

# Region Kalmar län

# Teamrehabilitering vid hypermobilitet

Diagnoser: Hypermobilitetsspektrum Disorder (HSD),  
hypermobilitets Ehlers Danlos syndrom (hEDS)

[Ehlers-Danlos syndrom av hypermobilitetstyp \(hEDS\) och Hypermobilitetsspektrumstörning \(HSD\) - 1177](#)

[Ehlers-Danlos syndrom – Socialstyrelsen](#)

[Hypermobilitetsspektrumstörning \(nationelltklinisktkunskapsstod.se\)](#)

[Ehlers-Danlos syndrom \(nationelltklinisktkunskapsstod.se\)](#)

[Hypermobilitetsspektrumstörning \(HSD\) och Ehlers-Danlos syndrom av hypermobilitetstyp \(hEDS\) \(rjl.se\)](#)

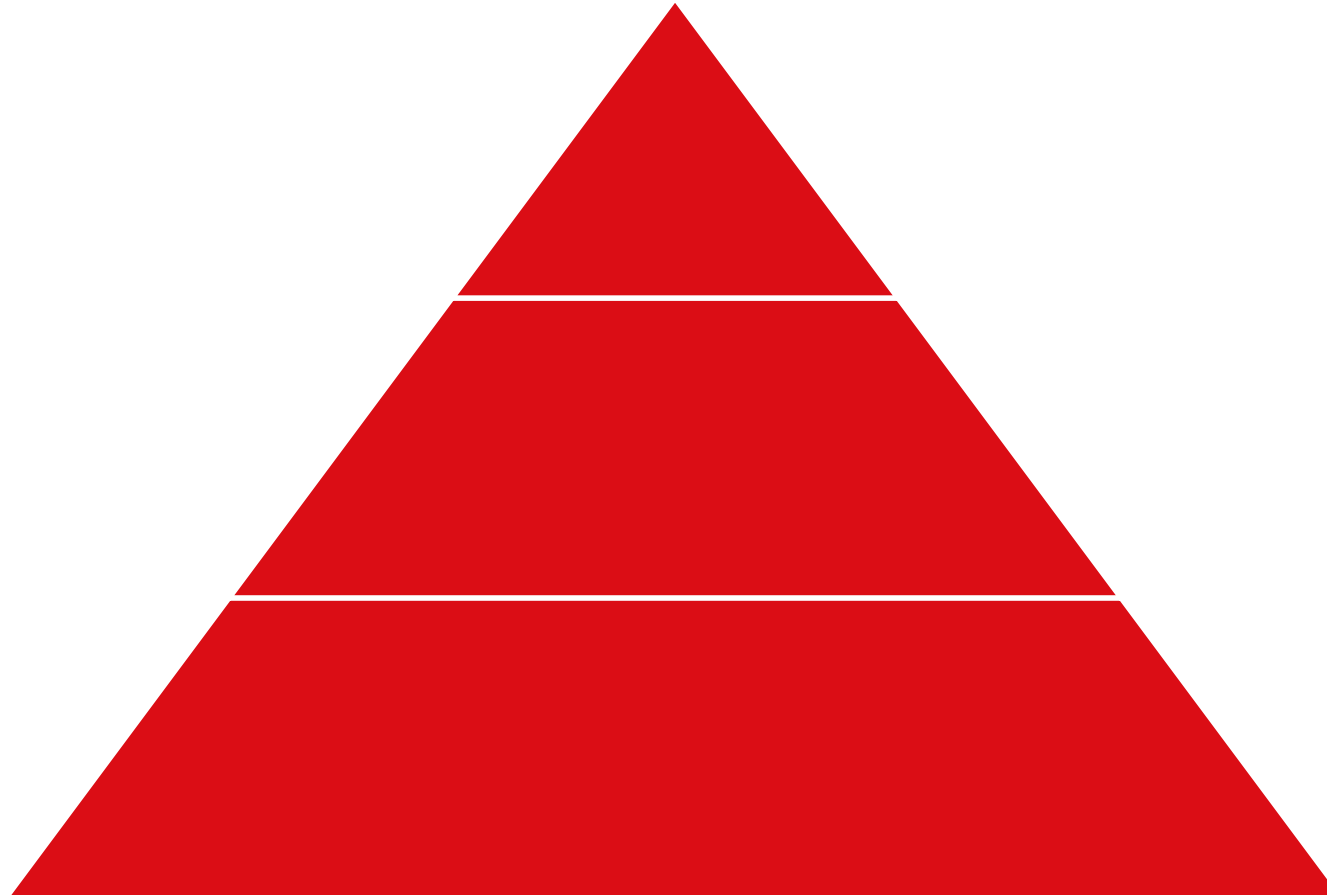
Ehlers Danlos syndrom, Osteogenesis imperfecta, Marfans syndrom

# Västerviks sjukhus Smärtenheten

## Smärtteam med inriktning hypermobilitet

- Annie Anderot, fysioterapeut
- Cecilia Gregard, sjuksköterska
- Hani Hattar, läkare
- Maria Dahlström, sjuksköterska
- Rasmus Stjernberg, psykolog
- Susanne Lindholm, arbetsterapeut
- Liisa-Mari Johansson, medicinsk sekreterare
- Åsa Liss, kurator

