

Rehabassistent

KURSPLAN

Modul 1

Livsstils- och sjukdomslära

- Livsstilssjukdomar och dess påverkan på hälsa
- Stressrelaterade sjukdomar och psykosomatiska besvär
- Sjukdomar i rörelseapparaten
- Hjärt- och kärlsjukdomar
- Metabola sjukdomar
- Åldersrelaterade sjukdomar
- Diabetes typ 2

Modul 3

Stresshantering

- Kartläggning av stress
- Positiv och negativ stress
- Post-stress-diagnostik (PSD)
- Stresstest och verktyg för att identifiera riskfaktorer

Modul 2

Skadetyper

- Vanliga idrottsskador
- Arbetsskador
- Psykiskt relaterade sjukdomar och dess samband med fysisk hälsa

Modul 4

Rehabiliteringsprocessen

- Konditionstester och rörelsetester
- Metoder för rehabilitering
- Rehabiliteringsutredning
- Uppföljning och dokumentation
- Journalföring enligt gällande riktlinjer

Rehabassistent

KURSPLAN

Modul 5

Fysisk aktivitet på recept (FaR)

- FASS och läkemedelsöversikt
- Patienten i fokus: patientmottagande och anamnes
- Programmering av träningsplaner
- Fackliga termer inom fysioterapi

Modul 6

Individanpassad träning

- Medicinsk träning utifrån individens behov
- Sjukdomsförebyggande träning
- Rehabiliterande träning anpassad till olika diagnoser

Modul 7

Praktiska moment

- Planering och genomförande av rehabiliteringsträning
- Utvärdering av fysisk träning
- Coachningsmetoder och motiverande samtal