

## 04 48 15 Arm-, bål- och benträningsredskap

---

### Hitta i dokumentet

[ISO-kodsdefinition](#)  
[Förskrivare](#)  
[Målgrupp](#)  
[Kriterier](#)  
[Mål med hjälpmedlet](#)

[Övrigt](#)  
[Råd i förskrivningsprocessen](#)  
[Uppdaterat från föregående version](#)

---

### ISO-kodsdefinition

Utrustning för träning av armars, bens och bålens rörelseförmåga, balans och muskelstyrka. Här ingår t.ex. ribbstolar, studs mattor, gymnastikmattor, balansbrädor, viktmanschetter och utrustning som underlättar konditions- och styrketräning.

---

Gäller även för Hallands kommuner och privata vårdgivare med vårdavtal.

### Förskrivare

Leg. fysioterapeut/sjukgymnast.

### Målgrupp

Person med funktionsnedsättning som är i behov av manuell arm- och/eller bentränare där annan träning inte är möjlig.

Person med funktionsnedsättning som är i behov av elektrisk arm- och/eller bentränare och som inte kan använda manuella träningsredskap.

Person med funktionsnedsättning som är i behov av att genomföra träning på golvet.

### Kriterier

Funktionsnedsättning som innebär nedsatt förmåga att på annat sätt tillgodose behovet av daglig träning där denna träningsform är enda möjliga.

Elektrisk arm- och/eller bentränare kan förskrivas till brukare som inte klarar att använda manuell arm- och/eller bentränare.

Gymnastikmatta kan endast förskrivas till barn och ungdom, samt till person med särskilda behov inom kommunens omsorgs verksamhet.

### Mål med hjälpmedlet

Förhindra utveckling av felställningar.

Motverka smärta eller cirkulationsrubbingar.

Minska spasticitet.

Underlätta andning.

Bibehålla eller förbättra muskelstyrkan.

### **Övrigt**

Innan förskrivning ska träningsredskap som finns att köpa i öppna handeln uteslutas.

Enklaste träningshjälpmedlet ska alltid väljas i första hand.

## **Råd i förskrivningsprocessen**

### **Bedömning**

#### **För arm- och/eller bentränare**

Bedöm behov av modell utifrån brukarens förutsättningar, d.v.s. om modellen ska engagera endast övre alternativt nedre extremiteter eller om kombination av både övre och nedre är aktuellt.

Ta ställning till om träningen ska ske aktivt eller passivt eller i kombination av båda. Var även uppmärksam på om brukaren har kognitiv förmåga att klara en elektrisk arm- och/eller bentränare.

### **Utprovning**

#### **För arm- och/eller bentränare**

Placera hjälpmedlet så att det inte flyttar sig vid träning, till exempel genom att fixera armtränare på ett bord eller liknande, eller placera bentränaren mot en vägg.

Brukaren bör prova arm-/bentränaren i den miljö där den ska användas för att säkerställa att kombinationen sittmöbel och träningsredskap fungerar.

## **Uppdaterat från föregående version**

ISO-kodsdefinition