

Här finns vi



Postop på PUFFA Träningscenter Extra postoperativ träning för barn och ungdomar



 **Postoperativa behandlingsenheten**
STOCKHOLMS LÄNS LANDSTING

🏠 Tideliussgatan 12, ingång huvudentrén
✉ Box 17056, 104 62 Stockholm
☎ 08-123 351 56
📠 08-123 496 14
🌐 www.habilitering.nu
@ habilitering@sll.se

Mars 2011

 **Habilitering**
Älsa

Extra postoperativ träning på PUFFA Träningscenter

Postop (Postoperativa behandlingsenheten) erbjuder extra träning med sjukgymnast efter neuroortopediska ingrepp exempelvis ortopediska operationer och/eller botox. Till Postop blir barnet remitterat av sjukgymnast på det habiliteringscenter barnet tillhör.

Vilka barn och ungdomar erbjuds träning?

Barn och ungdomar inskrivna inom Habilitering & Hälsa, 3-18 år, som har genomgått någon typ av neuroortopedisk insats eller annat som gör att de har behov av extra mycket träning.

Aktuella neuroortopediska insatser eller andra orsaker till behov av extra träning under en period kan vara någon av följande punkter:

- Botox eller andra spasticitetsreducerande åtgärder.
- Osteotomier - operation av ben/skelett, exempelvis höft, fot, rygg m.m.
- Mjukdelslösningar - operation som innebär förlängning av en eller flera muskler.
- Sentransfereringar – operation som innebär flytt av en muskels fäste i syfte att förändra muskelns funktion.
- Nya ortoser – i de fall ett barn behöver träna in sig och vänja sig vid ortoser.
- Frakturer



Vad innebär träningen?

Sjukgymnasten på Postop planerar träningen tillsammans med sjukgymnasten på barnets habiliteringscenter, barnet och föräldrar. Träningen är anpassad efter varje enskilt barn och sker alltid på PUFFA träningscenter, i gym, rörelserum eller bassäng. Här finns träningsutrustning för alla delar av kroppen som passar både stora och små.

Träningen erbjuds individuellt och/eller i grupp i perioder om fyra till sex veckor.

Vem ansöker om extra postoperativ träning?

Begäran om insatser utgår alltid från barnets ordinarie habiliterings-sjukgymnast som kan ansöka när som helst under terminen - med fördel i ett tidigt skede i planeringen.

Träningen ska vara effektiv och rolig

En förutsättning för märkbar och god träningseffekt är att målsättning, träningsinnehåll och utvärdering för barnets neuroortopediska ingrepp och efterföljande träning är tydlig. För att uppnå detta görs en noggrann samplanering och informationsöverföring mellan sjukgymnasten på Postop och barnets ordinarie habiliteringssjukgymnast och ofta även med barnets sjukgymnast på sjukhusen. Lika viktigt är att träningen som erbjuds alltid ska vara med respekt för personliga önskemål och förutsättningar. Att få träffa kompisar och träna tillsammans med andra tycker de flesta är motiverande och roligt. Inom Postop finns möjlighet att samla barn med liknande träningsbehov till bra grupper. Ambitionen på Postop är att träningen ska vara rolig, inspirerande, lekfull med optimal träningseffekt. När barnet får vara med och bestämma och när träningen ger resultat så blir det också roligt.