

IMHK 2020

Lørdag 7. november 2020 kl 09.00-15.00
Norges idrettshøgskole, Store auditorium «Innsikt»

PROGRAM:

Ordstyrer: Grethe Myklebust

09.00 Kenneth Martinsen & Siri Bjorland: *Åpning*

09.10 Christine Holm Moseid: *Mosjon som medisin: Kan trening behandle eller forebygge sykdom?*

09.35 Roald Bahr: *Akuttbehandling av akutte skader - ICE, RICE, PRICE, POLICE eller PEACE & LOVE?*

09.50 PAUSE

Ordstyrer: Siri Bjorland

Tema - Skulder

10.00 Tore Prestgaard: *Injeksjoner i skulder: For hvem og når?*

10.10 Berte Bøe: *Skulderinstabilitet/luksasjon: Hvem skal opereres?*

10.20 Stig H Andersson: *Rehabilitering av den instabile/lukserte skulderen i idrett.*

10.50 PAUSE

Ordstyrer: Kenneth Martinsen

Tema - Leggsmerter

11.00 Aasne Hoksrud: *Leggsmerter - Hva kan det være?*

11.10 Ellen Moen: *Hvem er mest utsatt for tretthetsbrudd - og hvorfor?*

11.20 Arne Larmo: *Hvordan skille snørr & barter - hva kan MR fortelle?*

11.30 Lars Haugvad: *Behandlingsprinsipper for stressreaksjoner og -frakturer*

11.40 Kaja Sætre: *Rehabilitering av leggskader*

11.50 Marc Strauss: *Losjesyndrom - hvordan utrede? Hvem skal opereres?*

12.00 Q & A

12.20 PAUSE/LUNSJ

Ordstyrer: Roald Bahr

Tema - Lyske og hofte

13.00 Bjørn Fossan: *Differensialdiagnosene: Hva er vanligst – og hva er det du ikke må overse?*

13.10 Thomas Torgalsen: *Olympiatoppens algoritme for utredning av lyske/hofteutøvere*

13.20 Arne Larmo: *Hvordan ser de viktigste differensialdiagnosene ut på MR?*

13.30 Joar Harøy: *Trening av utøvere med inguinalrelaterte lyskesmerter*

13.40 Thomas Ødegaard: *Rehabilitering – Hölmichprogrammet ordner ikke alle problemer*

13.50 Sverre Løken: *Hvem skal hofteartroskoperes?*

14.00 Thomas Moger: *Hvem trenger bukveggskirurgi?*

14.10 Q & A

Ordstyrer: Grethe Myklebust

Tema - Forebygging

14.30 Christine Holm Moseid, Kaja Funnemark, Hege Heiestad & Emilie Bratt

Jakhelln: *Skadefriteamet: Hva gjør vi for å forebygge skader i barne- og ungdomsidretten?*

14.50 *Avslutning*