# Personer med hypermobilitet



# Rehabprocessen

Medicinsk bedömning

Aktivitetsbedömning  
Psykologisk  
bedömning  
Funktionsbedömning

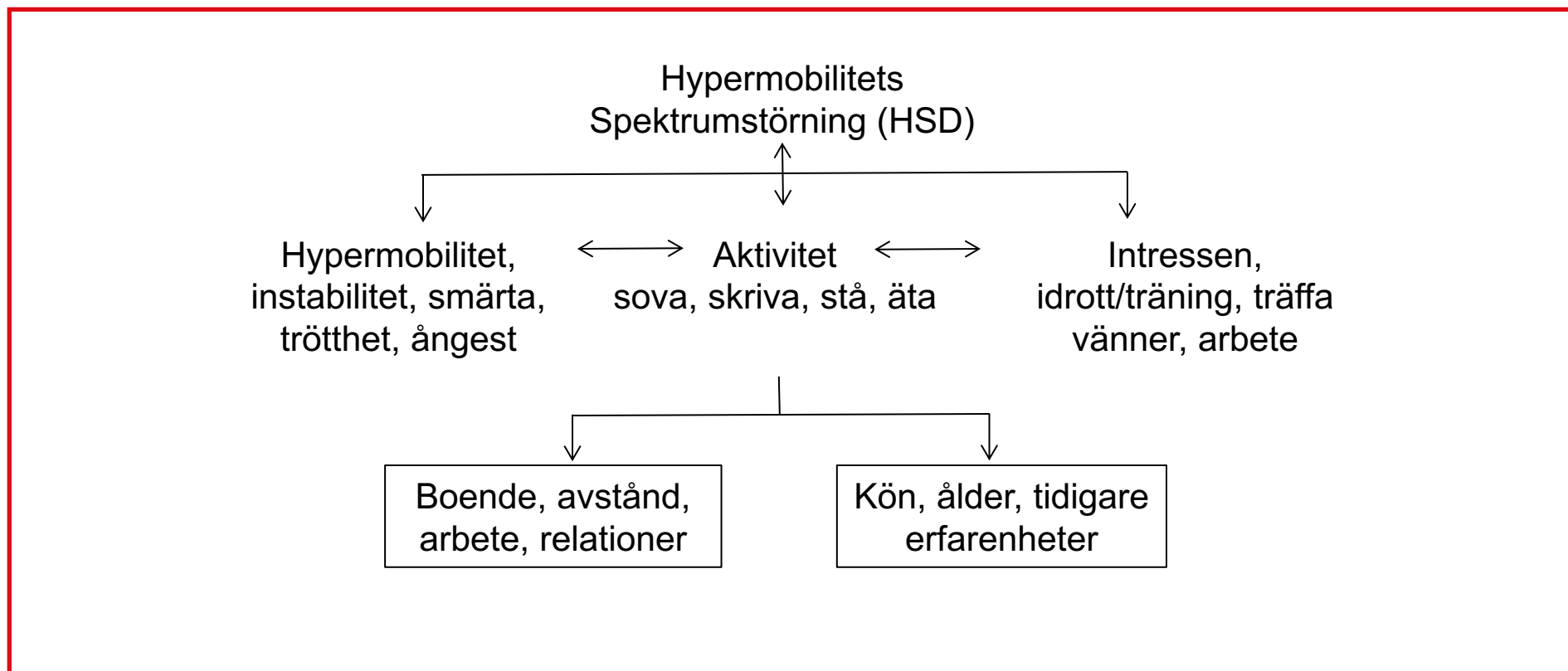
Teamkonferens

Rehabplan

Intervention

Utvärdering  
Ny rehabplan eller  
avslut

# Teamets bedömning



Klassifikation av funktionstillstånd, funktionshinder och hälsa : svensk version av International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). (2003).  
Stockholm: Socialstyrelsen



