



Om grundkurset

Uddybende **gennemgang** af kursusindholdet findes på de *næste sider*.

Praktiske informationer

Dato: 10.-11. oktober 2025

Tid: 9.00-17.00 begge dage (*inkl. pauser*)

Sted: Bernhard Bangs Allé 23, 2000 Frederiksberg

Mad og drikke: Frokost, snacks, kage og drikkevarer inkluderet i prisen

Pris: 4000 kroner (inkl. moms). Der gives 1000 kr. i rabat for *studerende*

Maksimalt deltagerantal: 15

Hvem kan deltage? Kurset er for alle sundhedsprofessionelle, også studerende. Særlig relevant er kurset for læger, fysioterapeuter, kiropraktorer og sygeplejersker.

Underviser: Du bliver undervist af den evidensbaseret fysioterapeut Morten Carl, stifter af Hjernerystelsesfyssen. Læs mere [om Morten her](#).

Yderligere spørgsmål? Har du spørgsmål til materialet eller andet, er du velkommen til at kontakte os på '52393787', eller på mail: info@hjernerystelsesfyssen.dk

Tilmelding og betaling: Du tilmelder dig kurset ved at sende en mail til info@hjernerystelsesfyssen.dk, hvor du udtrykker din interesse. Herefter vil du modtage en faktura. Når fakturaen er betalt, er du tilmeldt kurset. Tilmelding er *bindende* efter 14 dage fra betalingen er modtaget.



Generel genoptræning efter hjernerystelse

Gradvis eksponering, energiforvaltning, gradueret pulstræning og dysautonomi

OM GRUNDKURSET

70 % teori, 30 % praksis. På dette 8-timers grundkursus (ekskl. pause) tilegner du dig den grundlæggende viden i arbejdet med hjernerystelsesramte. Der vil være quizzer og gruppecases undervejs.

Kurset starter med en skarp gennemgang af *epidemiologien* (antal ramte årligt, kønsforskelle, risikofaktorer etc.),^{1,2,3,4} samt beskrivelse af *definitionen* på hjernerystelse.⁵ Herefter vil patofysiologien blive præsenteret med fokus på den *neurometaboliske kaskade*.^{6,7} Viden om de patofysiologiske processer giver en fordel i diagnosticeringen af hjernerystelse, da det kan forklare symptombilledet i de enkelte faser, og derved facilitere til en hurtigere og mere effektiv diagnosticeringsproces. Der undervises i ACRMs diagnosekriterier fra 2023.⁸

Efter gennemgang af diagnosekriterierne vil en kort udredning af de vigtigste tests inden for 5 *subtyper* (det kognitive, synsforstyrrelser, det autonome nervesystem, det vestibulære og det auditive) beskrives og øves i grupper.^{9,10}

Resten af kurset vil fokusere på genoptræningen og behandlingen af den postcommotionelle tilstand. Der vil være særligt fokus på gradvis eksponering, energiforvaltning og gradueret pulstræning (inkl. dysautonomi).^{11,12,13}

Kurset slutter af med én **fysisk opvisningsklient**, spørgsmål, evaluering, og udlevering af kursusbeviser.

Efterfølgende vil du få tilsendt slides, forskellige cuecards og et par relevante dokumenter.

Bemærk: Kursusmaterialerne er udelukkende til brug for kursusedtagere. Materialet er beskyttet efter lov om ophavsret (Ophavsretsloven, LBK nr. 1144 af 23/10/2014 med senere ændringer). Det må ikke kopieres, deles eller distribueres til andre, hverken helt eller delvist, uden forudgående skriftlig tilladelse fra ophavsmanden, jf. § 2 og § 11 i ophavsretsloven. Overtrædelse kan medføre civilretlige og/eller strafferetlige konsekvenser, jf. kapitel 7 i loven



