

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: *Ikke-operativ behandling av idrettsutøvere*
10.35 Q & A

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*