

Bassängbehandling- Fysioterapeutiska/sjukgymnastiska riktlinjer

Indikationer för utredning

- Patient som har medicinska behov av behandling/träning i vatten.
- Patient som med hjälp av vattnets egenskaper kan komma igång snabbare med sin rehabilitering.

Funktionsnedsättning som kan indikera behov av bassängträning är nedsatt rörlighet, styrka, balans, koordination, kondition eller smärta till följd av sjukdom, skada eller störd reglering i neuromuskuloskelettala systemet eller cirkulations/respirationssystemet. Exempelvis; inflammatoriska och icke inflammatoriska reumatiska sjukdomar, neurologiska sjukdomar, långvarig smärta, posttraumatiska eller postoperativa tillstånd, hjärt-/kärlsjukdomar, KOL samt andra tillstånd med funktionsnedsättning enligt ovan.

Utredning

Funktionsbedömning skall vara gjord av fysioterapeut/sjukgymnast som därefter ordinerar bassängträning anpassad efter patientens förmåga.

Bassängremissen finns under blanketter i Cosmic alternativt på intranätet under fliken Folkhälsa och sjukvård/Vårdstöd/ Rehabilitering/Program och riktlinjer/Bassängbehandling/Bassängbehandling allmänt/Bassängbehandling - Bassängblankett

Remissen ska vara fullständigt ifylld.

Cosmic lathund för internremittering inom rehabiliteringscentrum samt externremittering finns på rehabiliteringscentrums APY (som är öppen för anställda i Region Jönköpings län):

Arbetsplatsytor/Rehabiliteringscentrum/Cosmic/Bassäng/Intern internremiss

Indikationer för behandlingsåtgärder

Bassängträning är en alternativ strategi för rehabilitering, särskilt lämpad för patienter som finner det svårt att träna på land.

Behandlingsåtgärder

- Behandlingsplan görs utifrån funktionsbedömningen. Länsgemensamma träningsprogram för flera funktionstillstånd finns på Regionen/Folkhälsa och sjukvård/Vårdstöd/Rehabilitering/Bassängbehandling.
- Träningen utförs självständigt i vattnet med stöttning av bassängpersonal från land. Vid behov av assistans i vattnet behöver patienten ha med sig en ledsagare.

- Samtliga behandlingstillfällen skall finnas dokumenterade. (KVÅ-kod XV001 Bassängträning, samt yrkeskod).
- Standardlängden på behandlingsperioden är 12 veckor, vissa avvikelser kan förekomma. Uteblivna veckor ersätts i regel inte. Ställningstagande till förlängning av behandlingsperioden kan tas av remitterande fysioterapeut/sjukgymnast utifrån patientens medicinska behov. Vid kö till bassängen görs prioritering utifrån kötid samt medicinskt behov.
- Uppföljning åligger remitterande (patientansvarig) fysioterapeut/sjukgymnast. Utvärdering görs som vid all sjukgymnastisk behandling.

Observera! Ordination ska gälla sjukvårdande behandling. Patient som har haft god effekt av bassängbehandling och som klarar träningen på egen hand bör rekommenderas egenvård utanför sjukvårdens regi. Förskrivning av Fysisk aktivitet på recept kan vara aktuellt.

Risker/kontraindikationer

- Patient med epilepsi, narkolepsi eller svår hjärtsjukdom bör vara läkarbedömd innan remiss skrivs.
- Patient med öppna sår får inte bassängträna på grund av infektionsrisken.
- Patienter med cancersjukdom som har en pågående cytostatikabehandling bör rådgöra med ansvarig läkare innan bassängträning påbörjas. Patienter som strålbehandlas bör avvakta med bassängträning 2-4 veckor efter avslutad behandling.
- Patient med inkontinens ska ha inkontinensbyxa. Patienten kontaktar distriktssköterska på den vårdcentral där patienten har övriga vårdkontakter. Distriktssköterskan ordinerar byxan och ger information till patienten.
- Patient med hepatit A (turistgulsot) får inte bassängträna under sjukdomstiden. För patient med hepatit B finns inga hinder för bassängträning, under förutsättning att patienten inte blöder.

Mätetal och målnivå

Väntetiden till bassängbehandling bör inte överstiga 14 dagar.

Uppföljning och utvärdering hos remitterande fysioterapeut/sjukgymnast.

Referenser

1. The Cochrane Library, October 2014. Aquatic exercise training for fibromyalgia Julia Bidonde , Angela J Busch , Sandra C Webber , Candice L Schachter , Adrienne Danyliw , Tom J Overend , Rachel S Richards and Tamara Rader.

