

# Fredag 8.november 2024

09.00	<b>Åpning av IMHK24</b>	
09.30	<b>What can the rest learn from the best?</b>	Alan McCall
10.15	<b>What can the best learn from the rest?</b>	Evert Verhagen
11.00	Pause	
11.30	<b>Hvordan får vi barn til å bli aktive ungdommer og aktive voksne?</b>	Marco Elsafadi
12.00	<b>Politikerdebatt – trening på resept</b>	TBA
12.40-14.00	<b>Lunsj</b>	
<b>Parallell 1</b>	<b>Parallell 2</b>	<b>Parallell 3</b>
<b>Utøvere under 20 år med hofter og Lyskesmerter – diagnostikk og håndtering</b>	<b>Manuelle teknikker i idretten – hvilken plass, nytte og hva vet vi opp mot evidens?</b>	<b>Hvordan få en fysisk aktiv befolkning? Ledet av Exercise is Medicine (EIM)</b>
14.00 <b>FAIS og pubis apofycitt – hva og hvorfor?</b> Thor Einar Andersen	14.00 <b>Manuell-terapeutens vinkling</b> Martin Hanstvedt	14.00 <b>Velkommen og kort introduksjon</b> Chair Dr Elin Kolle og Dr Aina Emaus
14.15 <b>Hvilke radiologiske undersøkelser anbefales?</b> Erik Vang	14.20 <b>Kiropraktorens vinkling</b> Jørgen Stein	14.05 <b>Er trening en bedre medisin enn medikamentell behandling hos pasienter med hjerte/kar sykdom?</b>
14.30 <b>Håndtering og rehabilitering – beste praksis når forskning mangler</b> Joar Harøy	14.40 <b>Osteopatens vinkling</b> Martin Stav Engedahl	14.20 <b>Er trening en bedre medisin enn kirurgi hos pasienter med artrose?</b> Professor May Arna Risberg, NIH og OUS
14.45 <b>Belastningsstyring på feltet – hva er trenerens rolle?</b> Didrik Ravnan	15.00 <b>Case</b>	14.35 <b>Er trening en bedre medisin enn medikamentell behandling hos pasienter med angst, depresjon og alvorlige psykiske lidelser?</b>
15.00 <b>FAIS – hvem skal opereres og hvordan?</b> Kristian Warholm	15.30 <b>Paneldebatt</b> Manuelle teknikker – like synspunkt	14.50 <b>Fra politikk til praksis: Hvordan røykeloven fra 2004 oppnådde varige atferdsendringer – et nevropsykologisk perspektiv på 'Hvorfor sluttet alle plutselig å røyke?'</b> Kenneth Hugdahl
15.15 <b>Paneldiskusjon</b>		15.05 <b>Hvordan øke aktivitetsnivået i den eldre del av befolkningen?</b> Evert Verhagen
		15.25 <b>Hvordan øke aktivitetsnivået hos de aller yngste?</b> Marco Elsafadi, Bergen
		15.45 <b>Diskusjon/Paneldebatt</b>
16.00	Pause	

Fredag 8.nov

**16.30 Frie Foredrag**

18.00 Pause

19.00 Rookie samling

20.00 Get together

## Lørdag 9.november 2024

08.30 **Bergen City Marathon; en gave til folkehelsen eller byens fysioterapeuter?** Roger Gjelsvik  
Knut Høibraaten  
Er det sunt å løpe halvmaraton?  
Bør man ha helseattest for å starte?

09.15 **Utøverpanel – Fra OL og PL Paris 2024** TBA

10.00 Pause

### Parallell 1

### Parallell 2

### Parallell 3

**Ligamentskader i kneet – mer enn bare ACL**

**Trygg på trening**

**How can respiratory problems impact health and performance in sport?**

10.45 **Fremre korsbånd, assosierte skader og konsekvenser for valg av behandling.** Eivind Inderhaug

10.45 **Flirting or hurting? Seksuell trakassering og overgrep i idretten; hva vet vi, hva ser vi?**

10.45 **What is hot and what is not when it comes to Asthma in elite athletes?** James Hull, UK

