

# TRÆNINGEN STARTER MED ET TRYK PÅ EN KNAP

**IQNITER holder motivationen hos patienterne i top og deres kondition forbedres med 10 procent på seks uger viser erfaringer fra FysioDanmark Aalborg**

*"Det tager max fem minutter at udlevere træningsprogrammet, og det er utrolig nemt for fysioterapeuten at følge med i, om patienterne derefter faktisk følger træningen,"* siger sportsfysioterapeut hos FysioDanmark Aalborg Henrik Bengaard Nielsen, der har været med til at udvikle systemet og træningsprogrammerne i IQNITER.

IQNITER er en ny træningsplatform, der gør det nemt for patienter via en app at følge det træningsforløb, som fysioterapeuten har udleveret. Patienterne benytter et puls bælte, mens de følger træningen derhjemme eller i forbindelse med træning i klinikken (hold eller individuelt), og data fra træningen bliver sendt til fysioterapeuten, der med få klik på computeren kan følge med i, om patienten får trænet og med hvilken kvalitet.

## LYNHURTIGT OVERBLIK

11 fysioterapeuter hos FysioDanmark Aalborg har siden begyndelsen af 2022 benyttet IQNITER. Fysioterapeut Christian Fredborg har tilbudt 30 patienter at benytte den nye træningsplatform.

*"Hvis en patient dropper en session en uge, kan jeg lynhurtigt få overblik og sende en besked til patienten og høre, hvad der er kommet i vejen. Vi oplever en virkelig god motivation og compliance hos patienterne, der i gennemsnit forøger deres kondition med 10 procent over et seksugers forløb. Mange spørger, om de kan*

*købe ekstra træningsperioder hos os,"* siger Christian Fredborg.

Et IQNITER-forløb indledes med en 45 minutters konsultation, hvor patienten gennemgår en watt max test. Ud fra max puls og konditional vælger fysioterapeuten en coach-plan, der passer til patientens behov og med en varighed på typisk to måneder. Til slut tester fysioterapeuten igen patienten. I træningsperioden kan patienten benytte klinikens træningsfaciliteter og app'en. Patienten anskaffer sig selv et puls bælte, som kan købes i klinikken. Under selve træningen guider app'en patienten til den rette intensitet i træningen. *"I de bedste tilfælde hører vi ikke fra patienten, for den pågældende møder op til sluttesten,"* siger Christian Fredborg.




## MINDRE STRESS

Med IQNITER har FysioDanmark Aalborg øget klinikens indtjening og træningstilbudenes kvalitet. Desuden har træningsplatformen skabt et bedre arbejdsmiljø blandt fysioterapeuterne.

*"En fysioterapeut ser 70-80 patienter om ugen, og IQNITER kan være med til at aflaste os, fordi vi har fået et simpelt redskab, der kan hjælpe os med at teste, monitorere og re-teste. Jo mindre stressende hverdagen bliver, desto bedre kan vi være tilstede hos patienterne,"* siger Henrik Bengaard Nielsen.



### IQNITER er særligt velegnet til:

-  Patienter med behov for rehabilitering af ryg, nakke, skulder eller knæskader
-  Personer med diagnoser som parkinson, sklerose eller diabetes
-  Mennesker med et ønske om at tabe sig, leve sundere eller komme i form

# IQNITER

YOUR TRAINING OPTIMIZED

[iqniterphysio.com](http://iqniterphysio.com)