



Äntligen var det dags, efter mycket förberedelser av den Nordiska Bobath instruktörsgruppen för årets IBITA kongress, som 2023 gick av stapeln på Marstrand under en lång helg i augusti. För mig som instruktörskandidat var det första gången jag deltog på en IBITA kongress och nu också som arrangör. Tur att det fanns flera erfarna instruktörer att luta sig mot i den nordiska gruppen samt fantastiskt stöd från de andra två instruktörskandidaterna från Finland.

Jag anlände två dagar innan kongressen för att kunna vara behjälplig med förberedelserna. Det var trevligt att få träffa den nordiska gruppen personligen och slippa webbaserad kontakt, för en helg i alla fall.

Dagen **D** kom och kongressregistreringen startade av alla 96 anmälda IBITA medlemmar från jordens alla hörn. Fantastiskt att se alla "kollegor" och uppleva den förväntan som ligger i luften när många inte kunnat träffas på flera år pga pandemin och nu fick träffas på "riktigt" igen. Alltid kul att träffa de man haft kontakt med på olika vis via sociala medier och få en personlig kontakt. Även flera kända ansikten av kursdeltagare och instruktörer från "advanced" kurserna som tidigare hållits på Marstrand dök upp.

Registreringen flöt på bra och snart skulle färjan gå från fastlandet till Marstrandsön för välkomstfesten. När vi steg av färjan möttes vi av soldater som skulle leda oss upp till Carlstens fästning med pompa och ståt.



På fästningen fick vi en historialektion om fästningen som avslutades med både gevärsavfyrning och kanoner. Kvällen fortsatte med presentation av alla deltagare genom att varje land fick sin nationalblomma (på papper). Visste ni att Sveriges nationalblomma är blåklockan? Det var nytt för mig i alla fall. Det blev en sen kväll efter plockmat, dryck och många samtal och det kändes skönt att första dagen blev lyckad och att kongressen var i gång.

Dag två startades med morgonmöte med de instruktörs kandidater som var på plats. En härlig blandning av människor med olika erfarenheter och från olika länder. Sammanställande till mötet var kandidaternas sekreterare Norma Lopez från Tahiti som är den person som ska stötta oss kandidater i processen att bli grundkursinstruktörer.

Dagen fortsatte genom utbildningskommittén och en introduktion till varför vi gör det vi gör, länkat till teorin inom Bobath konceptet och vad vi under dagen skulle försöka diskutera och förbättra i kursinnehållet i fem olika workshops. Deltagarna delades upp i grupper som roterade under dagen till olika diskussionsforum.

Ett annat inslag under dagen var utställningen av de sponsorer som vi i den nordiska gruppen kontaktat. De sponsorer som var på plats var Embreis- Turbomed extern, Fysioline- ALFESS, Swereco- Push orto Ankle Brace aequi, Ottobock- Mollisuit, Ainone balance- Assessment suit, Life Science Robotics Aps- Robert robot samt Annika Gaardsdal #_katastroke_ på Instagram, som var där och sålde sina produkter. Vi tackar alla sponsorer som var på plats för att de kom samt de sponsorer som bidrog på ett eller annat sätt, för deras bidrag till kongressen. Gå gärna in och bekanta er med deras produkter på företagets hemsidor/konton.

Dag tre var vikt till IBITA Annual General Meeting (AGM) där såklart flera paragrafer diskuterades och flera beslut togs. Vi instruktörs kandidater fick det stora ansvaret att räkna röster och denna uppgift tog vi på största allvar, men det var inte så farligt som vi kanske trodde från början. Efter ett långt årsmöte tog Italien och Japan och presenterade sig minst sagt, då Verona står på tur nästa år som kongressarrangör och Tokyo efter det. Det blev fartyllada presentationer med mycket skratt som gjorde oss redo för dagens höjdpunkt: Gala Middagen. Vi tog en äldre modell av färja, kallad "spårvagnen" ut till en häftig festlokal med namnet "Saltsilleriet", det blev några vändor och öppnande av bubbelflaskor för att få alla deltagare på plats till middagen. På galamiddagen bjöds vi först på skönsång av Cecilia Löfgrens syster sing-songwriter Frida Andersson. Sedan dök ABBA upp på ett oväntat besök och förgyllde kvällen och på menyn stod det inget mindre än skaldjursplåtå. Fint ska det vara!



