

## Vårdplan mCI-terapi gång- och balans

Precis den rehab du behöver

### Bakgrund

Constraint-Induced Movement Therapy, förkortat CI-terapi är en behandlingsmodell som utvecklats 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 ett par decennier har olika modifierade former av CI-terapi (mCI) studerats vetenskapligt. Forskningsstudier har utvärderat olika modifieringar 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-terapi finns sedan ett 10-tal år på Socialstyrelsens prioriteringslista över effektiva behandlingar med vetenskapligt stöd.

Utmärkande för CI-terapi, både den ursprungliga modellen och de modifierade modellerna, är att man så långt som möjligt tränar endast den svagare sidan. Det är viktigt att träningen har en hög svårighetsgrad, är repetitiv och målinriktad samt att styrketräning ingår.

### Behandling

Inför deltagande i CI-behandling görs en bedömning av din gång- och balansförmåga. Därefter beslutas om behandlingsformen är lämplig för just dig. Ofta behöver vi en remiss från din läkare om att inga medicinska hinder finns för den omfattande träningen.

Behandlingsperioden på Furuhöjden är 5 veckor. Du tillbringar 3 tim/dag i en grupp på 3–4 personer. Du får övningar att göra hemma under helgen och efter avslutad behandling får du ett hemprogram anpassat efter hur din övriga framtida träning är planerad.

Varje dag tränar du efter ett individuellt utformat träningsprogram. Träningen planeras utifrån moment som är svåra att utföra för just dig och utifrån din målsättning. Daglig styrketräning ingår och oftast även tøjning av strama muskler. Träningen anknyter så mycket som möjligt till vardagliga moment såsom uppresningar, förflyttningar och gång.

Före och efter behandlingen samt tre månader efter avslutad behandling, görs tester för utvärdering av behandlingsresultatet. Testproceduren tar en timme/gång.

### Uppföljning av behandlingsresultat

Före och efter behandlingen görs en rad fysioterapeutiska tester för att utvärdera behandlingsresultatet. Möjlighet finns också för ett tredje testtillfälle 3 – 6 månader efter avslutad behandlingsperiod. Testerna tar en timme per gång.

## **Ekonomi**

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

## **Praktisk information**

Du behöver ha med dig inneskor, det går bra att lämna kvar skorna på mottagningen under behandlingsperioden, sittplats och skohorn finns i entrén, du kan få hjälp att byta skor. Ha gärna med en vattenflaska. Det finns möjlighet att ta en kaffe-/tepaus.

## **Kontakt**

Har du frågor eller funderingar kring CI-behandlingen är du välkommen att kontakta oss på telefon 08-630 83 50 eller via 1177.se e-tjänster.

Besök gärna vår hemsida [www.furuhojden.se](http://www.furuhojden.se) för ytterligare information.

Furuhöjden Hälsa och Rehabcenter  
Enhagsvägen 16  
187 40 Täby  
08-6308350