálfarar á Norðurlöndum að þróa aðferðir í geðsjúkraþjálfun.

Geðsjúkraþjálfun byggist á heimspeki mannúðar og þeirri grundvallarafstöðu að samspil geðræna, líkamlegra og félagslegra þátta hafi áhrif á heilsu og líðan manneskjunnar.

Sérgreinin hvílir meðal annars á mikilli þekkingu á hreyfigæðum (movement quality), forvörnum og meðferð fólks með geðræna eða sálvefræna sjúkdóma, langvarandi verkjavandamál og streitutengd heilsuvandamál.

Heildrænt viðhorf einkennir geðsjúkraþjálfun þar sem bein tengsl eru milli hugsana, tilfinninga, skynjunar og reynslu og líkama og hreyfingar. Samspil sjúkraþjálfarans og sjúklingsins er hluti af meðferðarferlinu.

Meðferðin beinist að aukinni líkamsvitund og bættri líkamsstjórn til þess að efla færni sjúklingsins við að finna og mæta afleiðingum andlegs álags á líkamann og öfugt, bæði tilfinningalegs og vegna áreitiss á taugakerfið.

Innan sérgreinarinnar hafa verið þróaðar viðurkenndar greiningaraðferðir (t.d. BAS, BARS o.fl.) og stöðluð viðtöl (t.d. BAS I og greining áhugahvatar), ásamt meðferð sem byggist á getu sjúklingsins þrátt fyrir vanheilsu. Við mat er, fyrir utan venjulega skoðun, jafnframt litið til heildrænnar heilsufarssögu og lyfjanotkunar. Sérfræðingur í geðsjúkraþjálfun hefur reynslu af og þekkingu á ferlimiðaðri handleiðslu í meðferðarferlinu og kann að nýta samtalið í meðferðarskyni. Sérfræðingur í geðsjúkraþjálfun þarf sjálfur að hafa sótt samtalsmeðferð hjá viðurkenndum fagaðila til að auka sjálfþekkingu sína og þekkingu á þeim samskiptafyrirbærum sem geta átt sér stað milli meðferðaraðila og sjúklings. Hann þarf einnig að hafa fengið handleiðslu í líkamsvitund og líkamsstjórn.

Markhópur/starfsvettvangur

Sérfræðingurinn getur unnið hvort sem er með inniliggjandi eða göngudeildarsjúklinga. Innan geðheilbrigðisþjónustunnar er oft um þverfaglega teymisvinnu að ræða. Þar er meginhlutverk

hans að greina og meðhöndla sjúklinga með truflun á líkamsvitund og/eða frávik í hreyfimyndri og hreyfihegðun. Á sálvefræna sviðinu starfa sérfræðingar í geðsjúkraþjálfun mikið með langvarandi verkjavandamál hjá fullorðnum. Fyrir utan heilbrigðiskerfið getur sérfræðingurinn unnið með sjúklingasamtökum og skólakerfinu.

Samstarfsaðilar innan og utan heilbrigðiskerfisins

Geðsjúkraþjálfarinn vinnur náið með öðrum fagstéttum, einkum þar sem teymisvinna tíðkast. Þar fyrir utan er oft þörf á samstarfi við heilsugæsluna, heimaþjónustu, félagsþjónustu, sjúkratryggingar, atvinnuendurhæfingu, skóla, vinnustaði og aðstandendur. Fyrir sérfræðing í geðsjúkraþjálfun, sem sinnir göngudeildarþjónustu einn, getur geðlæknir og/eða sálfræðingur viðkomandi sjúklings verið mikilvægur samráðsaðili.

Sérfræðingur í geðsjúkraþjálfun sýnir þekkingu, færni (skills) og hæfni (competence) á eftirfarandi sviðum:

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í geðsjúkraþjálfun þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning á neðangreindum atriðum:

- Líkamsbyggingu og líkamstarfsemi, athöfnum og þátttöku fólks í samfélaginu.
- Áhrifum líkamlegra, sálrænna, félagslegra og umhverfisþátta á heilsu og þátttöku í samfélaginu.
- Fræðilegum kenningum um líkamsvitund, hreyfingu, hreyfistjórn og hreyfihegðun.
- Þróun kenninga í geðlæknisfræði og sálvefrænni sjúkdómafræði, þroskasálarfræði og skyn-/hreyfiþroska.
- Geðsjúkdómafræði.
- Rugli, minnstapi og annarri vitrænni röskun.
- Bráðri og langvinnri áfallastreitu og áfallahjálp.
- Ýmsum geðröskunarvandamálum hjá börnum og unglíngum, einkum sem snúa að einhverfurófi og vægari samhæfingarvandamálum.
- Þroskakerðingu af ýmsum toga.
- Svefntruflunum.
- Ýmsum sálvefrænum heilkennum, s.s. vefjagigt, síþreytu o.fl.
- Lyfjafræði ýmissa geðlyfja.
- Afleiðingum kynferðislegs ofbeldis, pyndinga og annarra misþyrminga.

- Aðferðum við að greina og meta líkamsvitund, líkamsástand og hreyfigetu.
- Meðferðaraðferðum til að efla líkamsvitund og fræðilegum forsendum þeirra.
- Sértekjum vandamálum nýbúa og flóttamanna, áfallastreituröskun ásamt stríðs- og hamfarageðröskun.
- Kenningum varðandi samtalstækni og orðlaus samskipti.
- Hópmeðferð og hópefli.
- Fyrirbyggjandi aðgerðum hvað varðar samband líkama og sálar/geðs.
- Réttmætum og áreiðanlegum mælitækjum og mæliaðferðum.
- Fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum.
- Heildarnálgun í heilsugæslu og meðferð.
- Siðfræðilegum gildum og fagmennsku.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í geðsjúkraþjálfun:

- Er fær um að taka sjúkra- og félagssögu og framkvæmir nákvæma skoðun sjúklings þar sem heildarnálgun er beitt. Kann m.a. að velja og nota viðeigandi mælitæki við greiningu og meðferð. Hann greinir eðli vandans með rökrænum hætti.
- Er fær um að meta áhrif félagslegra þátta og umhverfisaðstæðna á færni einstaklingsins.
- Er fær um að setja markmið í samráði við sjúklinginn og aðra í meðferðarteyminu og er rökvisst við gerð meðferðaráætlunar og framkvæmd meðferðar.
- Er fær um mat á ástandi og batamöguleikum út frá líkamlegri nálgun með viðurkenndum aðferðum innan geðsjúkraþjálfunar.
- Getur handleitt og hefur reynslu af meðhöndlun með aðferðum geðsjúkraþjálfunar.
- Getur veitt sérhæfða sjúkraþjálfunarmeðferð sem getur m.a. falið í sér sértækar hreyfingar, snertingu, hvíldarstillingar, almenna líkamspjálfun og líkamspjálfun sem miðar að bættri líkamsvitund, jafnvægi í vöðvaspennu, bættri hreyfigetu og jafnvægi.
- Gerir sér grein fyrir eigin styrk og veikleika í meðferðarsambandinu.
- Er fær í samskiptatækni, með og án orða.
- Getur frætt og leiðbeint um áhrif geðrænna sjúkdóma á líkamann, samspil líkama og sálar og hvernig bætt líkamsvitund getur haft á bataferlið.

- Býr yfir góðri hæfni til fræðslu og ráðgjafar til einstaklinga og hópa og til að virkja fólk til eigin ábyrgðar á heilsu.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í geðsjúkraþjálfun:

- Velur bestu mögulegar aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og eftir þörfum hvers sjúklings.
- Getur fært rök fyrir beitingu nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
- Sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum og þar með hæfni til að afla sér nýrrar þekkingar og stuðla að nýrri þekkingarmyndun á sínu sviði.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint sjúklingum um heilbrigðisþjónustuna.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

- Hefur reynslu og færni í forgangsröðun, þverfaglegri samhæfingu og samvinnu.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðis- og velferðarkerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstarfsstétta.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Greinir vel þörf og sýn einstakra sjúklunga og sjúklingahópa/samtaka.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstæðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinargerðir.
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingar í geðsjúkraþjálfun hafi góða innsýn í

Fólk með geðsjúkdóma er oft með flókin vandamál sem krefjast mismunandi nálgunar og samstarfs við aðra sérfræðinga. Því þarf sérfræðingur í geðsjúkraþjálfun m.a. að þekkja vel til taugasjúkdóma, taugasálfræði, taugaendurhæfingar, stoðkerfisvandamála, öndunartækni og til laga og reglugerða tengdum sérsviði sínu.

Sérfræðiviðurkenning í gjörgæslusjúkraþjálfun

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Innan sérgreinarinnar byggist mat og meðferð á greiningu ástands sjúklingsins hvað varðar öndun og blóðrás, meðvitundarstigi, ásamt möguleikum á uppréttri stöðu og hreyfingu. Því krefst þessi sérgrein góðrar þekkingar á sjúkdómum og afleiðingum ýmissa áverka á öndunarfæri og blóðrásarkerfi.

Markhópur/starfsvettvangur

Sérfræðingar í gjörgæslusjúkraþjálfun sinna sjúklingum á öllum aldri með öndunar- og/eða blóðrásarvandamál vegna sjúkdóma eða áverka. Sérfræðingurinn starfar fyrst og fremst á gjörgæsludeildum og brjóstholsskurðeildum.

Samstarfsaðilar innan og utan heilbrigðiskerfisins

Sjúkraþjálfun á gjörgæslu- og brjóstholsskurðeild fer fram í náinni samvinnu við aðrar fagstéttir, einkum lækna, hjúkrunarfræðinga og sjúkraliða á viðkomandi deild. Gott samstarf og samráð við sjúkraþjálfara á öðrum deildum er mikilvægt sem og samskipti og samstarf við aðstandendur sjúklings.

Sérfræðingur í gjörgæslusjúkraþjálfun sýnir þekkingu, færni (skills) og hæfni (competence) á eftirfarandi sviðum

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í gjörgæslusjúkraþjálfun þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning á neðangreindum atriðum:

- Líffærafræði innri líffæra, einkum tengdri nýrum, lungum, hjarta- og æðakerfi.
- Lífeðlisfræði sem og meinalífeðlisfræði öndunar og blóðrásar.
- Lífeðlisfræði sem tengist áverkum á ýmis líffæri og líffæraakerfi mannlíkamans.
- Áhrifum svæfingar og hreyfingarleysis á líkamann.
- Beinum og óbeinum áhrifum svæfi-, deyi- og verkjalyfja á ýmsa líkamsstarfsemi og forsendur uppréttar stöðu líkamans, hreyfingar og meðvitundar.
- Fræðilegum kenningum um hreyfingu, hreyfistjórn og hreyfihegðun.

