

Rehabilitering för dig som fått en reumatisk sjukdom

Målgrupp: Vi vänder oss till dig som nyligen har fått en reumatisk sjukdom eller till dig som inte tidigare har deltagit i vårt teambaserade gruppbehandlingsprogram.

Syftet med rehabiliteringen är att bibehålla eller förbättra din fysiska funktion och aktivitetsförmåga.

Studier visar på att utöver läkemedelsbehandling är patientinformation, fysisk träning samt teamrehabilitering centralt för att personer med reumatologiska sjukdomar skall må bättre.

Före rehabiliteringens start sker en individuell fysioterapeut- och arbetsterapeutbedömning för att utreda dina specifika behov. Med hjälp av erfaren personal får du sedan under perioden utarbeta strategier för att hantera din vardag. Du får även hjälp med anpassad fysisk träning.

Fysisk träning varvas med mindfulness, föreläsningar, handträning, avspänning och samtal kring hur du uppnår en bättre vardagsbalans och ökad delaktighet i vardagsaktiviteter. Möjlighet finns till samtal med kurator och sjuksköterska.

Rehabiliteringen pågår under fyra veckor och är förlagd till Uddevalla sjukhus samt digitalt hemifrån.

Om du i vanliga fall arbetar kan du via Försäkringskassan ansöka om förebyggande sjukpenning för de dagar du deltar i rehabiliteringsprogrammet.

Intresserad? Om du önskar ytterligare information kontakta Arbetsterapimottagningen Uddevalla sjukhus via 1177.se