# Sömnstörning Teamkonferensen

Högt tempo

**Kronisk spridd smärta**

Neuropsykiatriska  
funktionsnedsättningar

Trauma Instabilitet

**Ångest**

Frustration

Sjukskrivningar

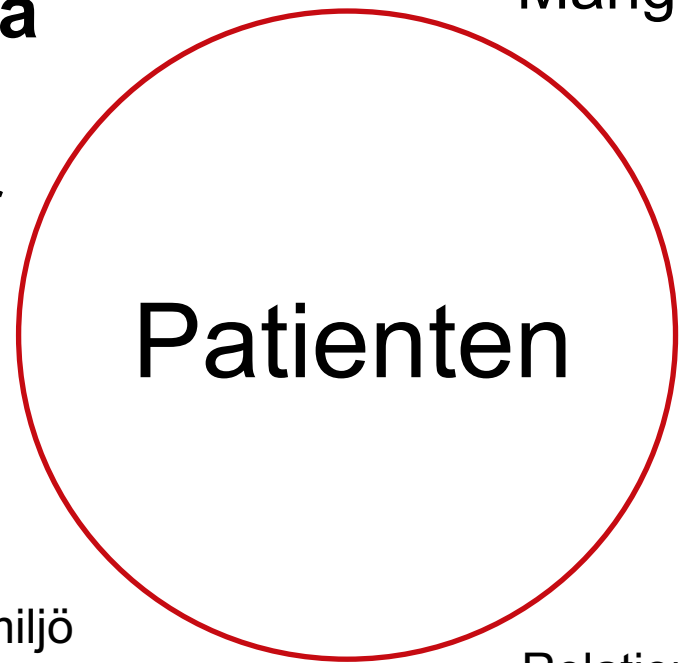
**Tidig debut**

Boendemiljö

Mag- och tarmproblem Konflikter

Käkproblematik

Depression



**Patienten**

Många diagnoser

Urogynekologiska besvär

Krisreaktion **Trötthet**

Bristande aktiveringsbalans

Energibrist Spänningstillstånd

Rörelserädsla

Breda ärr

Autonom dysfunktion Uttröttbarhet

Relationsproblem

Mastcellsaktiveringssyndrom

**Nedsatt kognitiv funktion**

Hjärndimma

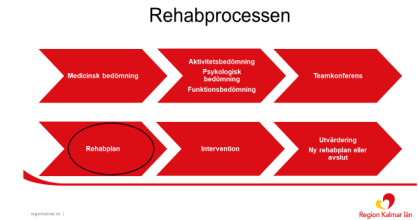
Subluxation/Luxation

Huvudvärk

**Stress**

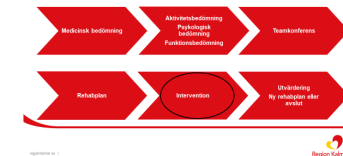


# Rehabplanen



- Utgår från patientens mål
- Ordningen och vilka teammedlemmar som ska vara inkluderade beslutas gemensamt.
- Kunskap om hypermobilitet och smärta samt strategier för att hantera sina symtom är grundläggande.





# Intervention

<p><b>ARBETSTERAPEUT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktivitetsbalans</li> <li>• Ergonomi</li> <li>• Handrehabilitering</li> </ul>	<p><b>FYSIOTERAPEUT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spänningsreglering</li> <li>• Stabilitetsträning</li> <li>• Kroppsmedvetenhet</li> </ul>	<p><b>PSYKOLOG</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Psykoedukation</li> <li>• Exponering</li> <li>• Beteendeaktivering</li> </ul>
<p><b>LÄKARE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Medicinsk rådgivning</li> <li>• Smärtlindrande behandling</li> <li>• Konsultation</li> </ul>	<p><b>SJUKSKÖTERSKA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rådgivning</li> <li>• Smärtlindrande behandling</li> <li>• Samordning</li> </ul>	<p><b>KURATOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Samtalsbehandling</li> <li>• Myndighetskontakter</li> <li>• Samordning</li> </ul>

# Rehabprocessen

Medicinsk bedömning

Aktivitetsbedömning  
Psykologisk  
bedömning  
Funktionsbedömning

Teamkonferens

Rehabplan

Intervention

Utvärdering  
Ny rehabplan eller  
avslut

# Våra erfarenheter, rehabprocessen

- Långsiktigt perspektiv
- Stärker patientens egna resurser och strategier
- Flexibla och individuella besök
- Tillit till rehabplanen
- Åtgärderna implementeras innan nästa åtgärd
- Omställning tar tid för en hållbar förändring på sikt

# Våra kliniska erfarenheter

## • Gula flaggor

- Smärtdebut i tidig ålder
- Allergi, nedsatt immunitet, IBS
- Från högpresterande till rörelse- eller prestationsrädsla

## • Röda flaggor

- Snabb spridning av smärta
- Svimning, hjärklappning, huvudvärk, kognitiv försämring
- Subluxation/luxation

- Komorbiditet – Neuropsykiatri vanligt
- Basala behov – sömn, kost, sväljfunktioner
- Urogynekologiska problem

*Hypermobilitet är medfött och vanligt*

*Komplext, men inte alltid komplicerat*

*Egenvård och livsstil*

Take home message

Tack!

**Tillsammans**  
för ett **friskare**  
**tryggare** och  
**rikare liv**

# Frågor?

Högt tempo

**Kronisk spridd smärta**

Neuropsykiatriska  
funktionsnedsättningar

Trauma

Instabilitet

**Ångest**

Frustration

Sjukskrivningar

**Tidig debut**

Boendemiljö

Mag- och tarmproblem

Konflikter

Käkproblematik

**Depression**

**Patienten**

Många diagnoser

Sömnstörning

Urogynekologiska besvär

Krisreaktion

**Trötthet**

Bristande aktiveringsbalans

Energibrist

**Spänningstillstånd**

Rörelserädsla

Breda ärr

**Autonom dysfunktion**

Uttröttbarhet

Relationsproblem

Mastcellsaktiveringssyndrom

**Nedsatt kognitiv funktion**

Hjärndimma

Subluxation/Luxation

Huvudvärk

**Stress**