- Áhrifum líkamlegra, sálrænna, félagslegra og umhverfisþátta á færni og heilsu og afleiðingum lengri og skemmri gjörgæsluvistar í þessu samhengi.
- Áfallaröskun, einkennum losts, bráðarugls, þunglyndis og kvíða.
- Réttmætum og áreiðanlegum mælitækjum og aðferðum til að greina og mæla öndunar- og blóðrásarvandamál ásamt hreyfigetu líkamans í gjörgæsluumhverfi.
- Gagnreyndum og öðrum viðurkenndum meðferðaraðferðum í gjörgæslusjúkraþjálfun og fræðilegum bakgrunni þeirra.
- Notkun og gagnsemi þeirra tækja sem notuð eru við vöktun og meðhöndlun sjúklings.
- Fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum.
- Siðfræðilegum gildum og fagmennsku.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í gjörgæslusjúkraþjálfun:

- Er fær um að taka sjúkra- og félags sögu og framkvæmir nákvæma skoðun sjúklings þar sem heildarnálgun er beitt. Kann m.a. að velja og nota viðeigandi mælitæki við greiningu og meðferð. Sérfræðingurinn greinir eðli vandans með rökrænum hætti í samræmi við þekkingu og reynslu.
- Er fær í að meta færniskerðingu sjúklings hvað varðar starfsemi mismunandi líffæra og vera hluti af meðferðarferli sjúklingsins.
- Er fær um að greina þörf fyrir, skipuleggja og veita sértæka sjúkraþjálfunarmeðferð fyrir gjörgæslusjúklinga.
- Er fær í að setja markmið í samráði við sjúklinginn og/eða aðra í meðferðarteyminu og er rökvisst við gerð meðferðaráætlunar og framkvæmd meðferðar.
- Er fær um að meta áhrif félagslegra þátta og umhverfisaðstæðna á færni einstaklingsins.
- Sýnir færni við aflestur og notkun tækjabúnaðar deildarinnar, einkum öndunarvéla.
- Getur nýtt sér niðurstöður blóðrannsókna, myndgreiningar o.þ.h.
- Sýnir færni við að mæta aðstandendum sem líður illa.
- Sýnir færni við að aðlaga, þróa og kenna góðar aðferðir við flutning sjúklings, t.d. í rúmi.
- Býr yfir góðri hæfni til fræðslu og ráðgjafar til sjúklings, aðstandenda og samstarfsfólks.

- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í gjörgæslusjúkraþjálfun:

- Er fær í að afla sér þekkingar um bestu aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og samkvæmt þörfum hvers einstaklings.
- Getur fært rök fyrir beitingu nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
- Sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum og þar með hæfni til að afla sér nýrrar þekkingar og stuðla að nýrri þekkingarmyndun á sínu sviði.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í gjörgæslusjúkraþjálfun:

- Hefur reynslu og færni í forgangsröðun, þverfaglegri samhæfingu og samvinnu.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðis- og velferðarkerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstarfsstétta.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstæðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinargerðir.
- Getur flutt fræðilega fyrirlestra og kennt heilbrigðisstarfsmönnum mikilvæg fræðileg og klínísk atriði tengd sérgrein sinni.
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingar í gjörgæslusjúkraþjálfun hafi góða innsýn í

Fólk, sem liggur á gjörgæslu vegna alvarlegra veikinda, er oftast með víðtæk vandamál sem krefjast aðkomu margra sérfræðinga. Það veldur því að sérfræðingar í gjörgæslusjúkraþjálfun verða að hafa góða þekkingu tengda almennum skurðlækningum, bæklunarlækningum, taugalækningum og lyflækisfræði. Einnig á sýkingavörnum, hreyfingarfræði og óhefðbundnum samskiptaleiðum, t.d. tjáningu án orða.

SÉRFRÆÐIÞURKENNING Í GREININGU OG MEÐFERÐ STOÐKERFIS „*MANUAL THERAPY*“

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Grunnurinn að skoðun og meðferð innan þessarar sérfræðigreinar felst í nákvæmri skráningu sögu sem tekur ekki einungis tillit til heilrænnar færni sjúklings heldur einnig starfsemi ólíkra líffærakerfa. Þetta krefst sérstakrar hæfni til að greina hvaða hreyfingar eru notaðar, gæði þeirra og hreyfimunstur, hæfni til að útfæra sértæk próf ásamt hæfni til að veita sértæka stoðkerfissjúkraþjálfunarmeðferð og gera þjálfunaráætlun.

Markhópur/starfsvettvangur

Sérfræðingur í greiningu og meðferð stoðkerfis - "manual therapy" vinnur með sjúklinga sem þjást af röskun í stoð- og taugakerfi. Þessir sjúklingar eru á öllum aldri, frá þeim yngstu með meðfæddar raskanir til þeirra eldri sem þjást af fjölbættum vandamálum. Sérfræðingar í greiningu og meðferð stoðkerfis - "manual therapy" starfa einkum á sjúkraþjálfunarstofum og endurhæfingarstofnunum og veita sérfræðiþjónustu á sjúkrahúsum.

Samstarfsaðilar

Sérfræðingur í greiningu og meðferð stoðkerfis - "manual therapy" nota sama þekkingargrunn og aðrir sjúkraþjálfarar og sérfræðilæknar sem vinna með raskanir í stoðkerfinu. Samvinna er m.a. við lækna, sálfræðinga og stoðtækjafræðinga.

Samvinna er höfð við ýmsa aðila utan heilsugæslunnar, s.s. sjúkratryggingar, lögfræðinga, vinnuveitendur og félög sjúklinga.

Sérfræðingur í greiningu og meðferð stoðkerfis – „manual therapy“ sýnir þekkingu, færni og hæfni á eftirfarandi sviðum

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í greiningu og meðferð stoðkerfis - "manual therapy" þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning varðandi:

- Álagssjúkdóma, orsakir, afleiðingar og varnir gegn þeim.
- Almennar og sértækar ábendingar og frábendingar við greiningu og meðferð stoðkerfis, manual therapy.

- Líffæra- og lífeðlisfræði stoðkerfisins.
 - Hreyfingafræði þar sem m.a. er horft á eðlilegt ástand vefja, aðlögun eftir meiðsli, of mikið álag og öldrunarbreytingar.
 - Taugalífeðlisfræði með áherslu á úttaugar og sjálfvirka taugakerfið.
 - Taugalífeðlisfræði verkja, upplifun verkja og verkjameðferð.
- Greiningu og mismunagreiningu starfrænna kvilla í stoðkerfinu með aðferðum sérfræðinga í greiningu og meðferð stoðkerfis - "manual therapy".

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í greiningu og meðferð stoðkerfis - "manual therapy":

- Er fær um að meðhöndla sjúklinga með bráð og langvarandi hrygg- og liðavandamál ásamt að fylgja eftir þeirri meðferð og geta gert grein fyrir henni til langs tíma litið.
- Er fær um að beita sértækum meðferðum eins og liðlosun, hnykkingum, stöðugleika- og samhæfingarþjálfun og vöðvameðferð.
- Er fær um að skipuleggja og veita meðferð við starfrænum stoðkerfisvandamálum í hrygg, hálsi og öðrum liðum og sem orsakast af sliti, meiðslum eða bólgusjúkdómum.
- Er fær um að mismunagreina.
- Er fær um að dæma þörfina fyrir sjúkráþjálfunarmeðferð ásamt því að meta þörfina fyrir aðkomu annarra sérfræðinga að meðferðinni.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í greiningu og meðferð stoðkerfis - "manual therapy":

- Velur bestu mögulegar aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og eftir þörfum hvers sjúklings.
- Getur fært rök fyrir beitingu nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
- Sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum og þar með hæfni til að afla sér nýrrar þekkingar og stuðla að nýrri þekkingarmyndun á sínu sérsviði.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint sjúklingum um heilbrigðisþjónustuna.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í greiningu og meðferð stoðkerfis - "manual therapy":

- Hefur reynslu og færni í forgangsröðun, þverfaglegri samhæfingu og samvinnu.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðiskerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstétta.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstæðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinargerðir.
- Getur flutt fræðilega fyrirlestra og kennt öðrum heilbrigðisstarfsmönnum mikilvæg atriði tengd sérgrein sinni.
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingur í greiningu og meðferð stoðkerfis – „manual therapy“ hafi góða innsýn í

- ✓ Myndgreining og ábendingar um ýmsar rannsóknaraðferðir sem geta nýst innan sérgreinarinnar greining og meðferð stoðkerfis - "manual therapy"
- ✓ Bæklunar-, gigt-, íþróttar-, taugaskurð- og endurhæfingarlækningar
- ✓ Helstu lyf sem hafa áhrif á stoðkerfið
- ✓ Sálvefrænis þættir
- ✓ Vinnuvistfræði

Sérfræðiviðurkenning í sjúkraþjálfun á sviði heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuverndar

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Sagt er að í hugtakinu heilbrigður felist það að vera líkamlega og andlega frískur, geta ráðið við athafnir daglegs lífs, hafa tilgang í lífinu og val um eigin hagi.

Sjúkraþjálfari sem er með sérfræðiréttindi á sviði heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuverndar stuðlar að góðri heilsu og líðan í víðum skilningi þeirra orða hvort sem er hjá einstaklingum og/eða hópum, á vinnustað eða utan.

Þetta er gert með meðferð og forvörnum, með því að sporna við þróun sjúkdóma eða heilsubreysts og hafa áhrif á áhættu- og/eða umhverfispætti eins og t.d. hreyfingarleysi, ofþyngd og slæmar vinnuaðstæður. Hlutverk sjúkraþjálfara með sérfræðiréttindi á þessu sviði er meðal annars að meta þörfina fyrir meðferð eða önnur úrræði, byggt á þarfagreiningu og mati á aðstæðum. Í vinnuvernd er lögð áhersla á samspil líkamlegs og andlegs álags í starfi.

Markhópur/starfsvettvangur

Markhópurinn nær yfir breitt aldursbil, allt frá ungbörnum til aldraðra. Starfsvettvangurinn getur verið á – eða í tengslum við heilsugæslustöðvar, á sjúkraþjálfunarstofum, stofnunum og innan fyrirtækja.

Samstarfsaðilar

Samstarfsaðilar geta verið t.d. aðrir fagaðilar innan heilsugæslunnar og velferðarkerfisins, kennarar og skólastjórnendur, stjórnendur fyrirtækja o.fl.

Þekking, færni (skills) og hæfni (competence)

Sérfræðingur í sjúkraþjálfun á sviði heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuverndar þarf að sýna bæði fræðilega og verklega þekkingu. Með reynslu og viðbótarmenntun á sínu fagsviði hefur sérfræðingurinn öðlast sérhæfða þekkingu, færni og hæfni í eftirtöldum þáttum.

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur á sviði heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuverndar þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning á eftirfarandi:

- Helstu kenningum og aðferðum innan heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuvistfræði.

