

Patientpjece om strukturerede forløb i fysioterapipraksis

inden for vederlagsfri fysioterapi
og almen fysioterapi

I denne pjece kan du læse om, hvad
strukturerede forløb i fysioterapipraksis
er inden for den vederlagsfri fysioterapi og
almene fysioterapi.

OPDATERET SEPTEMBER 2026

Vederlagsfri fysioterapi

Vederlagsfri fysioterapi er til dig, der har et varigt svært fysisk handicap eller funktionsnedsættelse som følge af en progressiv sygdom. Vederlagsfri fysioterapi kan ikke anvendes til eventuelle andre sygdomme eller tilstande, som du har.

Formålet

Formålet med vederlagsfri fysioterapi er at hjælpe dig med at bevare og forbedre din funktion i hverdagen, når du har en sygdom eller funktionsnedsættelse, som falder indenfor rammen af den vederlagsfrie ordning.

Fysioterapi skal hjælpe dig med at træne målrettet, at klare dagligdagens aktiviteter og leve så selvstændigt som muligt. Samtidig understøtter fysioterapi oprettelse af dit funktionsniveau, så længe som muligt. Øvelser og behandling hjælper dig med at lindre smerter, gøre hverdagen lettere og støtte dig i at klare daglige aktiviteter samt bevare din livskvalitet.

Rammerne i den vederlagsfri fysioterapi

Du har mulighed for at få en henvisning til vederlagsfri fysioterapi fra din behandlende læge, hvis du har en sygdom eller tilstand inden for følgende fire hoveddiagnosegrupper:

1. Medfødt eller arvelig lidelse
2. Erhvervet neurologisk lidelse
3. Fysisk handicap som følge af ulykke
4. Nedsættelse af led- eller muskelfunktion som følge af inflammatoriske gigttilidelser.

Sundhedsstyrelsen har udarbejdet en diagnoseliste som supplement til de fire hoveddiagnosegrupper.

Henvisning til vederlagsfri fysioterapi

Det er din behandlende læge, der henviser dig til vederlagsfri fysioterapi, hvis du opfylder kriterierne. Der sondres mellem to spor – enten progressiv sygdom uden fysisk handicap eller med svært fysisk handicap.

Hvis du vil læse mere om den vederlagsfri fysioterapi, kan du finde mere information i Sundhedsstyrelsens vejledning.

Forløb hos praktiserende fysioterapeut

Din fysioterapeut foretager indledningsvist en grundig undersøgelse, og sammen taler I om, hvordan du fungerer i din hverdag, og hvad du oplever af udfordringer, på den baggrund foretager din fysioterapeut en faglig vurdering. Denne vurdering danner grundlag for din behandlingsplan.

Behandlingsplanen tilrettelægges på baggrund af den nyeste forskning indenfor din sygdom/tilstand og har til formål at sikre en målrettet og effektiv indsats.

I samarbejde med din fysioterapeut sættes konkrete mål for din behandling, og der udarbejdes en plan, som tager udgangspunkt i dine behov, ressourcer og hverdagsfunktion.

Din udvikling følges løbende gennem forløbet, hvilket gør det muligt at vurdere effekten af behandlingen og løbende justere, hvis der sker ændringer i din funktion eller dine behov.

Strukturerede forløb

Praktiserende fysioterapeuter arbejder med strukturerede forløb til patienter med:

- Sklerose (fra januar 2024)
- Parkinson (fra januar 2025)
- Følger efter stroke (fra januar 2026)
- Kronisk leddegigt (fra januar 2027).

Formålet med strukturerede forløb:

Formålet er at sikre, at du får den bedst mulige behandling, som bygger på den nyeste viden:

- Du får træning og behandling baseret på den mest opdaterede faglige viden om din sygdom
- Du får en høj og ensartet kvalitet uanset, hvor du behandles
- Du får øget fokus på understøttelse i egenhåndtering, så du bliver bedre rustet til selv at tage aktiv del i din træning og håndtere din hverdag med din sygdom

Din fysioterapeut tilrettelægger fortsat din behandlingsplan i dialog med dig på baggrund af en samlet faglig vurdering, der bl.a. bygger på dit funktionsniveau og dit sygdomsbillede. Din fysioterapeut tilpasser løbende behandlingsplanen og dit behandlingstilbud, så den følger din aktuelle sygdomsstatus og funktionsevne.

Sundhedsstyrelsens rammer for vederlagsfri fysioterapi gælder også for de strukturerede forløb.

