
Checklista RRCT FPL spår 2 tidig aktiv träning - EAM

Dag 0-2

- ✓ Sedvanlig postoperativ ödemprofylax och regim ☐
- ✓ Information, 5_HAKIR Rehab patientinformation ☐

Dag 2-7

- ✓ Repetition av patientinformation 5_HAKIR Rehab patientinformation ☐
- ✓ Kontrollerat att gips/ortos sitter bra, enligt målsättning ☐
- ✓ 6b_HAKIR Träningsråd RRCT EAM. Noggrann genomgång ☐
- ✓ Information om gipstid samt belastningsregim kommande 12 v ☐
- ✓ Ev Lindburg Comstock koppling, informerat patient ☐
- ✓ Kontroll och ev intervention mot svullnad ☐

Dag 8-12

- ✓ Uppföljning av regim och träningsråd enligt ovan, digitalt eller fysiskt besök ☐

2-3 v

- ✓ Kontrollerat att gips/ortos sitter bra, enligt målsättning ☐
- ✓ Repetition av 6b_Träningsråd ☐
- ✓ Beakta samtidig digitalnervskada/nervskada vid behov komplettera med information angående nervskada, läkning samt känselträning FAS 1 ☐
- ✓ Kontroll och ev intervention mot svullnad ☐

Dag 27-30 - 3,5-4 v

- ✓ Avgipsning, hudvård, ev ärrbehandling ☐
- ✓ Start aktiv obelastad rörelseträning, tumme samt vid behov handled ☐

- ✓ Repetition av belastningsregim ☐
- ✓ Utprovning av handledsstöd ☐
- ✓ Ev uppföljning av känselträning ☐

6 v

- ✓ Genomgång och kontroll av övningar ☐
- ✓ Mätning av rörlighet ☐
- ✓ Träning i lätta kontrollerade aktiviteter ☐

8 v Digitalt eller fysiskt besök

- ✓ Genomgång och kontroll av övningar ☐
- ✓ Genomgång av träning lätt greppstyrka, samt ev dynamisk styrka handled ☐
- ✓ Ev uppföljning av känselträning ☐

10 v Digitalt eller fysiskt besök

- ✓ Genomgång och kontroll av övningar ☐
- ✓ Genomgång av träning lätt greppstyrka, samt dynamisk styrka handled ☐

12-14 v

- ✓ Genomgång och kontroll av övningar ☐
- ✓ Belastningsregim. Full belastning i vardagen öka övrig belastning succesivt ☐
- ✓ Ev uppföljning av känselträning ☐
- ✓ HAKIR 3 mån rörlighetsmätning, kontroll av hållfasthet/ruptur ☐
- ✓ Påminn om enkät. ☐

12-14 månader

- ✓ HAKIR 12 rörlighetsmätning samt styrka, pinch, nyckel och helhandsgrepp ☐
- ✓ Vid digitalnervskada kontroll/uppföljning av känsel. ☐
- ✓ Påminn om enkät ☐