- Álagseinkennum, álagstengdum sjúkdómum, helstu áhættuþáttum þeirra og forvörnum gegn þeim.
- Samspili milli umhverfis, sál- og félagslegra þátta með tilliti til hvers kyns heilsufarslegra vandamála.
- Áhrifum fyrirbyggjandi aðferða hjá einstaklingum og hópum.
- Lögum og reglugerðum er varða heilsueflingu, forvarnir, vinnuvernd, vinnulöggjöf, veikindarétt o.fl.
- Úttekt á vinnugetu/færni út frá líffræðilegum forsendum einstaklingsins.
- Ungbarnavernd og mæðravernd.
- Hreyfiproska barna.
- Skólaheilsugæslu.
- Hafa góða innsýn inn í öldrunarfræði, sérstaklega þá þætti sem snúa að heilsueflingu, heilsugæslu og lífsgæðum hinna öldruðu.
- Hugmyndum heilsuhagfræðinnar varðandi heilsueflingu, heilsugæslu og vinnuvernd.
- Menningarlegum, kynbundnum og félagslegum mismun og þýðingu hans fyrir skjólstæðingana.
- Rannsóknnum á líkamlegri færni, hreyfingu og virkni.
- Réttmætum og áreiðanlegum mats- og mæliaðferðum á þessu sviði.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í sjúkraþjálfun á sviði heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuverndar:

- Metur þörf fyrir inngrip sjúkraþjálfara og/eða annarra fagaðila hjá þeim sem leita til hans og veitir viðeigandi inngrip þar sem það á við.
- Leitast við að bæta almenna líðan og heilsu, með forvörn eða annarri meðferð.
- Skoðar og metur vinnutækni, aðstæður á vinnustað og getur kortlagt vinnuferli.
- Stuðlar að breytingum á vinnutækni og/eða umhverfi þar sem þess gerist þörf.
- Kennir og leiðbeinir um vinnuvernd.
- Skipuleggur og stýrir endurhæfingu sem snýr að starfshæfni.
- Getur skipulagt og stýrt fyrirbyggjandi heilsurækt fyrir almenning og á vinnustöðum.
- Getur leiðbeint um val og notkun hjálpartækja. Skoðar inngrip m.a. út frá heilsuhagfræðilegu sjónarhorni.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í sjúkraþjálfun á sviði heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuverndar:

- Aflar sér þekkingar um bestu aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og færir rök fyrir beitingu nýrra aðferða út frá henni.
- Tekur þátt í og stuðlar að vísindalegum rannsóknum og þróun á sviði heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuverndar.
- Metur á gagnrýninn hátt niðurstöður rannsókna og aðrar nýjar upplýsingar sem koma upp á þessu fagsviði varðandi meðferð, mælingar og fleira.
- Sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum.
- Leitast við að taka þátt í lýðheilsuverkefnum og meta þörf fyrir inngrip sjúkraþjálfara á því sviði.
- Hefur og sýnir skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Getur beitt faglegri ráðgjöf og kennslu á þessu sviði.
- Getur útskýra hlutverk sjúkraþjálfara á sínu sérsviði.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í sjúkraþjálfun á sviði heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuverndar:

- Starfar í náinni samvinnu með öðrum fagaðilum bæði innan og utan heilbrigðis- og/eða velferðarkerfisins.
- Leitast við að auka gæði sjúkraþjálfunar á þessum vettvangi og gera fagið sýnilegra með fræðslu og ráðgjöf.
- Getur tjáð sig skýrt í ræðu og riti meðal annars við samstarfsfólk, skjólstæðinga, vinnuveitendur, forsvarsmenn heilbrigðismála og aðstandendur og ritað greinargóðar skýrslur/greinargerðir.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðis- og velferðarkerfinu sem og starfssviði annarra heilbrigðisstétta.
- Er fær um að veita fræðslu og handleiðslu á sínu sérsviði hvort sem er til almennings, sjúklinga, aðstandenda eða samstarfsfólks.
- Setur sig inn í kenningar um kennslu og nám.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

**Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingur í sjúkraþjálfun á sviði
heilsueflingar, heilsugæslu og vinnuverndar hafi góða innsýn í:**

- ✓ Stoðkerfið
- ✓ Hjálpartæki
- ✓ Sálfræði
- ✓ Streita, streitulosandi aðferðir
- ✓ Lög og reglugerðir um heilbrigðismál, velferðarmál og vinnuvernd
- ✓ Málefni grunnskóla
- ✓ Heilsuhagfræði

Sérfræðiviðurkenning í hjartasjúkraþjálfun

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Miklar framfarir hafa orðið í hjartalækningum hér á landi eins og víðast hvar annars staðar. Fólk greinist fyrr með hjartasjúkdóma og þannig er oft hægt að koma í veg fyrir alvarleg hjartaáföll en einnig lifa hjartasjúklingar lengur bæði vegna bættrar lyfjameðferðar og annarrar meðferðar. Mikilvægur þáttur í meðferð þessara sjúklinga sem og annars stigs forvörn er endurhæfing og þar skipa sjúkraþjálfarar stóran sess í þverfaglegu teymi fagfólks. Sérfræðipekking á þessu sviði er fyrst og fremst hugsuð til þess að auka dýpt og skilning sjúkraþjálfara á þessari sérgrein, sjúklingunum til hagsbóta.

Markhópur/starfsvettvangur

Sérfræðingur í hjartasjúkraþjálfun starfar aðallega með þeim sem fengið hafa hjarta- og/eða æðasjúkdóma, börnum jafnt sem fullorðnum. Sérfræðingurinn starfar bæði við meðferð og annars stigs forvarnir en einnig að fyrsta stigs forvörnum þar sem reynt er ekki síst að ná til þeirra sem eru í áhættu á að fá þessa sjúkdóma. Starfsvettvangurinn er meðal annars inni á sjúkrahúsum, endurhæfingarstöðvum, sjúkraþjálfunarstofum og víðar. Oftar en ekki er sérfræðingurinn hluti af þverfaglegu teymi.

Samstarfsaðilar

Sérfræðingur í hjartasjúkraþjálfun vinnur oft í nánú samstarfi með öðrum sjúkraþjálfurum en einnig öðrum fagstéttum eins og læknum, hjúkrunarfræðingum, sjúkraliðum og iðjuþjálfum.

Þekking, færni (skills) og hæfni (competence)

Sérfræðingur í sjúkraþjálfun á sviði hjarta- og æðasjúkdóma þarf að búa yfir bæði fræðilegri og verklegri þekkingu, færni og hæfni og klínískri rökhugsun. Með reynslu og viðbótarmenntun á sínu fagsviði hefur sérfræðingurinn öðlast sérhæfða þekkingu, færni og hæfni í þeim þáttum sem verða tilgreindir hér á eftir.

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingnum er nauðsynlegt að hafa sérhæfða þekkingu og skilning á eftirfarandi:

- Líffærafræði hjarta, blóðrásar og lungna ásamt þróun þessara líffæra á fósturskeiði.
- Lífeðlisfræði og meinalífeðlisfræði hjarta, blóðrásar og lungna.
- Lífeðlisfræði áreynslu og þjálfunar.

- Hreyfivísindum (kinesiology), þ.e. fræðilegum kenningum um forsendur hreyfingar, hreyfistjórnar og hreyfihegðunar.
- Sjúkdómafræði hjarta- og æðasjúkdóma.
- Áhrifum lyfja á starfsemi hjarta og æðakerfis.
- Áhættuþáttum hjarta- og æðasjúkdóma.
- Heilsueflingu og forvörnum með hliðsjón af áhættuþáttum hjartasjúkdóma.
- Aðferðum við greiningu og meðferðarúræði.
- Endurhæfingu þeirra sem fengið hafa hjarta- og æðasjúkdóma.
- Helstu mats- og mæliaðferðum innan síns fagsviðs, réttmæti og áreiðanleika þeirra.
- Mismunandi þjálfunaraðferðum.
- Áhrifum sálvefrænna þátta á færni og heilsu.
- Fræðilegum bakgrunni og notagildi gagnreyndra og annarra viðurkenndra meðferðarforma og viðurkenndum rannsóknaraðferðum.
- Siðfræðilegum gildum og fagmennsku.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í hjartasjúkrapjálfun

- Byggir starf sitt á gagnreyndri sjúkrapjálfun innan síns sérsviðs eftir því sem kostur er.
- Getur tekist á við bæði bráðar aðstæður og langvinn vandamál á sínu fagsviði.
- Tekur markvissa sjúkra- og félagssögu, framkvæmir nákvæma skoðun þar sem heildrænni nálgun er beitt, metur og greinir eðli vandans með rökrænum hætti.
- Kann að velja og nota réttmæt og áreiðanleg mælitæki/mæliaðferðir/matsaðferðir í sínu fagi og vinna út frá niðurstöðum mælinga.
- Veitir viðeigandi meðferð þar sem það á við og/eða gerir þjálfunaráætlun í samvinnu við sína skjólstæðinga.
- Metur þörf fyrir inngrip annarra fagaðila.
- Sýnir færni í að lesa úr niðurstöðum rannsókna á sínu sviði, eins og þolprófa og öndunarmælinga.
- Kann að meðhöndla ýmis tæki sem notuð eru í læknisfræðilegri meðferð hjartasjúklinga.

- Aðstoðar sína skjólstæðinga við að taka á áhættuþáttum og gera lífsstílsbreytingar þar sem það á við. Sýnir góða færni við fræðslu og ráðgjöf til einstaklinga og hópa við að virkja fólk til ábyrgðar á eigin heilsu.
- Þekkir mismunandi leiðir til þess að leysa erfið vandamál sem upp geta komið á fagsviðinu.
- Leggur upp skammtíma-/langtímameðferðarmarkmið með sjúklingnum og öðrum fagaðilum, fylgir þeim eftir, metur hvort markmiðum er náð og gerir viðeigandi ráðstafanir í framhaldi af því.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í hjartasjúkraþjálfun:

- Þekkir vel til sannreyntrar sjúkraþjálfunar á þessu sviði og byggir sitt starf á þeim grunni eftir því sem kostur er.
- Hefur skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska og sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum.
- Metur á gagnrýninn hátt niðurstöður rannsókna/verkefna.
- Tekur þátt í og hefur frumkvæði að rannsóknum á sínu fagsviði og vinnur þannig að aukinni þekkingu innan sviðsins.
- Er fær um að meta áhrif stefnumótunar og stjórnunaraðferða á endurhæfingu á sínu fagsviði.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í hjartasjúkraþjálfun:

- Er fær um að kenna um sjúkraþjálfun á sviði hjarta- og æðasjúkdóma.
- Getur staðið fyrir fræðslu á sínu fagsviði fyrir annað heilbrigðisstarfsfólk, sjúklinga, aðstandendur og aðra eftir því sem við á.
- Leitast við að veita fræðslu og ráðgjöf til einstaklinga og hópa og virkja fólk til eigin ábyrgðar á heilsu.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðis- og velferðarkerfinu sem og starfssviði annarra heilbrigðisstétta.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint sínum skjólstæðingum um heilbrigðis- og velferðarþjónustuna.

- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingur í hjartasjúkraþjálfun hafi góða innsýn í

Auk þess sem tilgreint er hér að framan þá er æskilegt að sérfræðingur í sjúkraþjálfun á sviði hjarta- og æðasjúkdóma hafi góða innsýn í nokkur þau fræðasvið sem helst tengjast inn á þetta fagsvið, vægið er mismunandi eftir því hvert aðalvandamál sjúklingsins er. Þessi fræðasvið eru t.d.:

- ✓ Bráðalæknisfræði (emergency/trauma medicine)
- ✓ Faraldsfræði/lýðheilsufræði
- ✓ Félagsfræði
- ✓ Gjörgæslufræði (critical care medicine)
- ✓ Hjarta- og æðaskurðlækningar
- ✓ Kennslufræði
- ✓ Kvíðastillandi meðferð
- ✓ Lyfjafraði
- ✓ Sálfræði
- ✓ Slökunarmeðferð
- ✓ Verkjastillandi meðferð

Einnig er kostur að þekkja eitthvað til þess hluta atferlismeðferðar sem snýr að hvatningu og stuðningi til lífsstílsbreytinga, eins og áhugahvetjandi samtalstækni (motivational interviewing).

Sérfræðiviðurkenning í sjúkraþjálfun – hjálpartæki

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Val hjálpartækis ræðst af greiningu á ástandi einstaklings þannig að hjálpartækið hámarki getu hans til þátttöku í daglegu lífi og/eða vinna gegn afleiddum vandamálum tengdum sjúkdómsástandi hans. Því krefst þessi sérgrein yfirgripsmikillar þekkingar á hjálpartækjum, þeirri tækni sem hjálpartæki eru byggð á, ásamt þeim áhrifum sem íhlutun mismunandi hjálpartækja hefur á mannlíkamann.