11.00 **Medialsiden, skader og behandling,** Marc J. Strauss

*Trygg på trening – trakassering og overgrep blant unge eliteutøvere og breddeutøvere.*

11.00 **Longstanding sequela from elite wintersport – what do we know?** Julie Stang

11.10 **Lateralsiden, skader og behandling,** Asle B. Kjellsen

*Dialog og samhandling som verktøy når tematikken virker uangripelig og uforståelig.*

11.15 **Thinking outside the box – how to help athlete with breathing problems?** Hege Clemm

11.20 **Bakre korsbånd, assosierte skader og behandlingsvalg** Christian Owesen

Trond Berge Høvik, Nina Sjølvberg og Maria Karin Dalsbø

11.30 **EILO – what is the best treatment options?** Praveen Muralitharan

11.30 **Rehabilitering av kneskader Mental og fysisk beredskap for retur til idrett,** Ingunn Fleten Mo

11.45 **Breathing techniques everyone can do everywhere** Petrine Solli

11.45 **Paneldiskusjon**

11.30 **Diskusjon**

12.15 Lunsj

## Parallell 1

## Parallell 2

## Parallell 3

## Når patella sporer av

## Preventing and treatment of REDs

## Proteserisiko hos idrettsutøvere og idrett hos protesepasienter

13.30	<b>Hvor plaget er pasienter med ustabil kneskjell?</b> Trine Hysing-Dahl	13.30	<b>Primærforebygging av REDs:</b> <b>Hva er REDs og hvilke risikofaktorer bør vi kjenne til?</b> Jorunn Sundgot Borgen	13.30	<b>Risiko for total hip protese hos elite utøvere.</b> Daniel Nilsen
13.45	<b>Anatomi og årsakssammenhenger, et radiologisk og kirurgisk perspektiv.</b> Per Arne S. Waaler	13.45	<b>Strategier for primær forebygging (The Young Athlete Body Project + IOC Guidelines for Body Comp Management)</b> T. Mathisen	13.50	<b>Korleis kan ein forebygge protesebehov hos toppidrettsutøvarar?</b> Myklebust
13.55	<b>Førstegangs patellaluksasjon, hva er anbefalte retningslinjer. Presentasjon av ESSKA konsensus,</b> Lars Blønd	14.00	<b>Sekundær forebygging av REDs: Identifisering og håndtering av REDs symptomer. Hvordan skal vi oppdage og håndtere caser?</b> MK Torstveit	14.10	<b>Kva gjer ein med toppidrettsutøveren som kjem for protesevurdering?</b>
14.05	<b>Konservativ behandling av ustabile kneskjell, hvem kan slippe inngrep og hvordan?</b> Renate Mundal	14.20	<b>Tertiær forebygging av REDs:</b> Behandling av REDs. Hvordan øke energitilgjengeligheten? Marcus Småvik Dasa	14.30	<b>Kan proteseopererte drive med idrett?</b> Høvding
14.20	<b>Patellastabiliserende kirurgi i Norge, oppstart av register</b> Eivind Inderhaug, leder av korsbåndregisteret	14.40	<b>Injuries, Energy availability and «return to play»</b> Allan McCall	14.50	<b>Atrose? Trening/aktivitet som behandling?</b> Myklebust
14.30	<b>“Utenfor”. ved Parautøver</b> Alexandra Bendiksen	14.40	<b>Panel diskusjon</b>		
15.00	Pause				
15.30	<b>De beste frie foredrag – med pris-kåring</b>				
20.00	<b>Bankett</b>				

## Søndag 10.november 2024

09.00	<b>Utøverpanel – What can the rest learn from the best?</b>	TBA
10.00	<b>Trender i idretten – fra hornsalt til kokain</b>	Antidoping Norge
10.30	<b>Pro-Con symposium;</b> Når skal vi operere idrettsskader? Hva er egentlig definisjonen på idrettsutøver i denne settingen <b>3 caser med paneldebatt og involvering fra tilhørerne</b>	
12.00	<b>Lunsj</b>	
13.00	<b>Kasuistikker</b>	
13.45	<b>Prisforedrag</b>	
14.05	<b>Avslutning</b>	