

UDDANNELSES-CURRICULUM

Dansk selskab for hjerte og lungefysioterapi

Hovedkursus i Hjerterehabilitering - Teori og praksis

April 2026

Forord

Dansk selskab for hjerte- og lungefysioterapi (DHLF) er et fagligt selskab under Dansk Selskab for Fysioterapi (DSF). Selskabets formål er at kvalitetsudvikle, kvalitetssikre og evidensbasere fysioterapi til borgere og patienter med sygdom og funktionsudfordringer, der er forårsaget af eller medfører hjerte- og lungesygdom og relaterede lidelser.

Den primære arbejdsopgave for at sikre formålet, er at understøtte fysioterapeuters kompetenceudvikling gennem målrettede efteruddannelsesaktiviteter med fokus på generiske og specifikke kompetencer i relation til hjerte- og lungesygdom og dets relaterede lidelser. Herunder også i forhold til forebyggelse, undersøgelse eller behandling af patienter med lungesygdom. Dette curriculum indeholder en beskrivelse af kompetencer og læringsmål som bestyrelsen i DSHL vurderer er relevante for medlemmerne, i forhold til at kunne dokumentere kompetenceudvikling, målrettet klinisk arbejde og specialisering i fysioterapi til patienter indenfor Hjerte og lungefysioterapi som beskrevet af DHLF og DSF.

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi

Indhold

Curriculum for planlagt uddannelsesportefølje	4
Fagområdet	5
Indhold.....	5
Målsætning.....	6
Hjerterehabilitering – Teori, praksis	6
Omfang	6
Målgruppe	7
Formål.....	7
Grundlæggende indhold.....	7
Læringsmål	8
Viden	8
Færdigheder og Kompetencer	9
Pædagogiske metoder	10
Undervisere	10
Litteraturliste	12

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut , Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi

Dansk selskab for hjerte- og lungefysioterapi

Curriculum for planlagt uddannelsesportefølje

Dansk selskab for hjerte- og lungefysioterapi varetager uddannelse af fysioterapeuter indenfor hjerte-, lunge- samt intensivspecialet. Det overordnede formål er at uddanne fysioterapeuter indenfor fagområdet til højere niveau af viden, færdigheder og kompetencer med henblik på at varetage generiske og specialiserede arbejdsopgaver selvstændigt og i et tværprofessionelt samarbejde.

Curriculum beskriver selskabets overordnede planlagte uddannelsesprofil, struktur og ECTS-point fordeling. Desuden består curriculum af de fastlagte læringsmål, samt overordnede rammer og indhold i temaer og hovedoverskrifter, didaktiske overvejelser struktur.

Der aktuelt planlagt en kursusstruktur, der samlet rummer forskellige kurser med varierende ECTS-point.

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi

Fagområdet

Fagområdet er rettet mod hjerte-, lunge- og intensivområdet. Arbejdsfeltet indeholder relevante fysiologiske funktioner og systemer, anatomi, patologi og sygdomslære, som er relateret til forskellige lungesygdomme og respiratoriske problemstillinger på tværs af alder og køn.

Dette hjerte fagområde i fysioterapi omfatter især patientgrupperne 1) patienter med iskæmisk hjertesygdom 2) patienter med kronisk hjertesvigt 3) patienter med hjerteklapsygdomme 4) patienter med hjerterytmesygdomme

Konsekvensen af hjertesygdomme er akut, vedvarende og/eller progredierende i forhold til centrale organer og perifært muskelvæv. Patienterne med disse sygdomme har en række parallelle symptomer og behov af fysisk såvel som psykisk, social og eksistentiel karakter og evt. et palliativ behov.

Indhold

Indholdet er centreret omkring relevant teori og metode til anvendelse i klinisk praksis. Det konkrete indhold udgøres dermed af naturvidenskabeligt indhold og teori om f.eks. grundlæggende anatomi, fysiologi, patologi, biokemi og biofysik, samt en række metoder, tests og konkrete procedurer. Herudover inddrages teori om sundhedsadfærd, motivation og sundhedspsykologi med fokus på varig adfærdsændring og patientcentreret praksis. Desuden indeholder kurserne teori og metode målrettet det kliniske arbejde, inklusive kommunikation og klinisk ræsonnement, samt grundlæggende metode og forskningsresultater til at understøtte evidensbaseret praksis.

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi

Målsætning

Målet med det samlede udbud af kurser i Dansk selskab for hjerte- og lungefysioterapi er at understøtte fysioterapeuters mulighed for at arbejde sig mod et bredt kompetenceløft indenfor fagområdet, men parallelt hermed understøtte muligheden for specialisering i fysioterapi indenfor hjerte-, lunge- og intensivspecialerne. Den overordnede målsætning er derfor at kursister kan opnå en bred viden og kompetencer med udgangspunkt i principperne for evidensbaseret praksis kombineret med erfaring med håndtering af det kompleks af udfordringer, der følger med hjerte- og lungesygdom.