Innan sérgreinarinnar hjálpartæki flokkast þau hjálpartæki sem raðað er eftir flokkunarkerfi hjálpartækja EN ISO 9999:2002 í fylgiskjali með reglugerð nr. 1138 /2008 um styrki Sjúkratrygginga Íslands vegna hjálpartækjakaupa.

Markhópur/starfsvettvangur

Sérfræðingar í hjálpartækjum sinna einstaklingum á öllum aldri sem þarfnast hjálpartækja. Starfsvettvangur sérfræðingsins er meðal annars á hjálpartækjamiðstöðvum, hæfingar- og endurhæfingarstofnunum og sérskólum.

Samstarfsaðilar innan og utan heilbrigðiskerfisins

Val hjálpartækis fer fram í náinni samvinnu við aðrar fagstéttir, einkum stoðtækjafræðinga, þroskaþjálfara, iðjuþjálfara, sérkennara, lækna og hjúkrunarfræðinga. Gott samstarf og samráð við sjúkraþjálfara einstaklingsins er mikilvægt sem og samskipti og samstarf við einstaklinginn og aðstandendur hans.

Þekking, færni (skills) og hæfni (competence)

Sérfræðingur í hjálpartækjum sýnir þekkingu, færni (skills) og hæfni (competence) á eftirfarandi sviðum.

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í hjálpartækjum þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning á:

- Líffærafræði beina, vöðva, æðakerfis og tauga.
- Starfrænni líffærafræði.
- Lífaflfræði ósveigjanlegra hluta: samspil krafta og vægis.

- Lífaflfræði sveigjanlegra hluta: hegðun seigjuteygju (viscoelastic) efna undir álagi og bjögun, þreytubrotum.
- Aflfræði sveigjanlegra hluta: hegðun teygjanlegra (elastic) efna undir álagi og bjögun, þreytubrotum.
- Efniseiginleikum helstu efna sem notuð eru við gerð hjálpartækja.
- Grunnatriðum raftækja, og mismunandi tegundum þráðlausra sendinga.
- Þeim svæðum líkamans sem geta borið álag og þeim svæðum sem eru viðkvæm fyrir álagi.
- Helstu áhættuþáttum þrýsti- og núningsára.
- Mati á þörf einstaklings á helstu hjálpartækjum út frá líkamlegri og starfrænni skoðun, ásamt heimilisaðstæðum og faglegu mati.
- Stillingum hjálpartækja að þörfum einstaklingsins og aðlögun að breyttu ástandi einstaklingsins yfir tíma.
- Stoðtækjum, ferli hjálpartækjum, hjálpartækjum við flutning, til tjáskipta, við öndunarmedferð, umhverfistjórnunarbúnaði o.fl. Þekking á þessum tækjum þarf að vera yfirgripsmikil.
- Fræðilegum kenningum um líkamsburðarstýringu/íhlutun um líkamsstöður (postural management) og afleidd vandamál tengdum taugasjúkdómum.
- Áhrifum líkamlegra, sálrænna, félagslegra og umhverfisþátta á færni og heilsu og afleiðingum lengri og skemmri notkunar hjálpartækja í þessu samhengi.
- Réttmætum og áreiðanlegum mælitækjum og aðferðum til meta gildi og áhrif hjálpartækja á daglegt líf notendanna.
- Gagnreyndum og öðrum viðurkenndum aðferðum við val á hjálpartækjum.
- Fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum.
- Ferlinu varðandi fjármögnun hjálpartækja, hvaða tæki séu greidd og þá af hverjum.
- Siðfræðilegum gildum og fagmennsku.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í hjálpartækjum:

- Er fær um að taka sjúkra- og félagssögu og framkvæmir nákvæma skoðun sjúklings þar sem heildarnálgun er beitt. Kann m.a. að velja og nota viðeigandi mælitæki við

greiningu og val hjálpartækis. Sérfræðingurinn greinir eðli vandans með rökrænum hætti í samræmi við þekkingu og reynslu.

- Er fær í að meta færniskerðingu sjúklings hvað varðar starfsemi mismunandi líffæra/líkamshluta og vera hluti af meðferðarferli sjúklingsins.
- Er fær um að greina þörf fyrir, skipuleggja og veita sértæka sjúkraþjálfunarmedferð vegna mats á þörf, útvegum, aðlögun og kennslu á hjálpartæki.
- Er fær í að setja markmið í samráði við sjúklinginn og/eða aðra í meðferðarteyminu og er rökvisst við gerð meðferðaráætlunar og framkvæmd meðferðar.
- Er fær um að meta áhrif félagslegra þátta og umhverfisaðstæðna á færni einstaklingsins.
- Sýnir færni við aflestur og notkun tækjabúnaðar sem nýtast við mat á notkunargildi hjálpartækis.
- Getur nýtt sér niðurstöður myndgreininga, mettunarmælinga o.þ.h.
- Sýnir færni við að mæta aðstandendum sem líður illa.
- Sýnir færni við að aðlaga, þróa og kenna góðar aðferðir við flutning sjúklings, t.d. í rúmi, í hjólastól, á standbekk, í bað, á klósett og í bíl.
- Býr yfir góðri hæfni til fræðslu og ráðgjafar til sjúklings, aðstandenda og samstarfsfólks.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í hjálpartækjum:

- Býr yfir hæfni til að afla sér þekkingar um bestu aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og samkvæmt þörfum hvers einstaklings.
- Getur fært rök fyrir beitingu nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
- Hefur góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum og þar með hæfni til að afla sér nýrrar þekkingar og stuðla að nýrri þekkingarmyndun á sínu sviði.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint sjúklingum um heilbrigðisþjónustuna.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í hjálpartækjum:

- Hefur reynslu og færni í forgangsröðun, þverfaglegri samhæfingu og samvinnu

- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðis- og velferðarkerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstarfsstétta.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstæðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinargerðir.
- Flytur fræðilega fyrirlestra og kennir heilbrigðisstarfsmönnum/nemum mikilvæg fræðileg og klínísk atriði tengd sérgrein sinni.
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingur í hjálpartækjum hafi góða innsýn í

Hjálpartæki eru mjög víðtækt svið og skjólstæðingarnir með margs konar þarfir og búa við mismunandi aðstæður, útkoman er því margs konar hjálpartæki.

Það veldur að sérfræðingar í hjálpartækjum þurfa að:

- ✓ Hafa góða þekkingu á bæklunar- og taugalækningum og tengslunum við ferli hjálpartæki, stoðtæki og setstöður.
- ✓ Hafa góða þekkingu tengda óhefðbundnum tjáskiptaleiðum, t.d. tjáningu án orða, tákna með tali, bliss o.fl.
- ✓ Hafa góða þekkingu á lungnasjúkraþjálfun, sýkingavörnum og hreyfingarfræði.

SÉRFRÆÐIÐURKENNING Í ÍPRÓTTASJÚKRAÞJÁLFUN

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Fjöldi þeirra sem stunda íþróttir hefur aukist undanfarin ár. Hefur það leitt til þess að fleiri verða fyrir meiðslum í stoðkerfinu. Íþróttaiðkandinn vill geta hafið þátttöku í íþróttum að nýju eins fljótt og auðið er eftir meiðsli en það krefst meðhöndlunar og leiðbeiningar af hálfu sjúkraþjálfarans.

Aðalatriðið í þessari sérgrein er endurhæfing eftir meiðsli og forvarnir. Markmið endurhæfingar og forvarna er ekki aðeins að gera íþróttamanninn hæfan til að taka þátt í daglegu lífi heldur að þola það álag sem viðkomandi íþrótt gefur tilefni til. Sérfræðingurinn þarf að þekkja forsendur viðkomandi íþróttagreinar og þar með þær líkamlegu og andlegu kröfur sem íþróttin gerir til þátttakenda miðað við aldur og færni. Grunnur að skoðun og endurhæfingu þeirra sem orðið hafa fyrir meiðslum í stoðkerfi vegna íþróttaiðkunar felst í nákvæmri greiningu á því hvaða hreyfingar eru notaðar, gæðum þeirra og hreyfimunstrum.

Á seinni árum hefur aukin athygli beinst að áhættunni af hreyfingarleysi. Almenn hreyfing og þjálfun skiptir ekki einungis máli til að forðast lífsstílsjúkdóma heldur einnig við meðferð þeirra. Heilbrigðisyfirvöld hvetja öll börn, unglinga og fullorðna til að auka þann tíma sem varið er í hreyfingu. Þessi aukna áhersla á hreyfingu sem fyrirbyggjandi og sem meðferðarþátt gegn lífsstílsjúkdómum hefur í för með sér auknar kröfur um ráðgjöf og meðferð stórs hóps sem stundar hreyfingu. Fyrir þá sem stunda líkamsrækt geta lítilfjörleg meiðsli og hreyfingarleysi orsakað sálrænt og líkamlegt álag og skert lífsgæði.

Markhópur/starfsvettvangur

Markhópurinn eru þeir sem stunda íþróttir hvort sem er afreksíþróttir eða almenningsíþróttir. Starfssvið sjúkraþjálfara með sérfræðiréttindi í íþróttasjúkraþjálfun er fyrst og fremst að veita bráðameðferð og endurhæfingu eftir meiðsli. Einnig leiðbeinir sérfræðingurinn um þjálfun og meðferðarúræði eftir áverka og álagsmeiðsli. Með greiningu áhættuþátta, ráðgjöf og kennslu sér hann um fyrirbyggjandi aðgerðir gegn meiðslum. Sérfræðingurinn getur starfað m.a. á sjúkrahúsum, sjúkraþjálfunarstofum, líkamsræktarstöðvum og innan íþróttahreyfingarinnar.

Samstarfsaðilar

Innan heilbrigðiskerfisins starfar sérfræðingurinn aðallega með læknum og stoðtækjafraeðingum. Þess utan er samvinna við íþróttafólk, íþróttakennara, þjálfara, forystumenn í íþróttum og foreldra.

Sérfræðingur í íþróttasjúkraþjálfun sýnir þekkingu, færni og hæfni á eftirfarandi sviðum

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í íþróttasjúkraþjálfun þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning varðandi:

- Sjúkdóma- og áverkafræði
- Taugalíffærafræði og taugalífeðlisfræði
- Sértek próf og mæliaðferðir
- Lífeðlisfræði sársauka
- Starfræna líffærafræði
- Hreyfingafræði þar með talið lífaflfræði
- Hreyfi- og íþróttagreiningu
- Lífeðlisfræði áreynslu og þjálfunar
- Þjálfunaraðferðir
- Rannsóknaraðferðir og kenningar
- Siðfræði
- Næringarfræði tengda íþróttaiðkun og átröskunarsjúkdóma
- Lyfjamisnotkun í íþróttum og lyfjapróf
- Sálfélagslega þætti
- Sálræna þjálfun

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í íþróttasjúkraþjálfun:

- Er fær um að meta starfræna færni og hreyfigetu einstaklinga.
- Er fær um að skipuleggja endurhæfingu og meðhöndla þá sem orðið hafa fyrir slysum og álagsmeiðslum í íþróttum.
- Er fær um að skipuleggja langtímaaðgerðir til að meðhöndla, endurhæfa og fyrirbyggja frekari meiðsli.
- Er fær um að fræða forsvarsmenn í íþróttum, þjálfara og íþróttafólk um fyrirbyggjandi aðgerðir gegn íþróttameiðslum.
- Er fær um að greina sértækar hreyfikerfur og hreyfihegðun íþróttaiðkandans. Velja og útfæra viðhlítandi athuganir ásamt að útfæra hreyfingafræðileg álagspróf með

vísindalega viðurkenndum mælitækjum og geta á þeim grunni gefið sem besta ráðgjöf með það að markmiði að halda skaðlegu álagi í lágmarki.