Vederlagsfri fysioterapi og anbefalinger om fysisk aktivitet

Generelt skal alle med nedsat fysisk funktionsniveau være lige så fysisk aktive, som andre mennesker. Alle bør følge Sundhedsstyrelsens anbefalinger om fysisk aktivitet (30 min/dag). Anbefalingerne for fysisk aktivitet er mere end det tilbud, der ligger indenfor rammerne i den vederlagsfri ordning og herunder de strukturerede forløb.

Derfor vil din fysioterapeut i samarbejde med dig og evt. dine pårørende lægge en plan for, hvordan du får den mængde af træning, som din fysioterapeut anbefaler til dig, med udgangspunkt i dit funktionsniveau. Det kan også være nødvendigt at drøfte det med kommunens medarbejdere, hvis du får personlig, praktisk eller pædagogisk hjælp og støtte i det daglige.

Kilder

[Overenskomst om vederlagsfri fysioterapi](#)

[Sundhedsstyrelsens anbefaling om fysisk aktivitet](#)

[Sundhedsstyrelsens anbefaling om vederlagsfri fysioterapi](#)

Almen fysioterapi

Almen fysioterapi er fysioterapeutisk behandling til dig, der har smerter, nedsat funktion eller bevægelighed, og som har behov for undersøgelse, behandling og vejledning hos en fysioterapeut.

Din behandlingsplan og behandling bliver tilrettelagt ud fra en individuel faglig vurdering foretaget af din fysioterapeut. Behandlingen tager udgangspunkt i din tilstand og dine behov og bygger på den nyeste forskning inden for området.

Formålet er at give dig en målrettet og effektiv behandling, som kan hjælpe dig med at lindre dine symptomer og forbedre din funktion, så du bedst muligt kan fastholde en aktiv hverdag.

Rammerne i den almene fysioterapi

Du har mulighed for at få almen fysioterapi, hvis din praktiserende læge henviser dig. Det betyder, at din region betaler 39,3 % af din regning.

Fysioterapi som behandling har overordnet til formål at opretholde din livskvalitet og din evne til at bevæge dig.

Fysioterapi har til formål at hjælpe dig til at fungere bedst muligt ved fx at:

- mindske/fjerne smerter og hævelser
- øge/forbedre bevægelighed i led
- øge kropsbevidsthed og kropsfunktion
- forbedre musklers funktion, herunder at løsne fastlåste muskler og styrke svage muskler
- lindre smerter ved skader, operationer og lignende
- give redskaber til selv at kunne håndtere smerter/symptomer via strategier og øvelser

Behandlingen bygger på din praktiserende fysioterapeuts grundige undersøgelse og vurdering af dine samlede ressourcer og udfordringer, herunder en vurdering af dine muskler, led og bevægelighed.

Information, vejledning og træning er en vigtig del af behandlingen hos en fysioterapeut. Din praktiserende fysioterapeut kan rådgive dig om din tilstand og give dig konkrete forslag til, hvordan du bedst tackler de symptomer og begrænsninger, som du oplever i din hverdag.

Strukturerede forløb

Der er udarbejdet strukturerede forløb målrettet fire forskellige patientgrupper inden for almen fysioterapi:

- Lumbal og cervikal nerverodspåvirkning (nerverodspåvirkning i lænd/nakke)
- Lumbal spinalstenose (forsnævring af rygmærskanalen)
- Artrose i hofte og knæ (slidigt)
- Smerter i lænderyggen

Formålet med strukturerede forløb

Formålet er at sikre, at du får den bedst mulige behandling, som bygger på den nyeste viden

- Du får træning og behandling baseret på den mest opdaterede faglige viden om din lidelse, så du bedst muligt kan vende tilbage til din dagligdag med færrest muligt eller ingen symptomer
- Du får en høj og ensartet kvalitet uanset, hvor du behandles
- Du får øget fokus på understøttelse i egenhåndtering, så du bliver bedre rustet til selv at tage aktiv del i din træning og håndtere din hverdag med din tilstand

Din fysioterapeut tilrettelægger i dialog med dig løbende din behandlingsplan på baggrund af en samlet faglig vurdering. Vurderingen tager blandt andet udgangspunkt i dit funktionsniveau, dit sygdomsbillede og dine aktuelle behov.

Kilder

[Faktaark om almen fysioterapi](#)

[Sundhedsstyrelsens anbefaling om fysisk aktivitet](#)