

Fredag 8.november 2024

09.00	Åpning av IMHK24	
09.30	What can the rest learn from the best?	Alan McCall
10.15	What can the best learn from the rest?	Evert Verhagen
11.00	Pause	
11.30	Hvordan får vi barn til å bli aktive ungdommer og aktive voksne?	Marco Elsafadi
12.00	Politikerdebatt – trening på resept	Ledes av: Lars Erik Mørk
12.40-14.00	Lunsj	

Parallell 1		Parallell 2		Parallell 3	
Utøvere under 20 år med hofte-/lyskesmerter, -diagnostikk og håndtering		Manuelle teknikker i idretten – hvilken plass, nytte og hva vet vi opp mot evidens?		Hvordan få en fysisk aktiv befolkning? Ledet av Exercise is Medicine (EIM)	
14.00	FAIS og pubis apofycitt – hva og hvorfor? Thor Einar Andersen	14.00	Manuell-terapeutens vinkling Martin Hanstvedt	14.00	Velkommen og kort introduksjon Chair Dr Elin Kolle og Dr Aina Emaus
14.15	Hvilke radiologiske undersøkelser anbefales? Erik Vang	14.30	Kiropraktorens vinkling Jørgen Stein	14.05	Er trening en bedre medisin enn medikamentell behandling hos pasienter med hjerte/kar sykdom? Dr Kari Peersen
14.30	FAIS – hvem skal opereres og hvordan? Kristian Warholm	15.00	Osteopatens vinkling Martin Stav Engedahl	14.20	Er trening en bedre medisin enn kirurgi hos pasienter med artrose? Professor May Arna Risberg, NIH og OUS
14.45	Belastningsstyring på feltet – hva er trenerens rolle? Didrik Ravnan	15.30	Paneldebatt Manuelle teknikker – like synspunkt	14.35	Er trening en bedre medisin enn medikamentell behandling hos pasienter med angst, depresjon og alvorlige psykiske lidelser? Forsker, Eva Hilland, OsloMET
15.00	Håndtering og rehabilitering – beste praksis når forskning mangler Joar Harøy			14.50	Fra politikk til praksis: Hvordan røykeloven fra 2004 oppnådde varige atferdsendringer – et nevropsykologisk perspektiv på 'Hvorfor sluttet alle plutselig å røyke?' Professor, Kenneth Hugdahl, UiB
15.15	Paneldiskusjon (foredragsholdere og andre engasjerte i problematikken, inkl Tore André Flo)			15.05	Hvordan øke aktivitetsnivået i den eldre del av befolkningen? Evert Verhagen, Nederland
				15.25	Hvordan øke aktivitetsnivået hos de aller yngste? Marco Elsafadi, Bergen
				15.45	Diskusjon
16.00	Pause				

16.30 Frie Foredrag

Parallell 1		Parallell 2
16.30	HIT - Hodetraumer i Toppserien, v/Sara Christina Dahlèn	Kreative Kryssfelt: Hva idrettsutøvere og kunstnere kan lære av hverandre, v/Irem Eliassen
16.45	Økende insidens av klatrerelaterte skader i Bergen, v/Kaia Emilie Lehmann og Sunniva Aukan Stenersen	Skoleintervensjoner for vedvarende smerter hos ungdommer. En systematisk oversiktsartikkel, v/Henriette Jahre
17.00	Ability to activate high tone pelvic floor muscles and association between pelvic floor muscle resting activity and pelvic/genital pain and dyspareunia. A cross-sectional study of women with endometriosis, v/Rakel Gabrielsen	Livsstilsvaner og senere bruk av helsetjenester for muskelskjelettsmerter blant norske studenter, v/Kaja Smedbråten
17.15	Insidens og behandlingsstrategi av bakre laterale meniskrotskader og rampelesjoner og hos primære fremre korsbåndsrekonstruksjoner i Norge 2018-2023 v/Håvard Visnes	Kasuistikk Fra hode til fot – viktigheten av å se hele bildet, Magnus Håmsø, Manuellterapeut, MSc, Movon AS
17.30	Skade,- og sykdomsrisiko i norsk kvinnefotball på elitenivå. Hva er klubbenes perspektiver på risiko? v/Ingvild Kåshagen	Kasuistikk Close the gap – korsbånd kan gro av seg selv, men kan vi øke sjansene for det? Tord Morten Peltoperä Moen, manuellterapeut, MSc, Movon/Klinikk 24
17.45	Nerve- og karskader ved suprakondylære humerusfrakturer hos barn v/Andreas Lødrup	Kasuistikk Hoffas syndrom – en neglisjert diagnose Odd Arne Daljord, NIMI-emeritus, lege
19.00	Rookie samling	
20.00	Get together Kom på Get together i lagtrøyen til din lokalklubb eller favorittklubb; gjerne fotballtrøye, men både basket, ishockey, håndball mm er gøy	

Lørdag 9. november 2024

08.30 **Bergen City Marathon; en gave til folkehelsen eller byens fysioterapeuter?** Roger Gjelsvik
Knut Høibraaten
Er det sunt å løpe halvmaraton?
Bør man ha helseattest for å starte?

09.15 **Utøverpanel** – Fra OL og PL Paris 2024 TBA

10.00 Pause

Parallell 1

Parallell 2

Parallell 3

Ligamentskader i kneet – mer enn bare ACL

Trygg på trening

How can respiratory problems impact health and performance in sport?