- Er fær um að meta þörfina fyrir að senda íþróttaiðkandann áfram til þverfaglegra samstarfsfélaga og ýmissa sérfræðinga þegar nauðsynlegt reynist.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í íþróttasjúkraþjálfun:

- Sýnir hæfni til að skoða og endurskoða klínískar aðferðir með tilliti til nýjustu þekkingar og rannsókna.
- Velur bestu mögulegar aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og eftir þörfum hvers íþróttamanns.
- Getur fært rök fyrir notkun nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
- Sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum og þar með hæfni til að afla sér nýrrar þekkingar og stuðla að nýrri þekkingarmyndun á sínu sérsviði.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint sjúklingum um heilbrigðisþjónustuna.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í íþróttasjúkraþjálfun:

- Hefur reynslu og færni í forgangsröðun, þverfaglegri samhæfingu og samvinnu.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðiskerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstétta.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vonduð og viðurkennd fræðimennska.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstaðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinargerðir.
- Getur flutt fræðilega fyrirlestra og kennt öðrum fagaðilum mikilvæg atriði tengd sérgrein sinni.
- Er hæfur til að leiðbeina og fræða þjálfara og aðra samstarfsaðila varðandi ástand íþróttaiðkandans og möguleika hans til áframhaldandi íþróttaiðkunar.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði.

- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingar í íþróttasjúkraþjálfun hafi góða innsýn í

- ✓ Bæklunarlækningar
- ✓ Lyf sem hafa áhrif á stoðkerfið
- ✓ Fæðubótarefni, örvandi efni og hormón sem tengjast íþróttaiðkun
- ✓ Áhrif þjálfunar á börn sem eru að stækka og þroskast að teknu tilliti til kyns þeirra
- ✓ Átröskunarsjúkdómar
- ✓ Stoðkerfissjúkraþjálfun MT

Sérfræðiviðurkenning í kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Innan sérgreinarinnar byggist mat og meðferð á nákvæmri greiningu á hreyfiforsendum, hreyfigetu og hreyfihegðun. Sérgreinin krefst góðrar kunnáttu varðandi meðferð og forvarnir hjá barnshafandi konum, vandamál tengd kvensjúkdómum og þvagfæravandamálum bæði kvenna og karla.

Markhópur/starfsvettvangur

Sérfræðingar í kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun sinna forvörnum og veita meðferð við ýmsum vandamálum tengdum meðgöngu og fæðingu. Einnig við kvensjúkdómum, verkjum í grindarbotni og þvag- og hægðalekavandamálum hjá báðum kynjum. Sérfræðingur á þessu sviði starfar m.a. á kvensjúkdómadeildum, meðgöngu- og fæðingardeildum, þvagfærarannsóknardeildum eða á göngudeild/stofu.

Samstarfsaðilar innan og utan heilbrigðiskerfisins

Innan heilbrigðiskerfisins hefur sérfræðingurinn náið samstarf við kvensjúkdómalækna, fæðingarlækna, þvagfæraskurðlækna, hjúkrunarfræðinga, ljósmæður, félagsráðgjafa, iðjuþjálfara og næringarfræðinga. Utan heilbrigðiskerfisins er þörf á samstarfi við stoðtækjafræðinga/stoðtæknifyrirtæki og sjúkratryggingar vegna hjálpartækja sem notuð eru við lekavandamálum, bakverkjum og mjaðmagrindarverkjum.

Sérfræðingur í kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun sýnir þekkingu, færni (skills) og hæfni (competence) á eftirfarandi sviðum

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning á neðangreindum atriðum:

- Líkamsbyggingu og líkamsstarfsemi, athöfnum og þátttöku fólks í samfélaginu.
- Áhrifum líkamlegra, sálrænna, félagslegra og umhverfisþátta á færni og heilsu.
- Fræðilegum kenningum um hreyfingu, hreyfistjórn og hreyfihegðun.

- Frávikum á starfsemi líkamans, líkamlegum bata eða aðlögun líkamskerfa.
- Aðferðum til að greina og mæla hreyfingar líkamans.
- Þeirri hugmyndafræði og aðferðum sem notaðar eru í sjúkraþjálfun til að bæta starfsemi líkamans, athafnir og þátttöku fólks í lífinu sem og almenna heilsu.
- Líffæra- og lífeðlisfræði mjaðmagrindar, grindarbotns, kynfæra, blöðru og ristils.
- Taugalífeðlisfræði.
- Taugasjúkdómafræði.
- Stoðkerfisvandamálum, einkum í baki og mjaðmagrind.
- Sjúkdómafræði tengda kvensjúkdómum, meðgöngu og fæðingu.
- Þvagfærasjúkdómum, blöðruþjálfun og geta lesið úr þvagfærarannsóknum.
- Depurð, áföllum og áfallameðferð.
- Afleiðingum kynferðislegs ofbeldis.
- Aðferðum til að viðhalda færni og heilsu, t.d. að fyrirbyggja þvagleka og önnur vandamál tengd grindarbotni.
- Réttmætum og áreiðanlegum mælitækjum og mæliaðferðum.
- Heildarnálgun í heilsugæslu og meðferð.
- Fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum.
- Siðfræðilegum gildum og fagmennsku.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun:

- Er fær um að taka sjúkra- og félagssögu og framkvæma nákvæma skoðun sjúklings þar sem heildarnálgun er beitt. Kann m.a. að velja og nota viðeigandi mælitæki við greiningu og meðferð. Hann greinir eðli vandans með rökrænum hætti.
- Er fær um að meta áhrif félagslegra þátta og umhverfisaðstæðna á færni einstaklingsins.
- Er fær um að meta ástand sjúklings, greina þörf fyrir, skipuleggja og veita sérhæfða sjúkraþjálfunarmeðferð fyrir vandamál tengd meðgöngu og fæðingu, auk þvag-, loft- og hægðaleka og önnur grindarbotnsvandamál hjá báðum kynjum.
- Sýnir færni við mat á vöðvastarfsemi tengdri mjaðmagrind, þ.m.t. grindarbotnsvöðva.
- Sýnir færni til að meta almenna endurhæfingarþörf og þörf fyrir frekari umönnun eða meðferð annarra sérfræðinga.

- Getur valið og kennt notkun viðeigandi hjálpartækja innan sérgreinarinnar.
- Er fær um að setja markmið í samráði við sjúklinginn og er rökvisst við gerð meðferðaráætlunar og við framkvæmd meðferðar.
- Býr yfir góðri hæfni til fræðslu og ráðgjafar til einstaklinga og hópa og til að virkja fólk til ábyrgðar á eigin heilsu.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun:

- Velur bestu mögulegar aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og eftir þörfum hvers sjúklings.
- Getur fært rök fyrir beitingu nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
- Sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum og þar með hæfni til að afla sér nýrrar þekkingar og stuðla að nýrri þekkingarmyndun á sínu sérsviði.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun:

- Hefur reynslu og færni í forgangsröðun, þverfaglegri samhæfingu og samvinnu.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðis- og velferðarkerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstarfsstétta.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstaðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinagerðir.
- Getur flutt fræðilega fyrirlestra og kennt öðrum heilbrigðisstarfsmönnum mikilvæg atriði tengd sérgrein sinni.
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingar í kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun hafi góða innsýn í

Vandamál innan kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfunar tengjast oft stoðkerfisvandamálum, vinnuvistfræði, öndunarfærasjúkdómum og geðrænum vanda. Því þarf sérfræðingur í kvensjúkdóma- og fæðingarsjúkraþjálfun að hafa góða innsýn í þessi svið og gott samstarfsnet.

Sérfræðiviðurkenning í lungnasjúkraþjálfun

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Lungnasjúkdómar eru margvíslegir og stór hluti þeirra flokkast undir langvinna sjúkdóma, þ.e. eru ólæknandi og ágerast með árunum. Þeir eru ýmist meðfæddir eða áunnir. Helstu einkenni lungnasjúkdóma eru aukin mæði (einkum við áreynslu), hósti og aukinn slímuppgangur. Aukin öndunarvinna fylgir flestum lungnasjúkdómum með tilheyrandi orkukostnaði líkamans. Lungun eru það líffæri sem dregur súrefni inn í líkamann og sér því líkamanum fyrir súrefni í órjúfanlegu samstarfi við hjarta- og æðakerfið. Þar sem frumur líkamans þurfa súrefni til að lifa og dafna þá geta lungnasjúkdómar haft neikvæð áhrif á marga þætti, t.d. hjarta- og æðakerfið, vöðva- og beinmassa, næringarástand, þrek og þol. Þar fyrir utan er þekkt að kvíði og þunglyndi ásamt skertum lífsgæðum eru tíðir fylgifiskar lungnasjúkdóma. Sjúkraþjálfun lungnasjúkra beinist að sjálfsögðu beint að lungnastarfseminni, t.d. með öndunaræfingum og hóstatækni, en einnig og ekki síður að bæta og snúa við neikvæðum fylgiáhrifum, t.d. með uppbyggingu vöðvamassa og þreks ásamt því að bæta lífsgæði. Fræðsla sjúklinga og aðstandenda er oft mikilvægur hluti meðferðarinnar. Í allri meðferð er haft að leiðarljósi að bæta heilsu og líðan sjúklingsins og að stemma stigu við afturför.

Markhópur/starfsvettvangur

Sérfræðingar í lungnasjúkraþjálfun starfa meðal sjúklinga sem þjást af bráðum og langvinnum lungnasjúkdómum eða áverkum á öndunarfærum. Sjúklingarnir geta verið á hvaða aldri sem er. Sérfræðingurinn þjónar inniliggjandi sjúklingum á sjúkrahúsum, endurhæfingarstofnunum og öðrum stofnunum eftir þörfum, ásamt í göngudeildarþjónustu og heilsugæslu, hvort heldur rekin er sjálfstætt eða af hinu opinbera. Sérstakar kröfur eru gerðar til sérfræðiþekkingar þar sem sérhæfð, þverfagleg meðferð er veitt t.d. fyrir sjúklinga með langvinna lungnateppu, sjúklinga sem styðjast við aðstoð öndunarvéla að einhverju leyti og í sambandi við líffæraígræðslur, einkum í brjósthóli.

Samstarfsaðilar innan og utan heilbrigðiskerfisins

Helstu samstarfsaðilar innan heilbrigðiskerfisins eru lækningar, hjúkrunarfræðingar, iðjuþjálfar, næringarfræðingar, félagsráðgjafar, sálfræðingar og starfsfólk í heimahjúkrun. Samstarf og leiðsögn til annarra sjúkraþjálfara er mikilvægt atriði. Samstarfsaðilar utan heilbrigðisgeirans geta verið ýmsir, t.d. aðstandendur, sjúklingasamtök, íþróttakennarar o.fl.