2. The Cochrane Library, December 2013. Water-based exercise training for chronic obstructive pulmonary disease. Renae J McNamara , Zoe J McKeough , David K McKenzie and Jennifer A Alison.
3. The Cochrane Library, March 2016. Aquatic exercise for the treatment of knee and hip osteoarthritis. Else Marie Bartels , Carsten B Juhl , Robin Christensen , Kåre Birger Hagen , Bente Danneskiold-Samsøe , Hanne Dagfinrud and Hans Lund.
4. Nationella riktlinjer för rörelseorganens sjukdomar 2021. Reumatoid artrit, axial spondylartrit, psoriasisartrit, artros och osteoporos.
5. Musculoskeletal Care. 2012 Jul 16. The effectiveness of Hydrotherapy in the Management of Rheumatoid Arthritis: A Systematic Review Al-Qubaeissy KY, Fatoye FA, Goodwin PC, Yohannes AM.
6. The Cochrane Library, January 2009. Aquatic exercise for the treatment of knee and hip osteoarthritis. Else Marie Bartels , Hans Lund , Kåre Birger Hagen , Hanne Dagfinrud , Robin Christensen and Bente Danneskiold-Samsøe.
7. BMC Musculoskelet Disord. 2011 Jun 2;12:123. Systematic review and meta-analysis comparing land and aquatic exercise for people with hip or knee arthritis on function, mobility and other health outcomes. Betterham SI, Heywood S, Keating JL.
8. Clin Rehabil. 2009 Jan; 23(1):3-14. Therapeutic aquatic exercise in the treatment of low back pain: a systematic review. Waller B, Lambeck J, Dalu D.
9. PM R. 2010 Aug; 2(8):723-31;quiz 793. Effectiveness of aquatic exercise for obese patients with Knee osteoarthritis: a randomised controlled trial. LIM JY, Tchai E, Jang SN.
10. Best Practice & Research Clinical Rheumatology, Volume 26, Issue 3, June 2012, Pages 335-343 Aquatic exercise & balneotherapy in musculoskeletal conditions Review Article Arianne P. Verhagen, Jefferson R. Cardoso, Sita M.A. Bierma-Zeinstra
11. Ann Phys Rehabil Med. 2010 Feb;53(1):42-50. Post-polio syndrome and rehabilitation. Tiffreau V, Rapin A, Serafi R, Percebois-Macadré L, Supper C, Jolly D, Boyer FC.
12. Evid Based Complement Alternat Med. 2012;2012:473963 Hydrotherapy for the treatment of pain in people with multiple sclerosis: a randomised controlled trial. Castro-Sanchez AM, Mataran-Penarrocha GA, Lara-Palomo I, Saavedra-Hernandez M, Arroyo-Morales M, Moreno-Lorenzo C.
13. Mult Scler. 2012 Aug 30. Training in MS: influence of two different endurance training protocols (aquatic versus overland) on cytokine and

- neurotrophin concentrations during three week randomized controlled trial. Bansi J, Bloch W, Gamper U, Kesselring J.
14. Rheumatology (Oxford) 2009 Sep; 48(9):1155-9. doi: 10.1093/rheumatology/kep182. Epub 2009 Jul 16. Efficacy of hydrotherapy in fibromyalgia syndrome--a meta-analysis of randomized controlled clinical trials. Langhorst J, Musial F, Klose P, Häuser W.
 15. Exerc Immunol Rev. 2009;15:42-65.2009;15:42-65. Exercise in fibromyalgia and related inflammatory disorders: known effects and unknown chances. Ortega E, Garcia JJ, Bote ME, Martin-Corderao L, Escalante Y, Saaverda JM, Northoff H, Giraldo E.
 16. Arch Phys Med Rehabil. 2013 Jan; 94(1):138-48. Early aquatic physical therapy improves function and does not increase risk of wound-related adverse events for adults after orthopaedic surgery: a systematic review and meta-analysis. Villata EM, Peiris CL.
 17. Respir Med. 2012 Nov;106 (11):1535-43. doi: 10.1016/j.rmed.2012.06.022. Epub 2012 Jul 17. Effectiveness of low-intensity aquatic exercise on COPD: a randomized clinical trial. de Souto Araujo ZT, de Miranda Silva Nogueira PA, Cabral EE, de Paula Dos Santos L, da Silva IS, Ferrteira GM
 18. Respir Med. 2004 May; 98(5):428-38. High intensity physical group training in water-an effective training modality for patients with COPD. Wadell K, Sundelin G, Henriksson-Larsén K
 19. Evid Based Complement Alternat Med. 2012;2012:349209. Aquatic exercise is effective in improving exercise performance in patients with heart failure and type 2 diabetes mellitus. Cider Å, Schaufwelberger M, Stibrant Sunnerhagen K, Andersson B.
 20. Cider Å., Grüner Sveälv B. (2011). Fysisk träning vid kronisk hjärtsvikt. [Elektronisk]. Vårdalinstitutets Tematiska rum: Hjärtrummet. Tillgänglig: www.vardalinstitutet.net, Tematiska rum.
 21. SBU-upplysningen (2010). Vilken effekt har bassängträning jämfört med landbaserad träning för habilitering och rehabilitering? Detta svar har tagits fram av SBU:s kansli. Det har granskats av Anne Söderlund, professor i sjukgymnastik och av Gunnar Grimby, professor i rehabiliteringsmedicin, men inte av SBU:s råd eller nämnd.