Læringsmål (ILO) for DIMS trin 1 kurserne

ILO = Intended Learning Objectives

- *Have kendskab til idrætsmedicinens udvikling*
- *Demonstrere forståelse for faget idrætsmedicin herunder at det er et tværdisciplinært fag omhandlende diagnostik, forebyggelse og behandling af skader, viden om sundhedsfremmende elementer af træning / fysisk aktivitet*

- *Have kendskab til basal vævsfysiologi (muskler, sener, knogler)*
- *Demonstrere forståelse for hvorledes normale fysiologiske processer kan påvirkes positivt (træningsadaptation) og negativt (udvikling af patologi)*

- *Have forståelse for forskellen mellem akutte (overload) og overbelastningsskader (overuse)*
- *Have kendskab til de hyppigste muskel- og seneskader herunder risikofaktorer og skadesmekanismer*

- *Have forståelse for princippet bag skadesforebyggende træning*

- *Kunne igangsætte skadesforebyggende træning indenfor hyppige idrætsskader herunder demonstrere forståelse for tidsmæssig udvikling af træningens forskellige faser / niveauer*
- *Kunne igangsætte genoptræning indenfor hyppige idrætsskader herunder demonstrere forståelse for tidsmæssig udvikling af træningens forskellige faser / niveauer*

FOD, ANKEL og UNDERBEN

- *Have kendskab til underbenet, foden og anklens anatomi i relation til idrætsspecifikke bevægelser og skader (knogler, brusk, ligamenter, muskler, sener, kar og nerver).*
- *Demonstrere forståelse for underbenet, foden og anklens funktion*

Traumatiske skader i fod, ankel og underben;

- *Have forståelse for skadesmekanisme for de enkelte ligament-, sene- og knogleskader i foden, anklen og underbenet.*
- *Have teoretisk forståelse for Ottawa ankle rules*
- *Have kendskab til relevante billeddiagnostiske undersøgelser*
- *Have kendskab til behandling af de almindelige traumatiske skader herunder demonstrere forståelse for overvejelser vedr. konservativ eller operativ behandling*
- *Have forståelse for genoptræningsprincipper ved konservativ eller efter operativ behandling af achillessenerutur og knoglebrud*

Undersøgelsesteknik traumatiske skader

- *Have kendskab til Ottawa ankle rules samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests*
- *Have kendskab til test for undersøgelse af achillesseneruptur samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests*
- *Have kendskab til test for undersøgelse af anklens ligamenter samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests*

Overbelastningsskader (overuse) i fod, ankel og underben;

- *Have kendskab til de typiske overbelastningsskader omkring underben, ankel og fod hos børn og voksne*
- *Have forståelse for årsagen til udvikling af disse skader*
- *Have kendskab til relevante parakliniske / billeddiagnostiske undersøgelser*
- *Have kendskab til behandlingsmuligheder og herunder genoptræningsprincipper af de typiske overbelastningsskader*

Undersøgelsesteknik overbelastningsskader;

- *Have kendskab til undersøgelse af / test for undersøgelse af underbenet, anklen og fodens typiske overbelastningsskader samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests.*

Sumerisk

- *Demonstrere evnen til at kunne analysere information om anatomi, funktion, skadesmekanisme, objektiv og evt. paraklinisk undersøgelse således at en tentativ diagnose og evt. differentialdiagnose(r) kan fremføres.*
- *Kunne planlægge evt. yderligere udrednings- eller behandlingsforløb*

SKULDER

- *Have kendskab til skulderens anatomi i relation til idrætsspecifikke bevægelser og skader (knogler, brusk, ligamenter, labrum, muskler, sener, kar og nerver).*
- *Demonstrere forståelse for skulderens funktion*

Traumatiske skader samt overbelastning: gh-lux, fraktur/avulsion, cuff-ruptur/biceps ruptur, ac-led lux, labrum skader samt tendinopati, instabilitet og scapula dyskinesi.

- *Have forståelse for funktionen af ledkapsel og labrum og skadesmekanisme for de enkelte labrum/kapsel skader herunder ac-leds luxation.*
- *Have forståelse for funktionen af skulderens rot cuff og skadesmekanismen ved ruptur samt have kendskab til de forskellige typer af fraktur og herunder mulighed for behandling*
- *Have kendskab til behandling af de traumatiske skulderskader herunder demonstrere forståelse for overvejelser vedr. konservativ eller operativ behandling*
- *Have forståelse for genoptræningsprincipper ved konservativ eller efter operativ behandling*
- *Have kendskab til de typiske overbelastningsskader omkring skulderen hos idrætsfolk og forståelse for årsagen til udvikling af disse skader*
- *Have kendskab til behandlingsmuligheder og herunder genoptræningsprincipper af de typiske overbelastningsskader*
- *Have kendskab til relevante parakliniske / billeddiagnostiske undersøgelser*

Undersøgelsesteknik traumatiske skader;

- *Have kendskab til stabilitets test for undersøgelse af GH-leddet, ledkapsel/labrum (lux / sublux), AC-led samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests, herunder vurdering af periartrose/kapsulit.*
- *Have kendskab til test for undersøgelse af skulderens rot cuff, samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests.*

Undersøgelsesteknik overbelastning;

- *Have kendskab til undersøgelse for Subacomiel impingement, posterior superior impingement (PSI), Anterior Instabilitet, SLAP-læsion, muskelstyrketest af rot cuff, scapula dyskinesi, samt palpation af AC-led, og selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests.*