Sérfræðingur í lungnasjúkraþjálfun sýnir þekkingu, færni (skills) og hæfni (competence) á eftirfarandi sviðum

Í lungnasjúkraþjálfun byggist mat og meðferð á nákvæmri greiningu á hreyfingarmöguleikum, hreyfigetu og hreyfihegðun tengdri öndunarskerðingu. Sérgreinin krefst góðrar þekkingar á fyrirbyggjandi aðgerðum sem og meðferð sem viðheldur og bætir færni hjá einstaklingum með sjúkdóma eða skaða í öndunarfærum.

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í lungnasjúkraþjálfun þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning á neðangreindum atriðum:

- Líffærafræði lungna og annarra brjóstholslíffæra ásamt brjóstkassa.
- Lífeðlisfræði sem og meinalífeðlisfræði tengdri öndun og öndunarfærum.
- Sjúkdómafræði lungnasjúkdóma og lungnaáverka.
- Hreyfivísindum, þ.e. fræðilegum kenningum um forsendur hreyfingar, hreyfistjórnar og hreyfihegðunar.
- Vinnulífeðlisfræði.
- Endurhæfingu lungnasjúkra og forvörnum.
- Greiningaraðferðum sjúkraþjálfunar á öndunarstarfsemi sjúklings og áhrifum frávíka í öndunarstarfsemi á hreyfigetu og hreyfihegðun.
- Áhrifum líkamlegra, sálrænna, félagslegra og umhverfisþátta á heilsu, athafnir og þátttöku lungnasjúkra í samfélaginu.
- Fræðilegum bakgrunni og notagildi gagnreyndra og annarra viðurkenndra meðferðarforma sjúkraþjálfunar við mismunandi öndunarfæravandamálum og afleiðingum þeirra.
- Mælitækjum til að meta stöðu lungnasjúklings með tilliti til líkamlegrar getu, athafna og þátttöku.
- Fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum.
- Siðfræðilegum gildum og normum samfélagsins og fagsins.
- Heildarnálgun í heilsugæslu og meðferð lungnasjúkra.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í lungnasjúkraþjálfun:

- Sýnir góða færni við að taka sjúkra- og félagssögu og framkvæma nákvæma skoðun sjúklings þar sem heildarnálgun er beitt. Kann m.a. að velja og nota mælitæki við

greiningu og meðferð. Sérfræðingurinn greinir eðli vandans með rökrænum hætti í samræmi við þekkingu og reynslu.

- Sýnir færni við mat á öndunarstarfsemi sjúklings og áhrifum frávíka í öndunarstarfsemi á hreyfigetu og hreyfihegðun.
- Er fær um að meta áhrif félagslegra þátta og umhverfisaðstæðna á færni einstaklingsins.
- Sýnir góða færni og ígrundun við val og beitingu meðferðarþátta sjúkraþjálfunar hjá lungnasjúkum, sem og skipulagningu meðferðar og að setja upp markmið í samvinnu við sjúklinginn.
- Er fær um að nota mælitæki sem koma að mati á líkamsstarfsemi lungnasjúkra, athöfnum og þátttöku.
- Sýnir færni í að lesa úr blástursmælingum, myndgreiningum og öðrum rannsóknum sem þörf er á í meðferð lungnasjúkra.
- Er vel fær um að aðlaga, skipuleggja og stýra líkamsþjálfun samkvæmt þörfum lungnasjúkra, einstaklinga og hópa.
- Sýnir góða færni við fræðslu og ráðgjöf til einstaklinga og hópa og til að virkja fólk til eigin ábyrgðar á heilsu, ásamt færni í gerð fræðsluefnis.
- Sýnir færni í notkun og vali ýmissa hjálpartækja fyrir lungnasjúklinga.
- Getur meðhöndlað ýmis tæki sem beitt er í læknisfræðilegri meðferð lungnasjúkra.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í lungnasjúkraþjálfun:

- Velur bestu mögulegar aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og eftir þörfum hvers sjúklings.
- Getur fært rök fyrir beitingu nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
- Sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum og þar með hæfni til að afla sér nýrrar þekkingar og stuðla að nýrri þekkingarmyndun á sínu sviði.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint sjúklingum um heilbrigðisþjónustuna.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í lungnasjúkraþjálfun:

- Hefur reynslu og færni í forgangsröðun, þverfaglegri samhæfingu og samvinnu.

- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðis- og velferðarkerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstétta.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Greinir vel þörf og sýn einstakra sjúklinga og sjúklingahópa/-samtaka.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstaðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinagerðir.
- Getur flutt fræðilega fyrirlestra og kennt heilbrigðisstarfsmönnum mikilvæg atriði tengd sérgrein sinni.
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvítvetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingar í lungnasjúkraþjálfun hafi góða innsýn í

Lungnasjúklingar eru með misjöfn heilbrigðisvandamál, bæði andlegs og líkamslegs eðlis. Sumir lungnasjúkdómar sækja fyrst og fremst á fólk á efri árum og oftast hefur ástand hjarta- og æðakerfis mikla tengingu við ástand lungna. Því þurfa sérfræðingar í lungnasjúkraþjálfun að hafa góða þekkingu á hjartasjúkdómum, brjóstholsskurðlækningum, stoðkerfisvandamálum (einkum brjóstkassa), gigtsjúkdómum, öldrun, þunglyndi og kvíða. Einnig atferlismeðferð hvað varðar hvatningu og stuðning til lífsstílsbreytinga, s.s. athugun á vilja fólks til breytinga, áhugahvetjandi samtalstækni o.þ.h.

SÉRFRÆÐIÞURKENNING Í STOÐKERFISSJÚKRAÞJÁLFUN - BÆKLUN

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Stoðkerfissjúkraþjálfarar með undirgreininna bæklun vinna við meðhöndlun stoðkerfisvandamála og að forvörnum þeirra. Grunnurinn í vinnu þeirra er þekking á stoðkerfi líkamans og hreyfingafræði. Skoðun og meðferð innan þessarar sérfræðigreinar felst meðal annars í nákvæmri greiningu á því hvaða hreyfingar eru notaðar, gæðum þeirra og hreyfimunstrum.

Markhópur/starfsvettvangur

Sérfræðingar í stoðkerfissjúkraþjálfun - bæklun meðhöndla sjúklinga á öllum aldri sem þjást af verkjum, áverkum og/eða sjúkdómum í stoðkerfinu, svo sem eftir skurðaðgerðir og slys, vegna álags- eða hrörnunarjúkdóma ásamt meðfæddri eða áunninni bæklun. Þeir vinna einnig að forvörnum. Sérfræðingar í stoðkerfissjúkraþjálfun - bæklun starfa einkum á sjúkrahúsum, sjúkraþjálfunarstofum og endurhæfingarstöðvum.

Samstarfsaðilar

Sérfræðingar í stoðkerfissjúkraþjálfun - bæklun eiga í samvinnu innan sem utan heilsustofnana við lækna, hjúkrunarfræðinga, iðjuþjálfva, félagsráðgjafa og sálfræðinga. Einnig er samvinna við samstarfsmenn innan margra ólíkra sjúkradeilda og hjálpartækjamiðstöðva. Utan sjúkrahúsanna á sér stað samvinna við atvinnurekendur, sjúkratryggingar, ólík hagsmunafélög sjúklinga, líkamsræktarstöðvar og íþróttafélög.

Sérfræðingur í stoðkerfissjúkraþjálfun - bæklun sýnir þekkingu, færni og hæfni á eftirfarandi sviðum

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í stoðkerfissjúkraþjálfun - bæklun þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning varðandi:

- Álagssjúkdóma, ástæður og afleiðingar þeirra ásamt forvörnum.
- Áverkafræði; ástæður áverka og forvarnir gegn þeim.

- Endurhæfingu sjúklinga sem þjást af verkjum, hafa meiðst og/eða þjást af stoðkerfissjúkdómum, ásamt þekkingu á forvörnum.
- Ábendingar, frábendingar og fylgikvilla við mismunandi bæklunaraðgerðir.
- Sjúkraþjálfun fyrir og eftir flóknar bæklunaraðgerðir og slys.
- Sértek próf og mæliaðferðir.
- Starfræna líffæra- og hreyfingafræði.
- Hreyfigreiningu.
- Taugalífeðlisfræði verkja, upplifun verkja og verkjameðferð.
- Líffæra- og lífeðlisfræðilega meinafræði stoðkerfisins.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í stoðkerfissjúkraþjálfun - bæklun:

- Greinir orsakir verkja og/eða truflanir í stoðkerfinu, skynjunar- og hreyfistjórnunarkerfinu (neuromuscular) og metur þörf fyrir frekari athuganir.
- Gerir heildrænt mat á ástandi og afleiðingum bæklunarvandamála ásamt því að skipuleggja meðferð.
- Leiðbeinir sjúklingi varðandi meðhöndlun, endurhæfingu og fyrirbyggjandi aðgerðir.
- Meðhöndlar sjúklinga eftir bæklunarskurðaðgerðir og einnig sjúklinga með bráð og langvinn hrygg- og liðvandamál.
- Metur og mælir árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í stoðkerfissjúkraþjálfun - bæklun:

- Velur bestu mögulegar aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og eftir þörfum hvers sjúklings.
- Getur fært rök fyrir notkun nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
- Sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum og þar með hæfni til að afla sér nýrrar þekkingar og stuðla að nýrri þekkingarmyndun á sínu sérsviði.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint sjúklingum um heilbrigðisþjónustuna.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í stoðkerfissjúkraþjálfun - bæklun:

- Hefur reynslu og færni í forgangsröðun, þverfaglegri samhæfingu og samvinnu.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðiskerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstétta.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstæðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinargerðir.
- Getur flutt fræðilega fyrirlestra og kennt öðrum heilbrigðisstarfsmönnum mikilvæg atriði tengd sérgrein sinni.
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði. Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingar í stoðkerfissjúkraþjálfun - bæklun hafi góða innsýn í:

- ✓ Lyfjafræði
- ✓ Taugafræðileg sjúkdómsgreining
- ✓ Bæklunarlækningar
- ✓ Sálvefrænis þættir
- ✓ Gigtlækningar
- ✓ Myndgreining og ábendingar um ýmsar rannsóknaraðferðir sem geta nýst innan bæklunarlækninga
- ✓ Þjálfrafræði
- ✓ Greiningu og meðferð stoðkerfis - "manual therapy"

SÉRFRÆÐIÐURKENNING Í STOÐKERFISSJÚKRAÞJÁLFUN - GIGT

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Gigtarsjúkdómar eru af mörgum og ólíkum gerðum. Endurhæfing felst m.a. í þjálfun á stöðugleika liða, styrk vöðva og hreyfistarfsemi. Markmiðið er að gera sjúklinginn sem hæfastan til að takast á við hið daglega líf. Yfirleitt eru sjúkdómseinkenni sveiflukennd og hafa tilhneigingu til að fara versnandi og því oft um langtímameðferð að ræða sem krefst mikillar samvinnu hinna ýmsu starfsstétta.

Markhópur/starfsvettvangur

Sjúkraþjálfarar, sem hafa sérhæft sig í stoðkerfissjúkraþjálfun - gigt starfa, m.a. á sjúkrahúsum, sjúkraþjálfunarstofum og endurhæfingarstöðvum. Sérfræðingurinn meðhöndlar bæði þá sem þjást af bólgugigtsjúkdómum og þá sem þjást af öðrum gigtsjúkdómum, svo sem vefja- og slitgigt. Markmiðið er að minnka einkenni gigtar, s.s. verki, bólgur og hreyfiskerðingar og gefa kost á bestu mögulegri færni og lífsgæðum.

