

# Få adgang til værdifuld viden

Et medlemskab i Dansk Skoliose Forening giver mulighed for følgende:

- Rygcafé (afholdes flere steder i landet)
- Weekendophold for teenagere
- Weekendophold for unge
- Weekendophold for voksne
- Weekendophold for familier med mindre børn
- Årlig konference og generalforsamling
- Modtagelse af nyhedsbreve
- Adgang til vidensarkiv på foreningens hjemmeside

**Bliv medlem på [www.skoliose.dk](http://www.skoliose.dk)**



# Dansk Skoliose Forening



En landsdækkende patientforening

Følg os på



Facebook

Kontakt os på

Tfl.: 22 28 59 92

[www.skoliose.dk](http://www.skoliose.dk)



[www.skoliose.dk](http://www.skoliose.dk)

Dansk Skoliose Forening

Tfl.: 22 28 59 92

# Hvad er foreningens formål?

Vores formål er at støtte og rådgive patienter med skoliose eller Morbus Scheuermann samt pårørende. Vi arbejder på at skabe offentlig bevågenhed om rygdeformiteterne, vi giver råd og vejledning og skaber rum samt netværk for vores medlemmer til erfaringsudveksling. I fællesskab vil vi forsøge at hjælpe hinanden til et godt liv med en rygdeformitet.

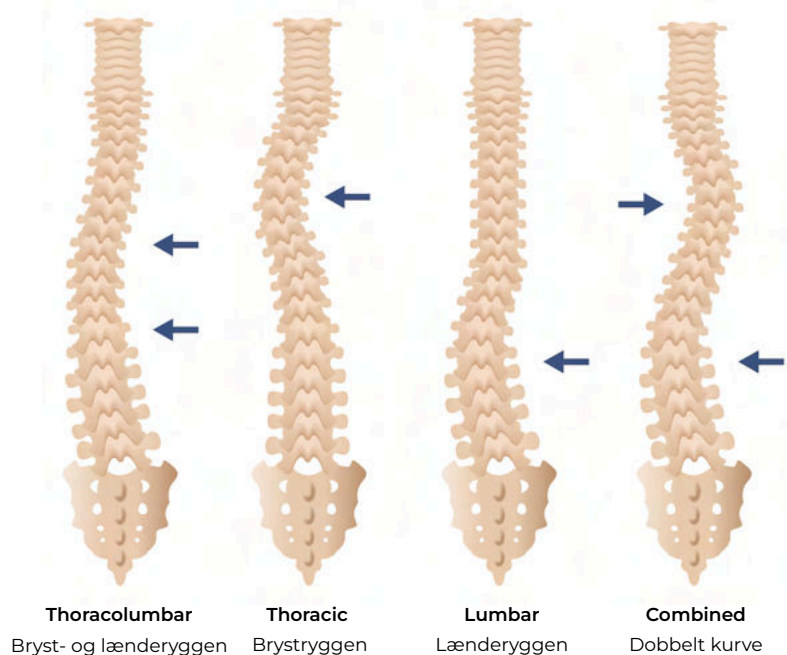
Foreningen drives af frivillige.

Find os på [www.skoliose.dk](http://www.skoliose.dk)

## Skoliose

Skoliose er ikke en sygdom, men en fejlvekst i ryggen. Ved skoliose vil rygsøjlen krumme til siden. En sådan krumning vil kunne sidde hvor som helst i ryggen. Ofte vil ryggen ved skoliose have to krumninger, så rygsøjlen minder om et S, men den kan også være C-formet.

### Typer af skoliose



## Morbus Scheuermann

Ved Morbus Scheuermann er der en mere udtalt krumning og foroverbøjning end normalt i ryggen. Krumningen skyldes en vækstforstyrrelse, der resulterer i kileformede ryghvirvler.

## Hvordan er udredningsforløbet?

Hvis du har tiltagende smerter i ryggen eller har observeret fysiske ændringer ved din kropsholdning, kan du måske have skoliose. Udredningsforløbet starter hos din læge, som vil foretage en fysisk undersøgelse, der bl.a. kan bestå af en Adams Test, hvor du bøjer dig forover.

Lægen vil henvise til ortopædisk afdeling eller reumatolog. Det er almindeligt, at du får taget et røntgenbillede af hele rygsøjlen. Man kan også benytte en scanning til at få et detaljeret billede af dine knogler og vævet, der omgiver dem.



## Hvad er dine behandlingsmuligheder?

Uanset hvor svær en skoliose du har, er det vigtigt, at du holder din ryg stærk. Musklerne i maven og ryggen skal trænes, da det er dem, der holder ryggen på plads. Vi anbefaler at opsøge træning, der er specielt tilrettelagt den skoliose-ramte. Ved større skævhedsgrader vil lægerne ofte anbefale korsetbehandling eller stivgørende operation af en del af ryggen. Hvis du har smerter, kan du måske have gavn af manuel behandling, mindfulness eller lignende og måske smertestillende medicin.