

# Træning af ældre medicinske patienter for at modvirke tab af muskelstyrke og funktionsevne under og efter indlæggelse

## Resumé

Lavt funktionsniveau og inaktivitet kendetegner ældre medicinske patienter under en akut indlæggelse. En akut hospitalsindlæggelse er en selvstændig risikofaktor for morbiditet og mortalitet hos ældre medicinske patienter og simple effektfulde behandlinger er ønskelige. Studiets overordnede formål er at modvirke inaktivitet samt tab af muskelstyrke og funktionsevne hos akut indlagte ældre medicinske patienter. Studiet er designet som et kontrolleret randomiseret studie og undersøger den kliniske værdi af simpel og intensiv styrketræning for de vægtbærende muskler i underekstremiteterne under indlæggelse og lige efter udskrivelse til eget hjem. Træningen omfatter superviseret styrketræning dagligt under indlæggelsen og fortsættelse af styrketræning efter udskrivelse til eget hjem tre gange om ugen i fire uger under supervision af fysioterapeut. Den simple tilgang til træning danner basis for høj compliance og dermed formodet effekt på patienternes funktions- og aktivitetsniveau. Effekt af træningen vil bl.a. blive målt via de Morton Mobility Index (DEMMI) og knæekstensionsstyrke ved indlæggelse, udskrivning, 4 uger efter udskrivelse og 6 måneder efter udskrivelse samt døgn-aktivitet målt via bevægelsessensorer.

Projektet er støttet af Tværspuljen med kr.500.000,-