Samstarfsaðilar

Sjúkraþjálfarinn vinnur náið með gigtlæknum, iðjuþjálfum, hjúkrunarfræðingum og eftir þörfum bæklunarlæknum, sálfræðingum, félagsráðgjöfum, stoðtækjafræðingum og fóttaaðgerðafræðingum. Sjúkraþjálfarinn veitir ráðgjöf og fræðslu innan sem utan sjúkrahúsa. Einnig vinna þeir með félögum gigtarsjúklinga, sjúkratryggingum, vinnuveitendum, stéttarfélögum og aðstandendum sjúklinga.

Sérfræðingur í stoðkerfissjúkraþjálfun – gigt sýnir þekkingu, færni og hæfni á eftirfarandi sviðum

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í stoðkerfissjúkraþjálfun - gigt þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning varðandi:

- Gigtarsjúkdóma, þróun þeirra, varnir gegn þeim og hvernig þeir hafa líkamleg, andleg og félagsleg áhrif á sjúklinginn.
- Áhrif gigtar á daglegt líf.

- Mat á starfsemi liða og vöðva, almennri daglegri færni, þjálfunarástandi, áhugahvöt og heilsutengdum lífsgæðum.
- Ábendingar og frábendingar meðhöndlunar.
- Einkenni gigtsjúkdóma og afleiðingar þeirra, m.a. á stoðkerfi.
- Líffræðilegan og sálfræðilegan grunn verkja og verkjameðferð.
- Hreyfingarfræði.
- Sértek próf og mæliaðferðir.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í stoðkerfissjúkraþjálfun - gigt:

- Greinir orsakir verkja og/eða truflanir í stoðkerfinu, skynjunar- og hreyfistjórnunarkerfinu og metur þörf fyrir frekari athuganir.
- Gerir heildrænt mat á ástandi og afleiðingum gigtarvandamála ásamt því að skipuleggja meðferð.
- Getur leiðbeint sjúklingi og búið til sérhæfða æfingaáætlun.
- Getur veitt viðeigandi og margvíslega verkjameðferð.
- Getur meðhöndlað starfrænar truflanir á sértekkan hátt.
- Getur unnið að annars stigs forvörnum.
- Getur valið og kennt notkun viðeigandi stoð- og hjálpartækja innan sérgreinarinnar.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.
- Sýnir góða færni við fræðslu og ráðgjöf til einstaklinga og hópa.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í stoðkerfissjúkraþjálfun – gigt:

- Velur bestu mögulegar aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og eftir þörfum hvers sjúklings.
 - Getur fært rök fyrir beitingu nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
 - Sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum og þar með hæfni til að afla sér nýrrar þekkingar og stuðla að nýrri þekkingarmyndun á sínu sérsviði.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint sjúklingum um heilbrigðisþjónustuna.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í stoðkerfissjúkraþjálfun - gigt:

- Hefur reynslu og færni í þverfaglegri forgangsröðun, samhæfingu og samvinnu.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðiskerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstétta.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstaðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinargerðir.
- Getur flutt fræðilega fyrirlestra og kennt öðrum heilbrigðisstarfsmönnum mikilvæg atriði tengd sérgrein sinni.
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingar í stoðkerfissjúkraþjálfun – gigt hafi góða innsýn í:

- ✓ Lyfjafræði
- ✓ Bæklunarlækningar
- ✓ Slökun
- ✓ Sálfræði
- ✓ Þjálffræði
- ✓ Sálvefrænis þættir

Sérfræðiviðurkenning í taugasjúkraþjálfun

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Einkenni margra taugasjúkdóma eða taugaskaða er að þeir hafa víðtækar afleiðingar, ekki aðeins á sjúklinginn sjálfan heldur einnig á fjölskylduna og samfélagið í heild. Áhrifin á einstaklinginn eru hömlun í athöfnum og þar með takmarkaðir möguleikar í þátttöku í samfélaginu.

Framlag sérfræðinga í taugasjúkraþjálfun eru skoðun, greining og meðferð, ráðgjöf, kennsla auk annars og þriðja stigs forvarna fyrir sjúklinginn, aðstandendur og tengslanet sjúklingsins. Auk þess meta taugasjúkraþjálfarar búsetu- og vinnuaðstæður í daglegu lífi sjúklingsins og koma með tillögur um úrbætur.

Sérfræðingur í taugasjúkraþjálfun tekur þátt í þverfaglegu starfi og það sem hann leggur af mörkum er sértæk meðferð, endurhæfing og forvarnir á seinni tíma afleiðingar. Sérfræðingar skilja auk þess skráningu, þróun og rannsóknir í sérfræðigreininni.

Markhópur/starfsvettvangur

Taugasjúkraþjálfarar veita meðferð fullorðnum sjúklingum með meðfædda eða áunna sjúkdóma og/eða skaða í miðtaugakerfi eða úttaugakerfi. Þessir sjúkdómar/skaðar eru m.a. Apoplexia cerebri, heilaslag, heilaskaðar eftir slys og svipað ástand, æxli, MS, Parkinsonsveiki, neuropathiur, meðfæddir og áunnir mænuskaðar, ALS og vöðvasjúkdómar.

Sérfræðingarnir starfa m.a. á sjúkraþjálfunarstofum, sjúkrahúsum og endurhæfingarstofnunum. Þeir starfa einnig á sérhæfðum stofnunum sem sinna framantöldum sjúklingahópum.

Samstarfsaðilar innan og utan heilbrigðiskerfisins

Sérfræðingar í taugasjúkraþjálfun eru mikilvægur hlekkur í þverfaglegri samvinnu þar sem unnið er að læknisfræðilegri og félagslegri endurhæfingu fólks sem er með skerta líkamsstarfsemi, hömlun í athöfnum og takmarkaða þátttöku vegna einkenna frá taugakerfi. Sérfræðingar í taugasjúkraþjálfun starfa náið með læknum, iðjuþjálfum, hjúkrunarfræðingum, talmeinafræðingum, taugasálfræðingum, sálfræðingum, stoðtækjafræðingum, kennurum, félagsráðgjöfum og fleirum. Samvinnan nær einnig til fólks utan heilbrigðisþjónustunnar, s.s. atvinnurekenda, samtaka sjúklinga og fleiri.

Þekking, færni (skills) og hæfni (competence)

Sérfræðingur í taugasjúkraþjálfun þarf að sýna bæði fræðilega og verklega þekkingu, auk færni í klínískri rökhugsun. Með reynslu og viðbótarmenntun á sínu fagsviði hefur sérfræðingur í taugasjúkraþjálfun öðlast sérhæfða þekkingu, færni og hæfni í eftirfarandi þáttum.

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingur í taugasjúkraþjálfun þarf að hafa sérhæfða þekkingu og skilning á:

- Líkamsbyggingu og starfsemi líkamskerfa, s.s. taugakerfisins.
- Lífeðlisfræði tauga, vöðva og blóðrásar sem og öldrunarbreytingar.
- Fræðilegum kenningum um hreyfingu, hreyfistjórn og hreyfihegðun, þ.e. hvaða forsendur þurfa að vera til að hreyfing geti átt sér stað.
- Athöfnum og þátttöku fólks í samfélaginu. M.a. felst í því góð þekking á forsendum fyrir hreyfingu og hreyfihegðun.
- Áhrifum líkamlegra, sálrænna, félagslegra og umhverfisþátta á færni og heilsu.
- Byggingu og lífeðlisfræðilegri starfsemi taugakerfisins.
- Þunglyndi, kvíða og öðrum sálrænum einkennum og hvaða áhrif áföll (bráð og langvinn) hafa á einstaklinginn. Auk þess vitneskja um áfallahjálp.
- Hreyfigetu eftir að hafa fengið taugasjúkdóm eða áfall á taugakerfið.
- Hreyfigetu vegna sállíkamlegra vandamála.
- Eiginleikum taugakerfisins og annarra líkamskerfa (s.s. stoðkerfis) til aðlögunar (plastisitet).
- Afleiðingum af skertri starfrænni getu (vegna taugasjúkdóms/slyss) á framtíðarhorfur hvers og eins.
- Aðferðum til að greina og mæla hreyfingar líkamans.
- Prófum og mælingum sem notaðar eru til að meta athafnir og þátttöku hjá mismunandi hópum fólks með einkenni frá taugakerfi.
- Réttmæti og áreiðanleika mælitækja innan taugasjúkraþjálfunar.
- Prófum og mælingum sem meta og forgangsraða meðferð í taugasjúkraþjálfun og endurhæfingu.
- Nálgunum og tæknilegum aðferðum (og kenningum að baki þeim) sem notaðar eru innan taugasjúkraþjálfunar til að bæta starfsemi líkamans, getu til athafna og þátttöku fólks í lífinu sem og almenna heilsu. Þær aðferðir ná yfir það að bæta starfræna færni, bæta líkamsvitund, öndun og blóðrás og minnka verki þegar þeir eru til staðar.

- Aðferðum til að viðhalda færni og heilsu fólks.
- Fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum.
- Siðfræðilegum gildum og fagmennsku.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í taugasjúkraþjálfun:

- Sýnir góða færni í að taka sjúkra- og félagssögu og framkvæma nákvæma skoðun sjúklings þar sem heildarnálgun er beitt. Kann m.a. að velja og nota réttmæt og áreiðanleg mælitæki við greiningu og meðferð. Hann greinir eðli vandans með rökrænum hætti.
- Sýnir færni við mat á stöðustjórn og jafnvægi, vöðvaspennu, vöðvastyrk, þoli, virkri hreyfingu og samhæfingu, skynjun, skynúrvinnslu, öndun og vitsmunagetu.
- Sýnir færni við greiningu á starfrænum einkennum m.a. á ósamræmi í líkamsstarfsemi og getu til athafna.
- Er fær um að meta áhrif félagslegra þátta og umhverfisaðstæðna á færni einstaklingsins.
- Metur heilsufar einstaklinga með taugasjúkdóma út frá hreyfigetu og hreyfihegðun.
- Áttar sig á afleiðingum af skertri starfrænni getu (vegna taugasjúkdóms/slyss) á framtíðarhorfur hvers og eins.
- Er fær í að meta horfur og setja markmið í samráði við sjúklinginn.
- Er rökvisst við gerð meðferðaráætlunar og við framkvæmd meðferðar út frá þekkingu á hreyfiþroska, hreyfistjórn og hreyfinámi. Velur og notar sérstækar aðferðir sem byggðar eru á þekkingu á hreyfistjórn og möguleikum líkamans til aðlögunar. Aðferðirnar hafa áhrif á öndun, minnka sársauka, hafa áhrif á vöðvaspennu, til bæta jafnvægi og samhæfingu, auk þess að styrkja og liðka til að ná hagkvæmum hreyfingum eða færni. Kann að laga meðferð að andlegri getu einstaklings, skynjun og hegðunarþáttum.
- Metur aðstæður við búsetu, vinnu og tómstundir.
- Getur frætt skjólstæðing og fjölskyldu um ástand hans.
- Kann að meta þörf fyrir meðferð sjúkraþjálfara og endurhæfingu.
- Býr yfir góðri hæfni til fræðslu og ráðgjafar til einstaklinga/sjúklinga og hópa og til að virkja fólk til eigin ábyrgðar á heilsu, t.d. með þjálfunarprógrammi og stuðningi í gegnum viðtöl eða með skriflegum ráðleggingum.

