

### Bakgrund CI-terapi

Constraint-Induced Movement Therapy, förkortat CI-terapi eller CIMT är en behandlingsmodell som under 1980- och 90-talen utvecklades för behandling av den svagare sidans arm och hand efter stroke eller annan hjärnskada. Den ursprungliga modellen innebär träning sex timmar per dag i två veckor.

Under flera decennier har forskningsstudier utvärderat olika modifieringar (mCI) av den ursprungliga formen. Även möjligheten att överföra CI-terapi på behandling av gång- och balansförmågan har studerats. Forskningsresultaten har överlag varit goda och mCI finns sedan ett 10-tal år på Socialstyrelsens prioriteringslista över behandlingar med vetenskapligt stöd.

CI-terapi tränar endast den svagare sidan och det är viktigt att träningen har en hög svårighetsgrad, är repetitiv och målinriktad. Ett annat inslag i CI-terapi är att man bär en vadderad vante på den starka handen under behandlingsperioden. Vanten bärs för att undvika att man kompenserar nedsatta funktioner med den starka handen.

### Behandling

Inför ditt deltagande i mCI kommer vi att ha en telefonkontakt där vi ställer en rad frågor för att få en bättre bild av dina förmågor och dina problem med arm-/handfunktionen. Du och även dina närstående kommer att få möjlighet att ställa frågor.

Varje dag tränar du efter ett individuellt utformat träningsprogram. Träningen planeras med betoning på moment som är svåra att utföra för just dig och utifrån din målsättning. Daglig styrketräning ingår och, vid behov, töjning av strama muskler.

Du får övningar att göra hemma under helgerna och efter avslutad behandling får du ett hemprogram anpassat efter hur din övriga framtida träning är planerad.

Under behandlingsperioden rekommenderas du bära en vadderad vante på den starkare handen. Vanten bärs både vid träning på mottagningen och, förutsatt att det känns rimligt för dig, så mycket som möjligt av tiden i hemmet. Trots att det kan kännas besvärligt, bedöms det vara av betydelse för behandlingsresultatet att du använder vanten så mycket som möjligt.

*Obs! Om du använder vante utanför mottagningen, är det viktigt att vanten tas av vid användande av gånghjälpmedel och t ex om du behöver hålla i ledstång i trappa. Din SÄKERHET och att du inte utsätter dig för ökad fallrisk är alltid viktigast.*

### Uppföljning av behandlingsresultat

Före och efter behandlingen samt tre månader efter avslutad behandling, görs tester för att utvärdera behandlingsresultatet. Testerna tar en timme/tillfälle.

### **Ekonomi**

Frikort för sjukvård gäller. Egenandelen till dess att frikort uppnåtts är 200 kr/dag. Gräns för frikort i Region Stockholm är 1150 kr.

### **Inneskor**

Du behöver ha med dig inneskor. Det går bra att lämna kvar inneskorna på mottagningen under behandlingsperioden. Säg till om du behöver hjälp att byta skor!

### *Specifik information med anledning av pågående Covid-19 pandemi.*

En förutsättning för att behandlingen ska kunna genomföras i nuläget är att vi hjälps åt att upprätthålla direktiv från Folkhälsomyndigheten och Region Stockholm (tidigare Landstinget).

Vid minsta symtom som feber, hosta, snuva, halsont är det viktigt att du lämnar återbud till behandlingen och stannar hemma till dess du varit symptomfri minst 2 dagar.

Behandlingsperioden är 4 veckor. Du tillbringar 3 tim/dag i en grupp om 3-4 personer. Träningen sker i förmiddagsgrupp 09.00 – 12.00 alternativt eftermiddagsgrupp 13.00 – 16.00. Medtag egen vattenflaska!

Du kommer att resa till o från behandlingen med sjukresor med ensamåkning – du kommer alltså inte att dela taxi med någon ytterligare passagerare. Du ombeds att planera/boka dina resor så att väntetiden på mottagningen minimeras.

Vi följer Region Stockholms och Folkhälsomyndighetens riktlinjer angående användning av munskydd, visir och övrig skyddsutrustning.

Det är viktigt att du har god handhygien och tvättar och spritar händerna efter toalettbesök och före träning. All träningsutrustning kommer också att desinficeras mellan varje användare.

Träningen kommer att planeras så att vi kan upprätthålla regeln om 2 m avstånd till övriga deltagare. Din behandlande fysioterapeut kommer att komma närmare än 2 m för att hjälpa dig med utrustning och instruktioner och använder då skyddsutrustning enligt aktuella riktlinjer.

Enligt direktiv från Region Stockholm utgår ingen egenavgift för sent lämnat återbud.

### **Kontakt**

Har du eller dina närstående frågor kring CI-behandlingen så tveka inte att ta kontakt med oss på Furuhöjden Hälsa och Rehabcenter 08-6308350 eller med Leg. specialistfysioterapeut Annika Sefastsson på tel 076-555 60 52.