
Hva er det viktigste ved lungerehabiliteringskursene?

KORRESPONDANSER

PER VOLLSET

Som deltaker i et kurs i regi av Lungeavdelingen, Haukeland Sykehus, vil jeg legge frem egne synspunkter.

Ernst Omenaas nytter betimelig et nesten glemt ord – åndedrettet – i sin redaksjonelle artikkel i Tidsskriftet nr. 5/2000 (1). Nytt av fysisk trening er alle enige om. "Våre" fysioterapeuter forsøker på en strukturert måte å bygge opp kondisjon, balanse og rytme.

Etter å ha deltatt i snart et år mener jeg å ha oppnådd en positiv forandring når det gjelder balanse, rytme og koordinasjon. I hvor stor grad åndedrettet er bedret, er jeg mer i tvil om. Gode og dårlige dager veksler. Bør treningen av åndedrettet bli annerledes (og bedre)? Jeg er ikke ute med kritikk, da et treningsopplegg som dette sikkert vil bli justert etter som man får erfaring. Vi har lært pusteteknikk med god nytte, men åndedrettet (respirasjonen) er mye som før.

Kan andre metoder – teknikker – supplere og gi bedre resultat? Jeg tenker særlig på åndedrettsøvelser fra psykomotorisk fysioterapi. Andre metoder har jeg ikke kjennskap til.

Kan mitt innlegg føre til diskusjon omkring dette, er hensikten oppnådd.

LITTERATUR

1. Omenaas E. Håndtering av kronisk obstruktiv lungesykdom. Tidsskr Nor Lægeforen 2000; 120: 550.
-

Publisert: 30. april 2000. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.