10.45 **Fremre korsbånd, assosierte skader og konsekvenser for valg av behandling.** Eivind Inderhaug

10.45 **Flirting or hurting? Seksuell trakassering og overgrep i idretten; hva vet vi, hva ser vi?**

10.45 **What is hot and what is not when it comes to Asthma in elite athletes?**

11.00 **Medialsiden, skader og behandling,** Marc J. Strauss

Trygg på trening – trakassering og overgrep blant unge eliteutøvere og breddeutøvere. Dialog og samhandling som verktøy når tematikken virker uangripelig og uforståelig.

11.00 **Longstanding sequela from elite wintersport – what do we know?** Julie Stang

11.10 **Lateralsiden, skader og behandling,** Asle B. Kjellsen

11.15 **Thinking outside the box – how to help athlete with breathing problems?** Hege Clemm

11.20 **Bakre korsbånd, assosierte skader og behandlingsvalg** Marc J. Strauss

11.30 **EILO – what is the best treatment options?** Praveen Muralitharan

11.30 **Rehabilitering av kneskader Mental og fysisk beredskap for retur til idrett,** Ingunn Fleten Mo

Trond Berge Høvik, Nina Sølvsberg og Maria Karin Dalsbø

11.45 **Breathing techniques everyone can do everywhere** Petrine Solli

11.45 **Paneldiskusjon**

11.30 **Diskusjon**

12.15 Lunsj

Parallell 1

Parallell 2

Parallell 3

Når patella sporer av

Preventing and treatment of REDs

Proteserisiko hos idrettsutøvere og idrett hos protese pasienter

13.30 **Hvor plaget er pasienter med ustabil kneskjell?**
Trine Hysing-Dahl

13.30 **Primærforebygging av REDs: Hva er REDs og hvilke risikofaktorer bør vi kjenne til?**
Jorunn Sundgot
Borgen

13.30 **Ein protese pasient si historie.** Tore Andre Flo

13.45 **Anatomi og årsakssammenhenger, et radiologisk og kirurgisk perspektiv.**
Per Arne S. Waaler

13.45 **Strategier for primær forebygging (The Young Athlete Body Project + IOC Guidelines for Body Comp Management)**
T. Mathisen

13.45 **Risiko for total hip protese hos elite utøvere.** Daniel Nilsen

13.55 **Førstegangs patellaluksasjon, hva er anbefalte retningslinjer. Presentasjon av ESSKA konsensus,** Lars Blønd

14.00 **Sekundær forebygging av REDs: Identifisering og håndtering av REDs symptomer. Hvordan skal vi oppdage og håndtere caser?**
MK Torstveit

14.05 **Korleis kan ein forebygge protesebehov hos toppidrettsutøvarar?**
Myklebust

14.05 **Konservativ behandling av ustabile kneskjell, hvem kan slippe inngrep og hvordan?**
Renate Mundal

14.20 **Tertiær forebygging av REDs: Behandling av REDs. Hvordan øke energitilgjengeligheten?**
Marcus Småvik Dasa

14.20 **Protese vurdering hjå den unge og aktive, og aktivitet etter protese kirurgi.**
Gjertsen

14.20 **Patellastabiliserende kirurgi i Norge, oppstart av register**
Eivind Inderhaug, leder av korsbåndsregisteret

14.50 **Protesepasienten fortsettelse** Tore Andre Flo

14.30 **“Utenfor”. ved Parautøver Alexandra Bendiksen Larsen**
Pasienthistorie og paneldiskusjon

14.40 **Panel diskusjon**

14.55 **Diskusjon**

15.00 Pause

15.30 **De beste frie foredrag – med pris-kåring**

19.30 **Bankett**

15.30

De beste frie foredrag

15.30 **Forekomst av anstrengelsesutløst laryngeal obstruksjon (EILO) blant norske toppidrettsutøvere og mulig sammenheng med bronkial hyperreaktivitet (BHR) v/Sanne Nordøy**

15.45 **Effekt av 5-årig utholdenhetstrening på objektiv fysisk aktivitet og stillesittende tid hos eldre – Generasjon 100 studien v/Aleksander Solberg**

16.00 **Bruk av astmamedisin blant idrettsutøvere i perioden 2015-2019 basert på dopingkontrollskjemaer v/Aurora Kojen**

16.15 **Skader i fullkontakt kickboksing, v/Andreas Lødrup**

16.30 **Vil trening av de rette magemusklene i svangerskapet føre til økt diastasis recti abdominis? v/Nina Theodorsen**

16.45 **Fysisk aktivitet har en betydelig effekt på norsk sykdomsbyrde – nye estimat fra Helsedirektoratet v/Olov Belander**

19.30

Bankett

Søndag 10.november 2024

09.00	What can the rest learn from the best?	Kristian Blumenfelt og Olav Alexander Bu
10.00	Trender i idretten – fra hornsalt til kokain	Antidoping Norge
10.30	Pro-Con symposium; - Operativ eller konservativ behandling av førstegangs skulderluksasjon hos unge idrettsutøvere? Jesper Blomquist og Jens Ivar Brox argumenterer for sine standpunkt. Publikum stemmer fram en debattvinner. - Akutt ankelskade. Rask retur, rett i MR eller rett på operasjonsbordet? Thor Einar Andersen og Mette Andersen havner i kryssilden og <u>samler poeng fra publikum.</u>	
12.00	Lunsj	
13.00	Kasuistikker	
13.00	CRPS – kva er det og kva gjer det? Arild Solheim, Fysioterapeut og prestasjonsfremjar, Bergen Idrettsklinikk	
13.15	Plantarfascitt eller cervical myelopati? Tomas Sundelin, Telemarksklinikken	
13.30	SLAP – konservativ eller operativ? Arild Solheim, Fysioterapeut og prestasjonsfremjar, Bergen Idrettsklinikk	
13.45	Prisforedrag	
14.05	Avslutning	