



**Muskel- og
skjelettkongressen
10.-11. mars 2023**

**«Utredning og rehabilitering av ryggplager;
Hva er nytt og hvordan påvirker trening og ernæring rehabiliteringen av disse
pasientene»?**

Fredag 10. mars

0845-0930	Registrering av dagens ankomne
0935-0945	PFF ønsker velkommen v/Silje Holstad, leder PFF
0945-1030	"Uspesifikke ryggsmertor" v/Christian Fossum, osteopat/førstelektor
1030-1100	Pause med utstillorbesøk
1100-1145	Christian Fossum fortsetter.
1145-1215	Pause med utstillorbesøk
1215-1300	"Styrketrening for eldre – generelle prinsipper for effektiv trening" v/Truls Raastad, professor i idrettsfysiologi
1300-1400	Lunsjbuffet
1415-1500	Truls Raastad fortsetter
1500-1530	Pause med utstillorbesøk
1530-1615	Ole Petter Hjelle, hjerne og trening.
1630-1715	Årsmøte
1900	3- retters festmiddag

Lørdag 11. mars

0900-0925	Registrering av dagens ankomne
0925-0930	PFF ønsker velkommen v/Silje Holstad, leder PFF
0930-1030	"Lumbal skiveprolaps og radikulopati" v/Simen Sletten, manuellterapeut
1030-1100	Pause med utstillorbesøk
1100-1145	Simen Sletten fortsetter
1145-1215	Pause med utstillorbesøk
1215-1300	"Operativ behandling av degenerative ryggglidelser" v/Mark Züchner, MD, PhD
1300-1400	Lunsjbuffet
1415-1500	"Ernæringsråd for rehabilitering og prestasjon" v/Martin Norum, fagkonsulent i idrettsernæring på Olympiatoppen
1500-1530	Pause med utstillorbesøk
1530-1615	"Hvordan man kan bruke kunnskapen om menstruasjon inn mot trening og helse" v/Mette Pettersen, sports performance coach

Godkjent 15 timer for opprettholdelse av «Spesialist i Muskel- og skjelett Fysioterapi»

VELKOMMEN!

Mer informasjon finner du på www.fysioterapi.org og www.kongresspartner.no