

Testtilbud hos Hjelp24 NIMI Ullevaal for pasienter med kneskader:

## ISOKINETISK STYRKETEST UTVIDET FUNKSJONSTEST AV KNE

Forskningsavdelingen ved Hjelp24 NIMI har i flere år hatt fokus på funksjonstesting etter kneskader og eventuell kirurgi. Testing av knefunksjon er avgjørende for å tilpasse rehabiliteringsprogrammet til den enkelte pasient, og vil for de fleste pasienter ha en betydelig motivasjonseffekt. I tillegg er testresultater en viktig del av vurderingen av om/når pasientene kan returnere til ulike typer idrett og aktivitet.

Ved Hjelp24 NIMI Ullevaal utvider vi nå vårt tilbud om testing av pasienter med kneskader, og tilbyr to testvarianter:

### 1 ISOKINETISK STYRKETEST, KR 640.-

Denne testen inkluderer

- Evaluering av muskelstyrke i quadriceps og hamstrings, samt H/Q ratio
- Evaluering av muskulær rekruttering og eventuell inhibisjonsproblematikk
- Råd og veiledning ift. videre rehabilitering og trening
- Epikrise og rapport til eksterne parter



### 2 UTVIDET FUNKSJONSTEST AV KNE, KR 800.-

Denne testen inkluderer det samme som den isokinetiske styrketesten, og i tillegg

- Fire funksjonelle hinketester
- Spørreskjema for egevaluering av knefunksjon i forhold til livskvalitet og deltagelse i sport og fritidsaktiviteter



Testene utføres og fortolkes av fysioterapeuter involvert i kneforskningsprosjektene på Hjelp24 NIMI. Oppfølging og utarbeidelse av tilpasset treningsprogram kan avtales etter testen hvis ønskelig!

**FOR AVTALE OM TEST, TA KONTAKT MED:** Fysioterapeut/PHD Ingrid Eitzen: [ingrid.eitzen@hjelp24.no](mailto:ingrid.eitzen@hjelp24.no), mobil 90 70 99 65 eller spesialist i idrettsfysioterapi, MSc Håvard Moksnes: [havard.moksnes@hjelp24.no](mailto:havard.moksnes@hjelp24.no)