Kursus for:

Hjerterehabilitering – Teori, praksis

Omfang

Et 4-dages kursus med i alt 31 undervisningslektioner (7,5-8 timer pr. dag). Kurset er opdelt i 2 moduler. 1. modul er 3 dage med undervisning og praktisk gennemgang af cases og øvelser og 2. modul er 1 dags undervisning, opfølgning og gennemgang af hjemmeopgave. Hjemmeopgaven udarbejdes mellem de 2 perioder og skal indeholde refleksioner over det gennemgåede materiale på de første 3 kursusdage. Desuden vil der være en forventet samlet arbejdsbelastning på ca. 30 timer til forberedelse og hjemmeopgaven er berammet til en arbejdsbelastning på 10 timer. Den samlede arbejdsbelastning er dermed 72 timer, svarende til ca. 2,5 ECTS-point.

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi

Målgruppe

Kurset er primært målrettet mod fysioterapeuter, men også ergoterapeuter, sygeplejersker og andre sundhedsprofessionelle, der arbejder med undersøgelse, behandling og træning/rehabilitering af personer med hjertesygdom kan tilbydes deltagelse.

Formål

Undersøgelse, behandling og rehabilitering i teori og praksis har til formål at styrke fysioterapeuters viden og specifikke færdigheder målrettet personer med hjertesygdom. Kursets indhold er 75% teoretisk og 25% praktisk.

Teoretisk viden vil fokusere på indgående kendskab til personer med iskæmisk hjertesygdom, hjertesvigt, klap sygdomme og rytmesygdomme, herunder sygdomslære ift. hjertesygdom. Al teori og praktisk færdighedstræning præsenteres med udgangspunkt i den eksisterende evidens og erfaringsbaserede viden.

Kursets praktiske færdigheder målrettes imod at fysioterapeuten kan undersøge, tilrettelægge og levere den optimale og individuelt tilpassede træning eller de fysiske aktiviteter til personer med hjertesygdom både som indlagt og ved center og hjemmebaseret rehabilitering.

Træning i færdighederne inkluderer desuden cases og praktisk gennemgang test, red flags, og gennemgang af gold standard for test fysisk funktion og kondition.

Grundlæggende indhold

- Kliniske retningslinjer for hjerterehabilitering
- Relevant hjerte- og kar anatomi
- Diagnosespecifik pato- og træningsfysiologiske forandringer

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi

- Udvalgte patientcases indenfor hjerterehabilitering, samt tests af relevante patientkategorier og trænings planlægning inklusive pro- og regression ud fra kort- og langsigtede målsætninger.
- Sikkerhed i forbindelse med træning af patienter med hjertesygdom, samt kendskab til indikatorer for tegn på akut forværring, røde flag og relevante procedurer i forbindelse med dette
- Styrketræningsprincipper, samt systematisering af styrketræning, med og uden avanceret udstyr (maskiner/vægte)
- Kredsløbstræning og træningsplanlægning, med og uden avanceret udstyr (maskiner/vægte)
- Specifikke tests og relevante undersøgelsesmetoder til afdækning af patientens fysiologiske og funktionelle kapacitet, herunder arbejdstest med EKG og iltoptagelse
- Fællesskabende trænings- og motivationsteori, herunder grundlæggende relevante psykologiske teorier om træning til patienter med nedsat fysiologisk og funktionel kapacitet

Læringsmål

Nedenstående læringsmål og kompetence profil udgør tilsammen målsætninger og niveau der forventes af kursister efter gennemførelse af kurset. Læringsmålene er listet i ikke-prioriteret rækkefølge.

Viden

- Kan redegøre for aktuel træningsteori og grundlæggende evidensbaseret viden om træningsfysiologi i relation til hjertesygdomme
- Kan redegøre for grundlæggende hjerteanatomi og beskrive hjertelungefysiologien
- Kan forklare typiske fysiologiske og funktionelle udfordringer som følge af hjertesygdom

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi

- Kan redegøre for psykologiske reaktioner på hjertesygdomme og har kendskab til strategier for håndtering af disse i træningssituationen

