

Njursvikt - fysioterapi

Sammanfattning

Detta dokument beskriver de fysioterapeutiska rutiner som gäller för polikliniska njursviktpatienter på Södra Älvsborgs sjukhus (SÄS).

Förutsättningar

Första besök njure

Remiss kommer från njurmottagning/dialys/CAPD-mottagning. Sekreterare lägger in vårdbegäran. Omvänd bokning appliceras, sekreterare skickar erbjudande till patient. Patienten får kontakta mottagningen för bokning av tid.

Genomförande

1. Anamnes enligt anamnesblad.
1. Greppstyrka med Jamar dynamometer.
 - a. Överarm intill kroppen, 90° i armbågen, patienten får själv välja greppstorlek. Fysioterapeuten håller en hand under dynamometern för att bibehålla korrekt position.
 - b. 3 gånger, samtliga värden noteras.
2. Timed stands test.
 - a. 10 uppresningar från sittande på stol till stående. Ställ stolen intill väggen så denna inte rör sig. Armarna i kors över bröstet. Höft och knä skall sträckas varje gång. Starta

tidtagning när patienten reser sig första gången. Avsluta tidtagning när patienten står för 10:e gången. Räkna högt antalet uppresningar.

3. Tåhävningsstest.

- a. Utförs med skor stående på hård kil. Patienten ställer sig med tårna utmed kilens övre kant. Metronom på 60 BPM. Balansstöd med händerna. Utför enbenstest först. Patienten skall göra max antal tåhävningar, samma höjd, i takt med metronom. Använd längdmätare för att säkerställa samma höjd på varje tåhävning. Bryt testet om inte höjden uppnås eller patienten böjer knä eller patienten uppnår 25 stycken. Upprepa med andra benet samt båda samtidigt.

4. Submaximalt cykeltest.

5. Puls och blodtryck.

- a. Blodtryck tas i sittande på cykel i höger arm, notera i journal om blodtryck inte får tas i höger arm på grund av AV-fistel, ta det i stället i vänster arm. Patienten kopplas till EKG och puls noteras därifrån.
- b. Följ puls och blodtryck under testet. Cykla 4 minuter per nivå. Notera puls varje minut, blodtryck samt Borg-skattning av ansträngning, andfåddhet samt eventuell smärta efter 2 minuter. Nedvarvning 2 minuter, därefter noteras värden igen. Vila sittande 2 minuter, notera värden en sista gång.

Alternativ om patienten inte klarar cykel

Sex minuters gångtest.

- A. Instruktion enligt manual
- B. Puls, blodtryck samt Borg-skattning av ansträngning och andfåddhet noteras före och efter test.
- C. Sträckan noteras.

SF-36

Patienten fyller i digitalt formulär innan testet som skickats via 1177 formulär, eventuellt diskussion kring frågor gällande fysisk funktion. Noteras i dator och diagram sparas med journalen.

Information

Information kring fysisk aktivitet i samband med njursvikt.

Orsaker till nedsatt muskelstyrka och kondition

(blodbrist, proteinmetabolism, ond cirkel). Rekommenderad mängd aktivitet. Erbjudande av gruppträning. Eventuellt FaR (fysisk aktivitet på recept) samt träningsprogram att utföra hemma eller under dialys.

Åtgärder

- Boka uppföljningsbesök
- Journal
- Skicka remissvar till inremitterande
- Skanna in bedömningsprotokoll samt SF-36 sammanställning
- Överrapportera till instans där träning skall bedrivas (primärvård) alternativt förse patienten med träningsprogram för egenträning hemma.

Uppföljning

Uppföljningsbesök njure

- Tester enligt första besök.
- Fortsatt planering? Fortsatt träning? Eventuellt uppföljning av FaR.
- Uppdatering till inremitterande vid behov.
- Skanna in bedömningsprotokoll samt SF-36 sammanställning

Avbokning besök

Vid avbokning bokas ny tid till patienten av den fysioterapeut som är patientansvarig, anteckna avbokning i Melior.

Uteblivet besök

Vid uteblivet besök skickas räkning och patienten avslutas en månad efter det att besöket skulle varit om patienten ej hör av sig spontant för bokning av ny tid.

Avsluta patienten

Notera i senaste anteckningen att patienten avslutas.

Dokumentinformation

För innehållet svarar

Leena Hassinen, leg. fysioterapeut, Arbets- och fysioterapimottagning, SÄS Borås

Fastställt av

Malin Camper, verksamhetschef, Neurologi, rehabilitering och nära vård, SÄS Borås

Nyckelord

Njursvikt, njurtest, poliklinik, muskelstyrka, muskelfunktion, cykeltest, kondition

Information om handlingen

Handlingstyp: Rutin

Gäller för: Södra Älvsborgs Sjukhus

Innehållsansvar: Lena Hassinen, (lenha63), Fysioterapeut

Godkänd av: Malin Camper, (malgu5), Verksamhetschef

Dokument-ID: SAS9630-14576379-152

Version: 5.0

Giltig från: 2026-03-11

Giltig till: 2027-02-18