



PFF

Privatpraktiserende
Fysioterapeuters
Forbund



 Invitasjon til grunnkurs i klinisk diagnostikk og behandling av albue og hånd
Basic 2A – Elbow & Hand: Diagnosis and Treatment

 **Sted:** House of Health, Apotekergata 10, 0180 Oslo

 **Dato:** 24.–25. januar 2026 (lørdag og søndag)

 **Tid:** Lørdag og søndag kl. 09.00–17.00

 **Kursavgift:** NOK 3 500,-

 **Antall plasser:** Maks. 30 deltakere

 **Arrangør:** [PFF – Privatpraktiserende Fysioterapeuters Forbund](#)

 **Påmelding:** www.ominorden.com/courses

*Reiseutgifter kan dekkes ved søknad til
[Fond for etter- og videreutdanning av fysioterapeuter](#).*

Fondet støtter vanligvis både kursavgift og nødvendige reiseutgifter for fysioterapeuter som deltar på faglig oppdatering og etterutdanning.

*«Dette er en **pragmatisk og evidensbasert tilnærming** til diagnostikk og behandling av albue & håndlidelser. Målet er å gjøre subjektive data som sykehistorie og kliniske tester **målbare og anvendbare**, slik at man kan utvikle en **presis og individuell behandlingsplan** for hver enkelt pasient i primærhelsetjenesten».*



Les mer om ortopedisk medisin på www.ominorden.com

💡 Om kurset.

Dette grunnkurset er **tredje modul i OMI Nordens kursrekke** innen ortopedisk medisin, og gir deltakerne en **praktisk og systematisk tilnærming til diagnostikk og behandling av albue- og håndlidelser**.

Kurset fokuserer på vevsspesifikk diagnostikk, strukturert anamnese, funksjonell undersøkelse og målrettet behandling – alt med høy klinisk relevans.

Kurset gir deltakerne:

- Inngående forståelse av **referert smerte og embryologisk opprinnelse**
- **Funksjonell og topografisk anatomi** for albue og hånd
- Systematisk opptak av **sykehistorie og klinisk undersøkelse**
- Kliniske bilder og **diagnostiske kriterier** for vanlige lidelser
- Praktisk ferdighetstrening i **undersøkelse og behandling**
- **Injeksjonsteknikker** (for leger – diagnostiske og terapeutiske)
- Behandling med **tverrfriksjon, tøying og manipulasjon**
- Diskusjon av **supplerende utredning og forebyggende tiltak**
- **Pasientdemonstrasjoner** fra klinisk praksis
- Introduksjon til **diagnostisk ultralyd og ESWT** (ved interesse)
- **Arbeidsbok** med illustrasjoner og video for repetisjon

Dette er et av de mest praksisnære kursene innen muskel- og skjelettlidelser, og gir et konkret rammeverk for diagnostikk og behandling av vanlige tilstander i albue og hånd – inkludert overbelastningslidelser og a-traumatiske tilstander.

✅ Godkjenninger

- **Legeforeningen:** Godkjent som 18-timers emnekurs i videre- og etterutdanning
- **PFF:** Obligatorisk kurs for spesialistgodkjenning i Muskel- og skjelettfysioterapi



Kursledere

- **Are Ingemann**, fysioterapeut
- **Benny E. Storheil**, fysioterapeut/manuellterapeut
- **Tomas Gustavsson**, fysioterapeut

Kontakt:

- Benny E. Storheil – Tlf. 958 66 636 | E-post: bankboks@online.no
- Are Ingemann – Tlf. 909 69 336 | E-post: areingem@online.no

Kursinnhold

Kurset dekker:

Systematisk og praktisk rettet klinisk undersøkelse av albue, håndledd og hånd, med særlig vekt på **selektiv tensjonstesting** og tolkning av funn etter prinsippene innen **Ortopedisk Medisin**. Deltakerne lærer å skille mellom **kapsulære og ikke-kapsulære mønstre**, samt **muskulotendinøse og nevrogene** årsaker til smerte. Det gis inngående trening i vurdering av tilstander som blant annet **lateral og medial epikondylitt, olecranonbursitt, biceps- og tricepsrelaterte tilstander**, samt **CMC-artritt/artrose m.m.** Videre gjennomgås **senelidelser og kapsulære restriksjoner i håndleddet, carpal tunnel-syndrom og andre fingerlidelser**. Kurset inkluderer også **behandling av strukturer i relevante ledd og senefester**, med fokus på **presisjon og klinisk anvendbarhet**.

Anbefalt litteratur

- *A System of Orthopaedic Medicine* – Ludwig Ombregt, 3rd Ed. (2013)
- *Injection Techniques in Musculoskeletal Medicine* – Saunders & Longworth, 4th Ed. (2011)
- *A Practical Approach to Musculoskeletal Medicine* – Atkins et al., 5th Ed. (2023)

Les mer om ortopedisk medisin på www.ominorden.com



Velkommen til en faglig inspirerende og klinikknær helg i Oslo!

