



Fysioterapi ved FRDA

Kaja Giltvedt

Spesialfysioterapeut

Frambu kompetansesenter for sjeldne diagnoser



Hva er personens ønsker og mål



- Hvordan kan vi jobbe sammen for å motivere og støtte?



Oppdaterte retningslinjer



- Det ble publisert nye retningslinjer for klinisk oppfølging av sykdommen i 2022

Table 3 Recommendations and best practice statements for each topic

From: [Clinical management guidelines for Friedreich ataxia: best practice in rare diseases](#)

| | Strength* | Level of evidence* |
|--|-----------|--------------------|
| 3. Neurological components of Friedreich ataxia | | |
| 3.1 Upper limb dysfunction | | |
| <i>Best practice statement</i> | | |
| At a minimum, annual comprehensive assessment of upper limb function should be conducted by a multidisciplinary team to optimize independence and minimize the effects of primary and secondary symptoms of Friedreich ataxia [16] | | |
| <i>Recommendations</i> | | |
| We conditionally recommend intensive upper limb rehabilitation for individuals with Friedreich ataxia in a clinical setting | † | ⊕○○○ |
| We cannot recommend either the use or non-use of sensory specific training of the upper limbs for individuals with Friedreich ataxia in a clinical setting | – | ⊕○○○ |
| We conditionally recommend considering upper limb splinting/orthoses for individuals with Friedreich ataxia who experience spasticity, spasm or contracture | † | ⊕○○○ |
| We recommend <i>against</i> the use of pharmacological agents (baclofen and botulinum toxin) for <u>specific</u> management of upper limb function in individuals with Friedreich ataxia experiencing spasticity and spasm | ↓↓ | ⊕○○○ |
| We conditionally recommend considering electrical stimulation (but not tDCS or TMS) for management of upper limb function in individuals with Friedreich ataxia in a | † | ⊕○○○ |

Faglige vurderinger av retningslinjene



- Det er gjort en gradering av kvaliteten på dokumentasjonen og styrken på anbefalingene
- Kategoriene er: høy ⊕⊕⊕⊕, middels ⊕⊕⊕, lav ⊕⊕, svært lav ⊕ sikkerhet / beviskvalitet

Trening av overekstremitetene



For personer med gangfunksjon



- Følge med på behov for ganghjelpemiddel og gjøre individuelle vurderinger av behov
- Fallforebygging
- Helhetlig, lystbetont trening! Videospill?
- Minst tre ganger i uka

Utholdenhetstrening ⊕⊕⊕



- Hvordan?





Trening av underekstremitetene

- Anbefaler å trene benstyrke
- Bevegelse trening/ tøyninger
- Bløtdelsbehandling og mobilisering





Ortoser



- Ved endringer i ankel- og fot stilling bør en ortopediingeniør sammen med fysioterapeuten gjøre en vurdering av behov for tilpasninger
- Ved spastisitet kan det være behov for å vurdere botox

Fysioterapi og spastisitetbehandling



- Anbefaler fysioterapioppfølging:
Styrketrening, ståtrening, tøyninger, gjøres sammen med medisinsk behandling av spastisiteten

Anbefalinger for personer som forflytter seg med rullestol



- Trene forflytning til og fra rullestol
- Følge med på og trene bolstabilitet, kjerne-muskulatur
- Balansetrening i sittende stillinger
- Fortsette med trening av både over- og underekstremiteter.





Lungefunksjon

- Redusert lungefunksjon og infeksjoner
- Fysioterapioppfølging og veiledning



- [Friedreich's ataxia: Exercise and physiotherapy | Friedreich's Ataxia News \(friedreichsataxianews.com\)](#)
- [Segment 2: Treatment and symptom management of FA | Friedreich's Ataxia News \(friedreichsataxianews.com\)](#)