

Minnesanteckningar från nätverksmöte för sjukgymnaster/fysioterapeuter inom psykiatri/psykosomatik

Tidpunkt: 2017-02-22

Plats: Enheten för stressrelaterad ohälsa, EFSO Karlstad

Närvarande: Brita Bolin, Maria Eklund, Elisabeth Gabrielsson, Karin Olsson, Eva Lind

- Rapport från verksamheterna: Psykiatriska öppenvården, Muraren, Arvika har "fått tillbaka" sin fysioterapeuttjänst som enligt info inte varit besatt.
- Karin Olsson informerar från kurs hon deltagit i om "kognitiva uttryck för vertikal och horisontell integration" och kommer att skicka ut Britt W Bragéés "Det dysreglerade nervsystemet" i kommande mejl.
- Brita Bolin ska kontakta Maria Klässbo angående hur våra anteckningar ska lagras.
- Eva Lind rapporterar från en nätbaserad instruktörsutbildning i Medveten Andning av Anders Olsson. Vikten av att inte sänka sina koldioxid-nivåer betonas, många sjukdomssymtom är kopplade till låga koldioxid-nivåer. En rekommenderad åtgärd är andning genom näsan. Även kväve-monoxiden, som då skapas i näsan har en viktig funktion. Vi fick prova att andas med tejpad mun. Maria gör reklam för uttrycket "att andas mjukt" för att undgå det tillrättavisande och prestationsinriktade "andas rätt!" Mer information finns på medvetenandning.se.
- Brita rapporterar om FYSS 2017, den uppdaterade versionen med en del nya kapitel. 2/3 av boken finns tillgänglig på nätet.
- Böcker
 - Joanne Elphinston "Total stabiliseringsträning"
 - Britt W Bragéé "Kroppen först"
 - Anders Olsson "Medveten Andning"

Datum för kommande möten:

Onsdag 26 april klockan 9 – 11.30, lokal EFSO - Elisabeth Gabrielsson
rapporterar från sin verksamhet inom företagshälsovården
Onsdag 13 sept 2017

Vid tangenterna Eva Lind