



Dagur sjúkráðgjálfunar

3. MAÍ 2024 Í SMÁRABÍÓI

Fyrir hádegi

VÖRUSÝNING

8.00- 9.00: SKRÁNING, SÝNING OG MORGUNHRESSING

BOÐIÐ UPPÁ MORGUNMAT Í MIÐRÝMI. VÖRUSÝNING

SALUR 1

09.00 - 09.10: SETNING

09.10-10.00: WHERE ARE WE GOING WRONG? WHAT REALLY MATTERS IN SHOULDER PAIN?

JO GIBSON SJÚKRÁÐJÁLFARI OG SÉRFRÆÐINGUR Í
AXLARENDURHÆFINGU RÆÐIR UM ÞÆTTI SEM HAFNA ÁHRIF Á BATA OG
VERKJANÆMINGU ÁSAMT GAGNREYNDRI MEÐFERÐ Í ENDURHÆFINGU

10.00-10.20: SJÚKRÁÐJÁLFARI KVEÐUR AÐ LOKNU ÆVISTARFI

DR. MARÍA RAGNARSDÓTTIR SJÚKRÁÐJÁLFARI LÍTUR YFIR FARINN VEG
OG SEGIR FRÁ MENNTUN OG STARFI Í MÁLI OG MYNDUM

10.30-11.00: KAFFIHLÉ OG VÖRUSÝNING

LÉTTAR VEITIGNAR. TÆKIFÆRI TIL AÐ SKOÐA VÖRUSÝNINGU OG HITTA
KOLLEGA

11.00-11.50: BEST ÞEGAR Á REYNIR

JÓHANN INGI GUNNARSSON SÁLFRÆÐINGUR FER YFIR ÞAÐ HVERNIG VIÐ
GETUM UNNIÐ MEÐ OG BREYTT VIÐHORFUM OG VENJUM TIL AÐ
HÁMARKA ÁRANGUR OKKAR ÞEGAR MÁLI SKIPTIR

11.50-12.30: FRÁ LÖMUN TIL NÝS LÍFS: MÍN LEIÐ AÐ BATA EFTIR HÁLSMÆNUSKAÐA

BERGLIND GUNNARSDÓTTIR LÆKNIR SEGIR FRÁ SINNI ENDURHÆFINGU
EFTIR C4-C5 HÁLSMÆNUSKAÐA, HVERNIG HÚN FÓR FRÁ ÞVÍ AÐ VERA
LÖMUÐ FRÁ HÁLSI OG Í AÐ LÆRA AÐ GANGA, SYNDA OG SKÍÐA Á NÝ

12.30-13.45 HÁDEGISMATUR

13.25-13.45: VEGGSPJALDAKYNNINGAR

FYRIR FRAMAN SAL 1

DAGSKRÁIN HELDUR ÁFRAM EFTIR
HÁDEGI Í SÖLUM 1,3,4 OG 5.

FRAMKVÆMDANEFND UM DAG SJÚKRÁÐJÁLFUNAR

BIRNA ÓSK ARADÓTTIR
GUÐNÝ BJÖRG BJÖRNSDÓTTIR
KRISTINN MAGNÚSSON
JÓN GUNNAR ÞORSTEINSSON
SYLVÍA SPILLIAERT



Dagur sjúkráðgjálfunar

3. MAÍ 2024 Í SMÁRABÍÓI

Eftir hádegi

	SALUR 1	Salur 3	Salur 4	Salur 5
13.45-14.00	HVAÐA ÞÆTTIR HAFA ÁHRIF Á ENDURKOMU TIL HREYFINGAR/VIRKNI EFTIR HÁSINASLIT?	„ÁTAKANLEG UPPLIFUN EN ÞEGAR UPP ER STAÐIÐ STÖNDUM VIÐ STERKARI“ SIGRÍÐUR LÁRA GUNNLAUGSDÓTTIR	NEÐANBELTIS KARLAHEILSA - HVAD ER NÚ ÞAÐ? LÁRUS JÓN BJÖRNSSON	MARKAÐSSETNING Í REKSTRI HEILBRIGÐISÞJÓNUSTU - MÁ ÞAÐ? KARA ELVARSDÓTTIR
14.00-14.15	UNNUR SÆÐIS JÓNSDÓTTIR	ÞJÓNUSTA SJÁLFASTÆTT STARFANDI SJÚKRÁÐJÁLFAFA ÁRIN 2002-2020 FANNEY ÍSFOLD KARLSDÓTTIR		
14.15-14.30	STOÐKERFISMÓTTAKA Á HEILSUGÆSLU ARNA STEINARSDÓTTIR	LEIÐARVÍSIR LÍKAMANS. FORVARNIR STOÐKERFISVANDAMÁLA FYRIR ELSTU NEMENDUR GRUNNSKÓLA HILDUR SÓLVEIG SIGURÐARDÓTTIR	GOLFSTÖÐIN: GOLF SEM GULRÓT BJARNI MÁR ÓLAFSSON	„ÞAÐ ER SKO EKKERT MÁL AÐ ÞETTA, EN ÞAÐ ER AÐ STANDA UPP AFTUR“ LILJA DÖGG ERLINGSDÓTTIR
14.30-14.45	TILVÍSANIR, TEYMISSVINNA OG TREGÐULÖGMÁL JÓSEP BLÖNDAL	MÆÐRAVERND EFTIR FÆÐINGU ÞORGERÐUR SIGURÐARDÓTTIR	MÆÐFERÐARSVÖRUN: ERFIÐ REYNSLA Í ÆSKU OG VERKJAMÆÐFERÐ FRÍÐA BRÁ PÁLSDÓTTIR	BIOPSYCHOSOCIAL MÓDEL - SKIPTIR GREININGIN MÁLI EÐA ER BÍÓIÐ BÚIÐ? MAGNÚS BIRKIR HILMARSSON OG KÁRI ÁRNASON
14.45-15.00		SAMANBURÐUR Á GRINDARBOTNSSTYRK KVENNA MEÐ OG ÁN SIGS GRINDARHOLSLÍFFÆRA FANNEY MAGNÚSDÓTTIR		
15.00-15.30	KAFFIHLÉ	KAFFIHLÉ	KAFFIHLÉ	KAFFIHLÉ
15.30-16.15	VERÐUR TILKYNNT SÍÐAR			
16.15-16.45	SALUR 1	VIÐURKENNINGAR OG STYRKIR ÚR VÍSINDASJÓÐI AFHENTIR RÁÐSTEFNUSLIT GUNNLAUGUR MÁR BRIEM FORMAÐUR FÉLAGS SJÚKRÁÐJÁLFAFA		

VEGGSPJÖLD

HORFUR EINSTAKLINGA MEÐ HÁLSHNYKKKSÁVERKA EFTIR BÍLÁREKSTUR

VÉDÍS GISSURARDÓTTIR

„SVO VAR BARA ALLT Í EINU KIPPT UNÐAN MÉR FÆTI“: EIGINDLEG RANNSÓKN Á REYNSLU ELDRI KVENNA, SEM BÚA Í HEIMAHÚSI, AF ENDURTEKNUM BYLTUM.

SÓLVEIG ÁSA ÁRNADÓTTIR

KYRRSTÖÐUHEGÐUN BARNNA MEÐ BARNAGIGT

BIRTA HAFÞÓRSDÓTTIR