- Gerir nauðsynlega aðlögun með hjálpartækjum/spelkum til að viðhalda eða bættri líkamlegri og andlegri getu skjólstæðings.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í taugasjúkraþjálfun:

- Velur bestu mögulegar aðferðir byggðar á gagnreyndri vitneskju og eftir þörfum hvers sjúklings.
- Getur fært rök fyrir beitingu nýrra aðferða út frá gagnreyndri vitneskju.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint skjólstæðingum um heilbrigðisþjónustuna.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í taugasjúkraþjálfun:

- Hefur reynslu og færni í forgangsröðun, þverfaglegri samhæfingu og samvinnu.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðis- og velferðarkerfinu svo og starfssviði annarra heilbrigðisstarfsstétta.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Getur tjáð sig skýrt við samstarfsfólk, skjólstæðinga og aðstandendur í ræðu og riti og ritað greinargóðar skýrslur/greinagerðir. Hann hefur sett sig inn í kenningar um kennslu og nám.
- Getur útskýrt hlutverk sjúkraþjálfara í heilsuvernd og forvörnum á sínu sérsviði.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingar í taugasjúkraþjálfun hafi góða innsýn í

Fólk með taugasjúkdóma er oft með víðtæk vandamál sem krefjast aðkomu margra sérfræðinga. Það getur verið með sérhæfð vandamál sem setja sérstakar kröfur á taugasjúkraþjálfara. Það veldur því að sérfræðingar í taugasjúkraþjálfun verða að hafa góða þekkingu á taugaskurðlækningum, bæklunarlækningum, handarskurðlækningum og lyflæknisfræði sem snýr að taugasjúkdómum. Auk þess taugasálfræði, taugaendurhæfingu, þekkingu sem snýr að stoð- og hjálpartækjum og óhefðbundnum tjáskiptaleiðum.

Sérfræðiviðurkenning í sjúkraþjálfun aldraðra

Bakgrunnur fræðigreinarinnar

Algengi langvinnra sjúkdóma og færniskerðinga eykst með hækkandi aldri. Til að sporna við afleiðingum þessa og reyna að hámarka færni, heilsu og vellíðan er mikilvægt að geta boðið eldra fólki upp á viðeigandi þjónustu á sviði heilsueflingar og endurhæfingar. Slík þjónusta kallar á sjúkraþjálfara og annað fagfólk með sérþekkingu á sviði öldrunar þar sem lögð er áhersla á heilsu, virkni og færni aldraðra í daglegu lífi um leið og þörfum þeirra fyrir þjálfun og endurhæfingu er mætt. Sjúkraþjálfari með sérfræðiréttindi í sjúkraþjálfun aldraðra vinnur með eldri einstaklingum að því að ná sem bestri færni og heilsu og beitir til þess gagnreyndri þekkingu á þessu sviði.

Markhópur/starfsvettvangur

Markhópurinn eru aldraðir, hvort sem þeir eru hraustir eða lasburða. Starfsvettvangurinn er meðal annars inni á sjúkrastofnunum, öldrunarheimilum, á sjúkraþjálfunarstofum og í heimaþjónustu.

Samstarfsaðilar innan og utan heilbrigðiskerfisins

Sérfræðingur í sjúkraþjálfun aldraðra vinnur oft í nánú samstarfi við aðra sjúkraþjálfara sem og aðrar fagstéttir eins og t.d. lækna, hjúkrunarfræðinga, sjúkraliða, iðjuþjálfara, félagsráðgjafa en einnig við aðstandendur og aðila sem sinna heimaþjónustu við aldraða.

Þekking, færni (skills) og hæfni (competence)

Sérfræðingur í sjúkraþjálfun aldraðra þarf að sýna bæði fræðilega og verklega þekkingu, auk færni í klínískri rökhugsun. Með reynslu og viðbótarmenntun á sínu fagsviði hefur sérfræðingur öðlast sérhæfða þekkingu, færni og hæfni í eftirfarandi greinum.

1. Þekking og skilningur

Sérfræðingnum er nauðsynlegt að öðlast sérhæfða þekkingu og skilning á eftirfarandi:

- Öldrunarfræði, þ.m.t. líffræði og lífeðlisfræði öldrunar, líkamlegum, sálrænum og félagslegum þáttum er tengjast því að eldast og vera aldraður og mikilvægi þeirra í tengslum við færni og heilsu.

- Kenningum og hugtökum á sviði öldrunarfræða og geta tengt þau við starf sjúkraþjálfara.
- Heilsubrest á efri árum, s.s. elliglöpum (dementia), beinþynningu, beinbrotum, byltum og langvinnum verkjum.
- Mismunandi aðferðum við greiningu og meðferð.
- Hreyfingarfræði /hreyfivísindum (kinesiology), þ.e. fræðilegum kenningum um forsendur hreyfingar, hreyfistjórnar og hreyfihegðunar.
- Jafnvægi og helstu ástæðum jafnvægiustruflana.
- Lífeðlisfræði þjálfunar.
- Lykilþáttum er varða lýðfræði öldrunar.
- Helstu mats- og mæliaðferðum innan öldrunar, réttmæti og áreiðanleika þeirra.
- Vinnustellingum og vinnutækni með áherslu á umönnun aldraðra.

2. Klínísk færni

Sérfræðingur í sjúkraþjálfun aldraðra:

- Byggir sitt starf á sannreyndri sjúkraþjálfun á þessu fagsviði.
- Tekur markvissa sjúkra- og félagssögu, framkvæmir nákvæma skoðun þar sem heildarnálgun er beitt og greinir vandann með rökrænum hætti.
- Mælir og/eða metur á viðeigandi hátt færni hins aldraða, umhverfis- og/eða persónuþætti.
- Leggur mat á niðurstöður heildræns mats, greinir vandamálið og leggur upp viðeigandi meðferð/íhlutun.
- Gerir raunhæfa skammtíma- og langtímameðferðaráætlun og setur markmið henni tengd, getur fylgt þeim eftir og endurmetið eftir aðstæðum.
- Er fær um að meta þörfina fyrir og ráðleggja um notkun á hjálpartækjum.
- Er fær um að greina athafnir og þátttöku hins aldraðra og þætti sem snúa að heilsu og vellíðan, færni, næringu, lyfjamálum, félagslegri stöðu, félagslegri þjónustu o.fl.
- Er fær um að greina tengsl milli lífsstíls og ákveðinna öldrunarbreytinga þar sem það á við.
- Er fær um að meta, greina og meðhöndla færniskerðingu sem rekja má til aldurs, sjúkdóma eða áverka.
- Metur þörf fyrir aðstoð heima fyrir í samstarfi við aðstandendur og aðra fagaðila.

- Aðstoðar hinn aldraða varðandi athafnir og þátttöku sem honum hugnast og hefur þann tilgang meðal annars að viðhalda og auka hreyfifærni hans.
- Getur metið og mælt árangur af starfi sínu.

3. Fræðileg hæfni/rökhugsun

Sérfræðingur í sjúkraþjálfun aldraðra:

- Metur á gagnrýninn hátt niðurstöður rannsókna og aðrar nýjar upplýsingar sem koma fram á sérsviði hans varðandi meðferð, mælingar og fleira.
- Tekur þátt í og stuðlar að rannsóknum og öðru því sem er til þess fallið að auka þekkingu innan sjúkraþjálfunar aldraðra.
- Hefur og sýnir skýran skilning á því hvað er vönduð og viðurkennd fræðimennska.
- Sýnir góða færni í fræðilegum vinnubrögðum og rannsóknaraðferðum.
- Kynnir mats- og mælitæki og skráningu sem tengjast öldrun.
- Leitast við að skrásetja upplýsingar um hagi eldri borgara.
- Hefur yfirsýn yfir og getur leiðbeint öldruðum um heilbrigðis- og velferðarþjónustuna.
- Stuðlar að áframhaldandi þróun og aukinni þekkingu í faginu, t.d. með því að taka þátt í markmiðssetningum innan sjúkraþjálfunar aldraðra og kynna fagið út á við.

4. Hæfni í samskiptum og miðlun þekkingar/upplýsinga

Sérfræðingur í sjúkraþjálfun aldraðra:

- Er í góðu sambandi við sína skjólstæðinga sem og aðra sem tengjast hans fagsviði óháð félagslegri stöðu, kyni, kynþætti eða öðrum félagslegum/þjóðfélagslegum þáttum. Sýnir þannig hæfni til þess að rökræða siðfræði og viðhorf er tengjast öldruðum og öldrunarþjónustu.
- Er fær um að kenna um sjúkraþjálfun aldraðra.
- Þekkir stefnumótun yfirvalda varðandi þjónustu við þennan þjóðfélagshóp.
- Veitir öldruðum almennt ráðgjöf varðandi heilbrigðan lífsstíl og forvarnir gegn sjúkdómum.
- Er ráðgefandi fyrir aðra varðandi öldrun, s.s. stofnanir og heilbrigðisyfirvöld.
- Leitast við að hafa stefnumótandi áhrif til aukins heilbrigðis þessa þjóðfélagshóps, með fræðslu, leiðbeiningum, rannsóknum o.fl.
- Þróar markvisst aðkomu sjúkraþjálfara að málefnum aldraðra og gerir starfið sýnilegt.

- Veitir fræðslu og handleiðslu til aðstandenda, umönnunaraðila og annarra eftir því sem við á.
- Getur leitt vinnu í teymi sem hefur með hinn aldraða að gera og unnið í samstarfi við alla aðila sem tengjast honum.
- Hefur skilning á hlutverki sjúkraþjálfunar í heilbrigðis- og velferðarkerfinu sem og starfssviði annarra heilbrigðisstétta.
- Starfar af fagmennsku og virðir siðfræðileg gildi í hvívetna.

Aðrir þættir sem æskilegt er að sérfræðingur í sjúkraþjálfun aldraðra hafi góða innsýn í

Vandamál tengd öldrun geta verið margþætt og fleiri en einn sjúkdómur verið að herja á hinn aldraða. Þetta gerir það að verkum að sérfræðingur í sjúkraþjálfun aldraðra þarf að afla sér viðbótarþekkingar á fleiri sviðum en að ofan greinir. Vægið er mismunandi eftir því hver aðalvandamálin eru en sjúkdómar og/eða vandamál á eftirtöldum sviðum eru algeng:

- ✓ Taugasjúkdómar
- ✓ Geðsjúkdómar
- ✓ Hjarta-,lungna- og blóðrásarsjúkdómar
- ✓ Þvagfærasjúkdómar
- ✓ Lyfjafræði

En einnig er þörf á að þekkja til í:

- ✓ Sálfræði öldrunar
- ✓ Félagsfræði öldrunar
- ✓ Hagfræði/efnahagslegum áhrifum samhliða öldrun
- ✓ Faraldsfræði langvinnra sjúkdóma
- ✓ Samskiptum/samskiptatækni
- ✓ Undirstöðuatriðum í fræðslu til aldraðra
- ✓ Kennslufræðum
- ✓ Undirstöðuatriðum varðandi fjármál
- ✓ Bótamálum/tryggingarmálum
- ✓ Hjálpartækjum

Sérfræðingur í öldrunarsjúkraþjálfun þarf einnig að geta horft til þess styrkleika og þeirra tækifæra sem felast í því að eldast. Markmiðið er að geta eflt og stutt eldra fólk til sem bestra lífsgæða.