Færdigheder og Kompetencer

- Kan anvende og kritisk forholde sig til gældende (lokale/nationale(internationale) kliniske retningslinjer og evidensbaseret praksis for træning og rehabilitering af personer med hjertesygdom
- Kan udvælge, udføre og tilpasse relevante metoder til anvendelse i undersøgelsen, behandlingen og effektmålingen hos personer med hjertesygdom under indlæggelse, kommunalt og i hjemmet
- Kan udvikle og tilpasse intervention til at opnå kortsigtede og langsigtede mål eller dele heraf, i forbindelse med indlæggelse og rehabilitering
- Kan indgå i et tværfagligt samarbejde om at udføre en test af kredsløbsfunktion, muskelfunktion og fysisk skrøbelighed og iværksætte relevant behandling
- Kan selvstændigt vurdere niveauet for hver træningsseance ud fra den enkelte persons tilstand
- Kan selvstændigt vurdere realistiske målsætninger på alle ICF-niveauer
- Kan indgå/bidrage i et tværprofessionelt samarbejde om personer med hjertesygdom i et rehabiliteringsforløb

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerter-Lunge Fysioterapi

Pædagogiske metoder

Kurset tilrettelægges med henblik på at kursisterne har tilegnet sig grundlæggende viden om relevant hjerteanatomi og hjertefysiologi, samt har orienteret sig i det udsendte materiale inden kursets opstart.

Kurset består af en række læringsaktiviteter

- Teoretiske oplæg og diskussionsfora
- Quiz/tests på den opnåede viden undervejs
- Workshop / 'Hands On' og øve på meddeltagere under supervision
- Hjemmeopgave med fremlæggelse og diskussion
- Case-arbejde med plenumdiskussion

Undervisere

Det bestræbes at underviserne

1. Har stor dokumenteret praksiserfaring med patientgruppen, med minimum 10 års praksiserfaring svarende til fuldtid med området
2. Er godkendt certificeret kliniker eller specialist under Dansk Selskab for Fysioterapis specialiseringsordning og/eller har tilegnet sig relevant master, kandidat eller ph.d.-grad

Bedømmelse af modulet

Forudsætning for godkendelse af kursus er, at den studerende har deltaget på 95% af kursets undervisningslektioner og får en godkendt sin rettidige afleverede og fremlagte fordybelses opgave.

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi

Fordybelsesopgave (Hjemmeopgaven)

Hjemmeopgaven består af en kort beskrivelse af, hvordan kursisten har arbejdet med sit Fokus og fagområde mellem kursets del 1 og 2. Opgaven skal være kort ($\frac{1}{2}$ -1 A4-side) og skal udformes ud fra skabelonen i kursusgruppen

Bedømmelse

På kursets del 2 skal alle kursister fremlægge opgaven for de andre i gruppen: Hvordan har jeg løst opgaven, (f.eks.: ”hvordan har jeg relateret test, træning og træningslære til mine patienter hjemme”). Fremlæggelsen vil foregå i de tre grupper, og der er 8-10 minutter til rådighed til hver deltager: et oplæg på et par minutter samt efterfølgende diskussion. Opgave og fremlæggelse godkendes af den tildelte tutor på kursus.

Evaluering

Kurset evalueres af deltageren dels som mundtlig tilkendegivelse i slutningen af kursusforløbet, dels gennem en elektronisk udfyldelse af en række evalueringsspørgsmål.

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi

Litteraturliste (obligatorisk pensum)

1. Dansk Cardiologisk Selskab. Hjerterehabilitering – faglig vejledning. Juni, 2025
2. Brown TM, Pack QR, Aberegg E, Brewer LC, Ford YR, Forman DE, et al. Core Components of Cardiac Rehabilitation Programs: 2024 Update: A Scientific Statement From the American Heart Association and the American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitation. *Circulation*. 150(18). 2024
3. Scherrenberg M, Falter M, Abreu A, Aktaa S, Busnatu S, Casado-Arroyo R, et al. Standards for cardiac telerehabilitation. *Eur Heart J*. (38):3714-37. 2025
4. Kim JH, Baggish AL, Levine BD, Ackerman MJ, Day SM, Dineen EH, et al. Correction to: Clinical Considerations for Competitive Sports Participation for Athletes With Cardiovascular Abnormalities: A Scientific Statement From the American Heart Association and American College of Cardiology. *Circulation*. (13), 2025.
5. Garber CE, Blissmer B, Deschenes MR, Franklin BA, Lamonte MJ, Lee IM, et al. American College of Sports Medicine position stand. Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults: guidance for prescribing exercise. *Med Sci Sports Exerc*. 43(7):1334-59, 2011
6. Sabbahi et al, Exercise training in cardiac rehabilitation Setting the right intensity. 2022
7. Marså K et al. At gøre eller at være? Integration af rehabilitering i palliation til mennesker med livstruende sygdom. *Omsorg*, (4), 67-71. 2024
8. National klinisk retningslinje for Hjerterehabilitering. Sundhedsstyrelsen 2015 og 2018.

Curriculum er udviklet af

Christian Have Dall, seniorforsker, fysioterapeut, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital

Henrik Hansen, Seniorforsker, Associate professor, PhD, Cand.scient.san, Fysioterapeut, Certificeret Specialist i Hjerte-Lunge Fysioterapi