Primære kilder

- ¹ Iverson GL, Gardner AJ, Terry DP, Ponsford JL, Sills AK, Broshek DK, Solomon GS. Predictors of clinical recovery from concussion: a systematic review. *Br J Sports Med*. 2017 Jun;51(12):941-948. doi: 10.1136/bjsports-2017-097729. PMID: 28566342; PMCID: PMC5466929.
- ² McIntosh SJ, Vergeer MH, Galarneau JM, Eliason PH, Debert CT. Factors Associated With Persisting Symptoms After Concussion in Adults With Mild TBI: A Systematic Review and Meta-Analysis. *JAMA Netw Open*. 2025 Jun 2;8(6):e2516619. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2025.16619. PMID: 40531530; PMCID: PMC12177663.
- ³ Langer L, Levy C, Bayley M. Increasing Incidence of Concussion: True Epidemic or Better Recognition? *J Head Trauma Rehabil*. 2020 Jan/Feb;35(1):E60-E66. doi: 10.1097/HTR.0000000000000503. PMID: 31246881.
- ⁴ Daugherty, Jill PhD; Peterson, Alexis PhD; Black, Lindsey MPH; Waltzman, Dana PhD. Summary of the Centers for Disease Control and Prevention's Self-reported Traumatic Brain Injury Survey Efforts. *Journal of Head Trauma Rehabilitation* 40(1):p E1-E12, January/February 2025. | DOI: 10.1097/HTR.0000000000000975
- ⁵ Patricios JS, Schneider KJ, Dvorak J, Ahmed OH, Blauwet C, Cantu RC, Davis GA, Echemendia RJ, Makdissi M, McNamee M, Broglio S, Emery CA, Feddermann-Demont N, Fuller GW, Giza CC, Guskiewicz KM, Hainline B, Iverson GL, Kutcher JS, Leddy JJ, Maddocks D, Manley G, McCrea M, Purcell LK, Putukian M, Sato H, Tuominen MP, Turner M, Yeates KO, Herring SA, Meeuwisse W. Consensus statement on concussion in sport: the 6th International Conference on Concussion in Sport-Amsterdam, October 2022. *Br J Sports Med*. 2023 Jun;57(11):695-711. doi: 10.1136/bjsports-2023-106898. PMID: 37316210.
- ⁶ Giza CC, Hovda DA. The new neurometabolic cascade of concussion. *Neurosurgery*. 2014 Oct;75 Suppl 4(0 4):S24-33. doi: 10.1227/NEU.0000000000000505. PMID: 25232881; PMCID: PMC4479139.
- ⁷ Romeu-Mejia R, Giza CC, Goldman JT. Concussion Pathophysiology and Injury Biomechanics. *Curr Rev Musculoskelet Med*. 2019 Jun;12(2):105-116. doi: 10.1007/s12178-019-09536-8. PMID: 30820754; PMCID: PMC6542913.
- ⁸ Silverberg ND et al. The American Congress of Rehabilitation Medicine Diagnostic Criteria for Mild Traumatic Brain Injury. *Arch Phys Med Rehabil*. 2023 Aug;104(8):1343-1355. doi: 10.1016/j.apmr.2023.03.036. Epub 2023 May 19. PMID: 37211140.



- ⁹ Echemendia RJ, Brett BL, Broglio S, Davis GA, Giza CC, Guskiewicz KM, Harmon KG, Herring S, Howell DR, Master C, McCrea M, Naidu D, Patricios JS, Putukian M, Walton SR, Schneider KJ, Burma JS, Bruce JM. Sport concussion assessment tool™ - 6 (SCAT6). Br J Sports Med. 2023 Jun;57(11):622-631. doi: 10.1136/bjsports-2023-107036. PMID: 37316203.
- ¹⁰ Patricios JS, Davis GA, Ahmed OH, Blauwet C, Schneider GM, Purcell LK, Echemendia RJ, Fremont P, Fuller GW, Herring SA, Harmon KG, Loosemore M, Makdissi M, O'Halloran P, Putukian M, Turner M, Webborn N, Yeates KO, van Ierssel J, Schneider KJ. Introducing the Sport Concussion Office Assessment Tool 6 (SCOAT6). Br J Sports Med. 2023 Jun;57(11):648-650. doi: 10.1136/bjsports-2023-106860. Erratum in: Br J Sports Med. 2023 Nov;57(21):e4. doi: 10.1136/bjsports-2023-106860corr1. PMID: 37316211.
- ¹¹ Leddy JJ, Haider MN, Ellis M, Willer BS. Exercise is Medicine for Concussion. Curr Sports Med Rep. 2018 Aug;17(8):262-270. doi: 10.1249/JSR.0000000000000505. PMID: 30095546; PMCID: PMC6089233.
- ¹² Broglio SP, Collins MW, Williams RM, Mucha A, Kontos AP. Current and emerging rehabilitation for concussion: a review of the evidence. Clin Sports Med. 2015 Apr;34(2):213-31. doi: 10.1016/j.csm.2014.12.005. Epub 2015 Jan 24. PMID: 25818710; PMCID: PMC4387881.
- ¹³ Pertab JL, Merkley TL, Cramond AJ, Cramond K, Paxton H, Wu T. Concussion and the autonomic nervous system: An introduction to the field and the results of a systematic review. NeuroRehabilitation. 2018;42(4):397-427. doi: 10.3233/NRE-172298. PMID: 29660949; PMCID: PMC6027940.

Kontaktoplysninger

CVR: 43179306

Mail: info@hjernerystelsesfyssen.dk

Tlf.: 52 39 37 87

Hjemmeside: www.hjernerystelsesfyssen.dk

Instagram: @hjernerystelsesfyssen

1. udgave: 16-07-2025 – udarbejdet af Hjernerystelsesfyssen