

GLA:D® Ryg - Nyhedsbrev

3. årgang | nr. 2

Maj 2020

GLA:D® Ryg certificerede klinikere leverer en gruppebaseret, individuelt tilpasset intervention til patienter med langvarigt og tilbagevendende rygbesvær. Interventionen består af patientuddannelse, individuelt tilpasset træning i gruppe samt indsamling af data i et register.

Kære GLA:D Ryg-klinikere

Her er information om hvad du skal gøre med patienter i GLA:D Ryg-forløb, som blev påvirket af nedlukningen samt lidt nyt fra forskningsfronten.

Covid-19 og patienter i GLA:D Ryg

Vi er opmærksomme på, at en del patienter påbegyndte GLA:D-forløb kort før nedlukning af holdtræning, og derfor har fået et langt afbræk i deres forløb.

Det vil være individuelt, hvordan der bedst samles op på det, men overordnet er vores råd: fortsæt hvor du standsede forløbet.

Det betyder:

- Hvis din patient var blevet testet, behøver du ikke at re-teste, inden patienten begynder på GLA:D Ryg igen.
- Hvis et forløb blev afbrudt undervejs, så fortsætter det, når du igen åbner for GLA:D Ryg. Afhængigt af hvor langt patienten var kommet og hvad status er, vurderer du deltagerens behov.
- Hvis du manglede slutkonsultationen med patienten, så indkalder du patienten og gennemfører de afsluttende tests og vurdering af målsætningen.

I relation til spørgeskemaer og data betyder det:

- At patienter besvarer spørgeskemaerne som normalt – de bliver spurgt om hvor mange gange de har deltaget i patientuddannelse og holdtræningen og om forløbet er afsluttet, så det kan vi håndtere.

Nyt fra forskning

Vi har gennemført interviews med otte patienter om deres oplevelser af GLA:D Ryg før og efter forløbet. Det kom der en masse interessante oplysninger om

patienternes perspektiv ud af, som vi har samlet i en rapport, der kan læses [her](#). På baggrund af det arbejder vi i øjeblikket videre med et større projekt med interviews af patienterne.

Så mine bekymringer er blevet mindre, og det synes jeg også, at jeg kan mærke i hverdagen. Fordi når jeg har ondt i ryggen, så går mindre af mine tanker på at tænke på det, end det gjorde før, fordi jeg ved at det bare er noget midlertidigt, og det skal nok gå væk igen (7:31)

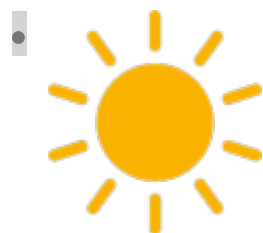
"... jeg ikke skal tage Panodiler, altså jeg har jo ikke ondt i min lænd, og jeg føler mig også meget mere frigjort i kroppen. Ikke så stiv, og mere mobil" (12.22)

Jeg bevæger mig, og at jeg får motion ind i hverdagen igen, det betyder også rigtig meget også bare for ens selvværd på en eller anden måde, at man ved at man godt kan, selvom man har lidt ondt i ryggen" (7:34).

Link direkte fra DIN hjemmeside

Husk du kan linke direkte fra din hjemmeside til vores hjemmesider [GLA:D Danmark](#) og [GLA:D Ryg](#) samt den danske artikel [Uspecifikke rygsmerter og introduktion til GLA:D® Ryg](#), [Månedsskrift Almen Praksis](#)

God sommer



Hilsen GLA:D® Ryg teamet



Copyright © 2020 GLA:D(r) Ryg, All rights reserved.

Our mailing address is:
gladryg@sdu.dk

Want to change how you receive these emails?
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).