

Hvað er sjúkráþjálfun

Sjúkráþjálfarar veita þjónustu sem miðar að því að bæta, viðhalda og endurhæfa hreyfigetu og virkni fólks. Þeir aðstoða fólk á öllum lífsskeiðum þegar sótt er að hreyfigetu og virkni vegna öldrunar, slysa, sjúkdóma, kvilla, ástands eða umhverfislegra þátta.

Sjúkráþjálfarar stuðla að auknum lífsgæðum fólks með því að huga að líkamlegri, huglægrri, tilfinningalegri og félagslegri vellíðan. Þeir starfa innan heilbrigðisgeirans við heilsueflingu, forvarnir, meðferð, þjálfun, hæfingu og endurhæfingu.

Sjúkráþjálfarar eru þjálfaðir í og skyldaðir til að:

- framkvæma heildstæða skoðun /mat á skjólstæðingi sínum eða þörfum skjólstæðingahóps síns
- meta niðurstöður skoðunar til að greiningar vanda skjólstæðinga sinna.
- ákvarða greiningu, horfur og áætlun
- veita ráðgjöf sem hæfir sérsviði viðkomandi og ákvarða hvort/hvenær það sé skjólstæðing fyrir bestu að leita til annarra heilbrigðisstarfsmanna.
- útfæra sjúkráþjálfunarmeðferð
- meta árangur meðferðar
- leiðbeina um aðferðir til sjálfshjálpar

Þekking sjúkráþjálfara á mannlíkamanum og hreyfifærni hans er lykilatriði til greiningar og ákvörðunar varðandi meðferð og þjálfun skjólstæðinga. Sjúkráþjálfunin tekur þá mið af því hvort verið er að leita til sjúkráþjálfarans vegna heilsueflingar, forvarna, meðhöndlunar, þjálfunar, hæfingar eða endurhæfingar.

Starfssvið sjúkráþjálfara einskorðast ekki við meðhöndlun skjólstæðinga, heldur er sjúkráþjálfara einnig að finna í:

- stefnumótun í heilbrigðiskerfinu
- hagsmunagæslu fyrir skjólstæðinga
- ráðgjöf og leiðbeiningu til annarra (heilbrigðisstétta)
- handleiðslu
- stjórnun
- kennslu
- rannsóknnum
- þróun og innleiðingu heilbrigðisáætlana, staðbundið, landsbundið og á alþjóðlegum grunni.

Sjúkráþjálfarar eru ýmist sjálfstætt starfandi eða hluti af teymi fleiri heilbrigðisstétta og eru bundnir siðareglum heimssambands sjúkráþjálfara (WCPT). Leita má til sjúkráþjálfara án tilvísunar frá lækni.