Frida Andersson



ABBA har gjort entré och succé



Skaldjursplåtå

Även denna kväll blev sen och med trötta ben efter allt dansande promenerade jag tillsammans med Cecilia Löfgren och Peter Vögele hem som sista "paret/personerna" ut till havshotellet.

Dag fyra var "vår" dag som nationen eller nationerna som anordnar kongressen planerar och ansvarar för. Detta var första gången som IBITA erbjudit ett live webinarium under en kongress och det var lite extra nervöst för oss som arrangörer både innan, under och efteråt så att allt skulle fungera. Som tur var hade vi professionell hjälp av företaget **Ljud med mera**, som skötte allt på ett proffsigt sätt. Dagen fick fina recensioner från deltagarna på plats och från webben.



Från vänster: Line Syre Sverige, Cecilia Löfgren Finland, Anna-Liisa Suhonen Olsson Sverige, Petra Hultén Sverige, Sanna Hosio Finland, Karen Hastrup Arentsen Danmark, Kriistina Kankare Finland, Kirsi Synevirta Finland och Peter Vögele Danmark. Saknades på kongressen och på bilden: Helge Aronsen Haestad Norge och Heidi Zachariasen Danmark.

Webinariet startade med en föreläsning av Miguel Benito Garcia PT, MSc, IBITA Advanced Course Instructor från Spanien om "Integration of postural control and locomotion - Neurophysiological perspective within the Bobath concept". Föreläsningens mål var att ge ett teoretiskt och praktiskt bidrag till neurofysiologin och dess kopplingar till rörelseförmåga. Efter Miguel tog Julie Vaughan-Graham PT, PhD, IBITA Advanced Course Instructor från Kanada över och gav en presentation om "The Bobath concept and Body Weight Support Treadmill (BWST)". Föreläsningen belyste en överblick av evidensen som finns och diskussion kring dess begränsningar, integrering av nyckel aspekter av Bobath clinical practice tillämpat till BWST och den teoretiska kunskapen kring ämnet kopplat till postural kontroll och rörelseförmåga.

Dessa föreläsningar kommer jag inte gå in på mer i detalj då förhoppningsvis många redan såg dom live via webben eller kommer att se dom då de finns tillgängliga via Julies plattform <https://ineurorehab.com> (iNR) eller på Instagram att köpa och titta på i efterhand. Väl värda den kostnaden, om ni frågar mig 😊.

Jag kommer nu istället att kort presentera den workshop jag deltog i " facilitation of backward step for propulsion for forward step" där jag också fick agera "patient". Som ni alla vet är det alltid lite skräckblandad förtjusning att få denna uppgift. Man ser sig själv som fullt fungerande i sin motorik, men när man blir granskad så känns det som att det är ett under att man ens kan stå upp, ja ni vet vad jag menar...

Catherine "Cath" Eustace från Kanada höll i workshopen assisterad av Ana Isabel Almeida från Portugal. En kort introduktion inleddes med varför just denna facilitering är viktig, underbyggd av neurofysiologi, funktion och vad det finns för utmaningar man som terapeut kan stöta på.

Så vad händer när vi ska ta ett steg baklänges? Något vi gör ofta utan att tänka på det när vi till exempel vänder oss om, öppnar kylan, drar ut en låda eller rör oss i trånga utrymmen. För att facilitera ett steg bakåt från foten behöver tyngdpunkten (centre of mass, COM) ändras och hamna över ståbenet. Vi behöver bibehålla postural orientering (vertikalt) på ett ben medan vi tar steget bakåt med det andra. För att ta ett steg behövs samspel mellan våra nedre extremiteter, en stabil bål och en centrerad huvudposition. Efter Miguels föreläsning vet vi nu att innan vi ska ta ett steg, för vi tryckriktningen (centre of pressure, COP) posteriort och lateralt mot det ben vi ska svinga. Detta som en förberedelse (Early Postural Adjustment) EPA innan (COP) förskjuts över mot ståbenet (Farinelli et al. 2021).