Kurset er en del av OMI Nordens systematiske opplæring i muskel- og skjelettlidelser, arrangert i samarbeid med PFF.

Du får oppdatert kunnskap, praktisk ferdighetstrening og konkrete verktøy du kan ta direkte i bruk i klinisk praksis.

Undervisningsmateriell

Deltakerne får en **arbeidsbok** med tekst, illustrasjoner og plass til egne notater. Undervisningen kombinerer **forelesninger (PowerPoint)** og **praktisk ferdighetstrening**.

Etter kurset får deltakerne **tilgang til videomateriell** for repetisjon av ferdigheter som er gjennomgått.

Om kursrekken

Dette er det **tredje grunnkurset** i en serie på **seks modulære kurs** som dekker hele muskel- og skjelettapparatet.

Mer informasjon finnes på: www.ominorden.com/courses



Course Schedule – Basic 2A: Elbow & Hand(*Including the final part of the Lumbar Spine*) 📍 **House of Health, Oslo**



24–25 January 2026 (Saturday–Sunday)

Les mer om ortopedisk medisin på www.ominorden.com



Course programme

Basic Course in Orthopaedic Medicine

Part 2a

(Elbow, hand and last part of the lumbar spine)

Day 1

0900-0945	Lumbar : Repetition	t
0945-1045	Lumbar : Repetition – examination/ manipulation	p
1045-1100	Coffee	
1100-1120	Lumbar : Complementary examination	t
1020-1220	Lumbar : Non – discal lesions	t
1220-1330	LUNCH	
1330-1420	Lumbar : Spontaneous recovery	t
1420-1515	Elbow : Clinical examination/ Interpretation passive movements	t
1515-1530	TEA	
1530-1620	Elbow : Clinical examination/ Interpretation passive movements	p
1620-1700	Shoulder : Repetition	p

Day 2

0900-1015	Elbow : Interpretation – resisted movements	t/p
1015-1030	Coffee	
1030-1230	Elbow : Tennis/ Golfers elbow	t/p
1140-1230	Upper limbs: Repetition	p
1230-1340	LUNCH	
1340-1415	Lumbar : Repetition/ Manipulation	p
1415-1445	Wrist, thumb and hand : Anatomy	t
1445-1510	Wrist, thumb and hand : Clinical examination	t
1510-1525	Tea	
1525-1625	Wrist, thumb and hand : Anatomy/ Clinical examination	p
1625-1700	Wrist, thumb and hand : Carpal tunnel	t



For more information about **Clinical Orthopaedic Medicine**, please visit www.ominorden.com

Anbefalt litteratur

- *A System of Orthopaedic Medicine* (Ombregt, 3. utg., 2013)
- *Injection Techniques in Musculoskeletal Medicine* (Saunders & Longworth, 4. utg., 2011)
- *A Practical Approach to Musculoskeletal Medicine* (Atkins et al., 5. utg., 2023)
- *Undersøkelse av bevegelsesapparatet – håndbok i klinisk praksis* (Iversen & Toverud, 2024)



A System of Orthopaedic Medicine (3rd Edition)

- **Author:** Ludwig Ombregt
- **Hardcover ISBN:** 9780702031458

Les mer om ortopedisk medisin på www.ominorden.com



- **eBook ISBN:** 9780702052958
 - **Imprint:** Churchill Livingstone
 - **Publication Date:** 27 March 2013
 - **Pages:** 844
-

Injection Techniques in Musculoskeletal Medicine (4th Edition)

- **Authors:** Stephanie Saunders, Steve Longworth
- **Hardcover ISBN:** 9780702054518
- **Imprint:** Churchill Livingstone
- **Publication Date:** 19 October 2011
- **Pages:** 268

A Practical Approach to Musculoskeletal Medicine (5th Edition)

- **Authors:** Elaine Atkins, Emily Goodlad, Sharon Chan-Braddock
 - **Hardcover ISBN:** 9780702084089
 - **Publication Date:** 27 January 2023
 - **Pages:** 550
-

Undersøkelse av bevegelsesapparatet – håndbok i klinisk praksis

- **Authors:** Trond Iversen, Kari C. Toverud
 - **eBook ISBN:** 9788205599307
 - **Edition:** 1st eBook edition (equivalent to the 1st print edition, 2024)
 - **Print ISBN:** 9788205599291
 - **Format:** EPUB
-

1. Video Explanation of Orthopaedic Medicine

- Watch Pierre Bisschop explain what Orthopaedic Medicine is: [YouTube Video](#)

2. Basic Principles by Dr. Jean H. Gillies



- Learn about the foundational principles from Dr. Jean H. Gillies, MCSP, MD, FRCPC, Division of Rheumatology, University of British Columbia, Vancouver, Canada (2015): [YouTube Video](#)

Collaboration Links:

- [Digital Medicine Website](#)
- [Digital Medicine Facebook Page](#)
- [Digital Medicine YouTube Channel](#)



Les mer om ortopedisk medisin på www.ominorden.com