



Vårdförlopp Reumatoid Artrit

Besöksplan första året

Nybesök	1-2 veckor	3-6 veckor	3 månaders kontakt	6 månaders kontakt	12 månaders kontakt
---------	------------	------------	--------------------	--------------------	---------------------

Läkare	Telefonsamtal Sjuksköterska	Telefonsamtal Sjuksköterska	Läkare	Läkare	Läkare
--------	--------------------------------	--------------------------------	--------	--------	--------

Besök Fysioterapeut, Arbetsterapeut
Erbjudas kontakt Kurator

Kontaktlista Reumatologimottagningen

Av- och ombokning av tid till läkare/sjuksköterska **010-435 54 81**

- Telefontid mån-fre 10.30-12.00
- Telefonsvarare övrig tid, meddelande kan lämnas

Telefonrådgivning sjuksköterska **010-435 52 30**

- Telefontid mån 08.00-09.00, 13.00-14.00
- Telefontid ons 08.00-09.00
- Telefontid fre 08.00-09.00

Knappval till telefonsvarare för recept och provtagningsremisser

Fysioterapeut

010-435 45 80

- Telefontid mån-fre 09.00-10.00, 14.00-15.00
- Telefonsvarare övrig tid, meddelande kan lämnas

Arbetsterapeut

010-435 54 41

- Telefontid mån-fre 07.30-16.00
- Telefonsvarare övrig tid, meddelande kan lämnas

Kurator

010-435 54 05

- Telefonsvarare, meddelande kan lämnas

Besök till fysioterapeut

Du kommer att erbjudas tid till fysioterapeut för bedömning och samtal kring träning och fysisk aktivitet. Vi skickar kallelse till dig inom tre månader. Tänk gärna till om du har några frågor eller funderingar inför besöket.

Uppföljning efter första besöket anpassas utifrån dina behov. Vi kan erbjuda rådgivning och stöd i planering av träning och fysisk aktivitet, prova ut och följa upp träningsprogram, samt överrapportera till fysioterapeut i primärvården.

Besök till arbetsterapeut

I enlighet med rutin vid nydiagnostiserad reumatoid artrit kommer vi på arbetsterapin, Uddevalla sjukhus, erbjuda dig att få träffa en arbetsterapeut inom 3 månader.

Ett besök hos oss innebär oftast en kartläggning av eventuella handbesvär samt en kartläggning av hur vardagen fungerar.

Hos oss kommer du få praktiska råd om hur du kan utföra aktiviteter i din vardag på ett skonsamt sätt för dina leder samt information om hjälpmedel. Du kommer även få information om handträning och handledsskydd och om hur du kan träna och förebygga handbesvär.

När vi har mottagit remiss från din läkare på reumatologmottagningen kommer vi att boka och kalla dig för ett besök inom 3 månader.



Bild vänster: Mätning av handstyrka

Bild höger - övre: Exempel på handträningsövning med deg

Bild höger – nedre: Exempel på handledsskydd

Kurator

Reumatologens kurator **Anette Östberg** finns för dig som behöver prata med någon. Har vana att diskutera både små och stora frågor och erbjuder ett lyssnande öra, med mänskligt stöd och hjälp att sortera i tankar och känslor. **Telefon : 010-4355405**. Lämna gärna meddelande på telefonsvararen.

Mitt Arbete:
arbete har blivit för tungt för mig
Jag behöver hjälpmedel på sin arbetsplats
Kan alla få lönebidrag och hur länge?

Rättigheter inom sjukvården:
"Min medicin har gett mig biverkningar och jag vill göra en anmälan"
"När gäller patientförsäkringen?"

Känslomässigt:
"Hur ska jag orka leva med min smärta? "
"Det känns hopplöst"
"Jag behöver någon att prata med"

Ekonomi:
"Jag har inte råd att lösa ut mina ortopediska skor"
"Det är så mycket utgifter varje månad till medicin, läkarbesök och sjukresor"
"När kan man söka fonder?"
"Har jag rätt till sjukersättning?"

Relationer:
"Min partner förstår inte att jag inte orkar göra lika mycket som tidigare"
"Min partner verkar behöva prata med någon"

Att leva med reumatoid artrit

Du kan läsa om din diagnos Reumatoid artrit, ledgångsreumatism på Reumatikerförbundets hemsida, reumatiker.se/att-leva-med-ra

Du kan också anmäla intresse för vår digitala utbildning via 1177, **Stöd för dig med Reumatoid Artrit-RA** om du känner att du behöver mer kunskap om din sjukdom.

Levnadsvanor och reumatisk sjukdom

Levnadsvanor påverkar både uppkomst, behandlingssvar och förlopp vid flera av de vanligaste reumatiska diagnoserna. Sammantaget finns det flera tunga skäl för reumatologin att uppmärksamma ohälsosamma levnadsvanor och lotsa dig som patient vidare till person/enhet där du kan få adekvat stöd för förändring om du vill och behöver det.

Matvanor och reumatisk sjukdom



Alkohol och reumatisk sjukdom



Fysisk aktivitet och reumatisk sjukdom



Tobaksbruk och reumatisk sjukdom



SRQ Svensk reumatologis kvalitetsregister <http://www.srq.nu> är ett nationellt kvalitetsregister med syfte att förbättra behandling och uppföljning av patienter med reumatiska sjukdomar.

Du bidrar till en bättre vård men deltagandet i registret är frivilligt.

SRQ används i många forskningsprojekt varje år och fungerar genom att läkare, sjuksköterskor, fysioterapeuter och arbetsterapeuter från olika reumatologiska mottagningar i landet matar in besöksdata i registret.

SRQ



PER



PER inlog

