

Hrefna Indriðadóttir

Sjúkraþjálfari BS.c - 1995
frá Háskóla Íslands

Lokaverkefni: Rannsókn á jafnvægi,
samhæfingu og hreyfistjórn
hjá einstaklingum með vefjagigt.



Faglegt áhugasvið:

- ✚ Sjúkraþjálfun gigtarfólks
- ✚ Langvinnir verkir

Starfsreynsla:

- ✚ frá 2013 **BATI-sjúkraþjálfun ehf**
- ✚ 1995 - 2013 Gigtlækningastöð Gigtarfélags Íslands

Önnur starfsreynsla tengd faginu:

- ✚ Yfirsjúkraþjálfari á Gigtlækningastöð GÍ 2002-2013
- ✚ Sat í undirbúningsnefnd þverfaglegar, samnorrænnar gigtarráðstefnu, Reuma 2007
- ✚ Kennari á námskeiðum fyrir fólk með slitgigt og iktsýki
- ✚ Fyrirlestrar og greinaskrif tengd gigt og sjúkraþjálfun

Símenntun:

- ✚ 2015 Dizziness and Balance Dysfunction. Dr. S.L. Whitney
- ✚ 2014 Diagnosis and Treatment of Movement System Impairment; Syndromes for The Upper Quarter. Cheryl Caldwell
- ✚ 2014 A Cognitive Functional Approach to the Management of Disabling Back Pain. Peter O'Sullivan
- ✚ 2013 Diagnosis and Treatment of Movement System Impairment Syndromes; Lower Quarter Advanced Applications. Nancy Bloom
- ✚ 2013 Pain Mechanisms and their Physical Management. Max Zusman
- ✚ 2013 Movement System Impairment Syndromes – Introduction to Concepts and Application. Shirley A. Sahrman
- ✚ 2012 Gjörhygli; Mindfulness Based Cognitive Therapy. Margrét Arnljótsdóttir
- ✚ 2012 Bylting í meðferð á gigtarsjúkdómum
- ✚ 2012 Skoðun og meðferð á hálsi, brjósthrygg og axlarrind
- ✚ 2011 Eðlilegar og afbrigðilegar öndunarhreyfingar, skoðun og þjálfun
- ✚ 2009 Discover the pelvis – level 1
- ✚ 2007 Reuma 2007 11th Nordic Interdisciplinary Conference in Rheumatology
- ✚ 2006 Grunnnámskeið í nálastungumeðferð
- ✚ 2006 Understanding and Managing Fibromyalgia Syndrome and Breathing Pattern Disorders for Manual Therapists
- ✚ 2006 Námskeið í Ortopédískri medicin, olnb., hné, fætur og hendur. Bernt Ersson

- ✚ 2005 Reuma 2005 10th Nordisk tværfaglig komference, haldin í Kaupmannahöfn
- ✚ 2005 Nýir meðferðarmöguleikar við gigtarsjúkdómum
- ✚ 2005 Námskeið í Ortopedískri medicin, lendhryggur og mjöðm. Bernt Ersson
- ✚ 2004 Ortopedmedicinsk undersöknings- och behandlingsteknik, halsrygg.
Bernt Ersson
- ✚ 2003 Ortopedmedicinsk undersöknings- och behandlingsteknik, axel och bröstrygg.
Bernt Ersson
- ✚ 2001 Verkir og verkjameðferð
- ✚ 2000 Medicinsk Treningsterapi for nakke og skulderbue smerter, hodepine
- ✚ 1998 Stöðugleikapjálfun mjóbaks
- ✚ 1998 Nudd II
- ✚ 1997 Nudd I
- ✚ 1996 Mobilization Techniques
- ✚ 1996 Að losna við álagskvillana vegna endurtekens álags á hendur, háls o.fl.