Albuen

- *Have kendskab til de typiske overbelastningsskader og ligamentskader omkring albuen hos idrætsfolk*
- *Have kendskab til undersøgelse for tennisalbue, golfalbue, goalies elbow, posterior impingement, styrke, ROM og stabilitetstest (mcl, lcl) samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests.*
- *Have forståelse for årsagen til udvikling af disse skader*
- *Have kendskab til relevante parakliniske / billeddiagnostiske undersøgelser*
- *Have kendskab til behandlingsmuligheder og herunder genoptræningsprincipper af de typiske overbelastningsskader*

Sumerisk:

- *Demonstrere evnen til at kunne analysere information om anatomi, funktion, skadesmekanisme, objektiv og evt. paraklinisk undersøgelse således at en tentativ diagnose og evt. differentialdiagnose(r) kan fremføres.*
- *Kunne planlægge evt. yderligere udrednings- eller behandlingsforløb*

KNÆ

- *Have kendskab til knæets anatomi i relation til idrætsspecifikke bevægelser og skader (knogler, brusk, ligamenter, menisk, muskler, sener, kar og nerver).*
- *Demonstrere forståelse for knæets funktion*

Traumatiske skader: Ligament- og meniskskader;

- *Have forståelse for funktionen af knæets ligamenter og skadesmekanisme for de enkelte ligamentskader*
- *Have forståelse for funktionen af knæets menisker og skadesmekanismen ved meniskskader samt have kendskab til de forskellige typer af meniskskader og herunder mulighed for behandling*
- *Have forståelse for patello-femoral leddets funktion og kendskab til risikofaktorer for patellaluksation og herunder mulighed for behandling*
- *Have kendskab til relevante parakliniske / billeddiagnostiske undersøgelser*
- *Have kendskab til behandling af de traumatiske knæskader herunder demonstrere forståelse for overvejelser vedr. konservativ eller operativ behandling*
- *Have forståelse for genoptræningsprincipper ved konservativ eller efter operativ behandling*

Undersøgelsesteknik traumatiske skader;

- *Have kendskab til test for undersøgelse af knæets ligamenter (ACL, PCL, MCL, LCL, PLC, MPFL) samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests.*

- *Have kendskab til test for undersøgelse af knæets mediale og laterale menisk samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests.*
- *Have kendskab til test for undersøgelse af patellainstabilitet samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests.*

Overbelastning: løberknæ, springerknæ og børn;

- *Have kendskab til de typiske overbelastningsskader omkring knæet hos børn og voksne*
- *Have forståelse for årsagen til udvikling af disse skader*
- *Have kendskab til relevante parakliniske / billeddiagnostiske undersøgelser*
- *Have kendskab til behandlingsmuligheder og herunder genoptræningsprincipper af de typiske overbelastningsskader*

Undersøgelsesteknik overbelastning;

- *Have kendskab til undersøgelse af / test for undersøgelse af knæets typiske overbelastningsskader samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests.*

Sumerisk:

- *Demonstrere evnen til at kunne analysere information om anatomi, funktion, skadesmekanisme, objektiv og evt. paraklinisk undersøgelse således at en tentativ diagnose og evt. differentialdiagnose(r) kan fremføres.*
- *Kunne planlægge evt. yderligere udrednings- eller behandlingsforløb*

HOFTE, LYSKE, LÅR (ryg)

- *Have kendskab til hofteleddet og lyskens anatomi i relation til idrætsspecifikke bevægelser og skader (knogler, brusk, ligamentum inguinale, muskler, sener, kar og nerver).*
- *Demonstrere forståelse for hofteleddet og lyskeregionens funktion ift. bevægelse og kraftoverførsel*
- *Have kendskab til internationalt anerkendt klassifikation / nomenklatur ('clinical entities')*

Traumatiske (Overload) skader i hofte, lyske;

- *Have forståelse for funktionen af hofteleddet og lysken og skadesmekanisme for de enkelte enheder (fraktur/avulsion, muskel- seneskader, brusk- og labrumskader, hernier)*
- *Have kendskab til relevante parakliniske / billeddiagnostiske undersøgelser*
- *Have kendskab til behandling af de traumatiske skader herunder demonstrere forståelse for overvejelser vedr. konservativ eller operativ behandling*
- *Have forståelse for genoptræningsprincipper ved konservativ eller efter operativ behandling*

Undersøgelsesteknik traumatiske skader

- *Have kendskab til test for undersøgelse for hofteimpingement samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests.*
- *Have kendskab til test for undersøgelse af akutte muskel-, seneskader samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests*

Overbelastningsskader i hofte, lyske;

- *Have kendskab til de typiske overbelastningsskader omkring hofte/lysken hos børn og voksne herunder Cam/Pincer impingement*
- *Have forståelse for årsagen til udvikling og konsekvens af disse skader*
- *Have kendskab til relevante parakliniske / billeddiagnostiske undersøgelser*
- *Have kendskab til behandlingsmuligheder og herunder genoptræningsprincipper af de typiske overbelastningsskader*

Undersøgelsesteknik overbelastning;

- *Have kendskab til undersøgelse af / test for undersøgelse af hoften/lyskens typiske overbelastningsskader samt selvstændigt kunne anvende og tolke resultatet af disse tests.*

Idrætsrelaterede rygproblemer.

- *Have kendskab til de typiske idrætsrelaterede overbelastningsudløste rygproblemer*
- *Have forståelse for årsagen til udvikling af disse skader*
- *Have kendskab til relevante parakliniske / billeddiagnostiske undersøgelser*
- *Have kendskab til behandlingsmuligheder og herunder genoptræningsprincipper af de typiske overbelastningsskader*

Sumerisk:

- *Demonstrere evnen til at kunne analysere information om anatomi, funktion, skadesmekanisme, objektiv og evt. paraklinisk undersøgelse således at en tentativ diagnose og evt. differentialdiagnose(r) kan fremføres.*
- *Kunne planlægge evt. yderligere udrednings- eller behandlingsforløb*