Hos populationen med neurologiska sjukdomar/skador har vi som mål att patienten ska kunna ta första steget med det icke afficerade benet, vilket vi vet att våra patienter sällan gör spontant. Att facilitera extension av det mest afficerade benet, längd av korta strukturer som m.iliopsoas, m. soleus och aktivera distala och proximala hamstring kräver oftast en stabil utgångsposition för att göra detta möjligt för våra patienter.

Cathy betonade flera gånger vikten av längd i strukturer **före** styrketräning och vikten av facilitera rotation runt rörelseaxeln.



Bild 1. Stabilt utgångsläge genom aktivering av m. triceps till händer i kontakt. Linjering av fot, knä, höft och bäcken låst med bälte för att minska graderna av rörelsefrihet för att kunna vara mer selektiv. Här facilitering genom thorakal extension.

Bild 2. Förlängning av strukturer och aktivering av posterior bäckentippning genom aktivering av abdominal muskulatur, förlängning lumbalt och aktivering av proximala hamstring.





Bild 3. Längd och styrketräning med höft/knä stabilt och i linje med häls. Förlängning av m. soleus där målet är att hälen kommer ner först innan full extension av knät sker. Positionen möjliggör också facilitering av ankelstrategi. Aktivering för en "aktiv fot" som möjliggör fotavveckling och anpassning till olika underlag/miljöer "rocker foot". Här genom facilitering av häls mot underlag med boll som motstånd/referens.

Bild 4. Rotation runt rörelseaxeln, eftersträva neutral rotation av mellanfoten genom längd i plantar/dorsalflexion som en del av aktiveringen i "rocker foot".



Denna facilitering kan användas för att träna extension mot gravitationen i stående som ovan men också som en bra utgångsposition för att jobba med stelhet, rotationer, svag intrinsisk muskulatur eller nedsjunkna metatarsalben och tvärgåendevalv i foten. Positivt med denna behandlingsposition är att patienten sensoriskt får följa faciliteringen utan visuell feedback. Dock är det just av den anledningen en svår position för terapeuten att ha uppsikt vad som händer med patienten, så kan man vara två personer under behandling kan det vara att rekommendera. Risken för blodtrycksfall i denna position kan också vara något att väga in, om patienten klarar av positionen eller inte och under hur lång tid.

Jag hoppas detta är något ni vill prova i praktiken tillsammans med era kollegor och patienter.

Vi i Föreningen Bobath Konceptet i Sverige (FBKS) vill ta tillfället i akt att informera Er om att det just nu finns möjligheter att gå FBKS **uppdateringskurs** under fem dagar i Borlänge, **grundkurs** på Marstrand samt att Line Syre håller en **"advanced"** kurs tillsammans med Miguel Benito Garcia under våren 2024, som du inte vill missa! Det finns också möjligheter att gå grundkurs eller "Advanced" kurser på andra ställen i Norden eller i världen, information om dessa kurser och mycket mer kan du hitta på [IBITA – International Bobath Instructors Training Association](https://www.ibita.org/).

Det verkar som det är svårt att få gå kurser just nu, men kom ihåg att FBKS även har ett stipendium att söka för er medlemmar, som kanske kan underlätta något!

Mer information om kurser, stipendium, referat och annat matnyttigt hittar ni på hemsidan: [Bobathkonceptet.se](https://www.bobathkonceptet.se) samt på vår FaceBook grupp: Bobathkonceptet i Sverige.

Tack för stipendiet!

/Petra Hultén

Referens:

Farinelli V, Bolzoni F, Marchese SM, Esposti R, Cavallari P. A Novel Viewpoint on the Anticipatory Postural Adjustments During Gait Initiation. *Front Hum Neurosci*. 2021 Oct 11;15:709780.