



Ledgångsreumatism, stöd- och behandlingsprogram

Stöd och hjälp för dig som nyligen diagnostiserats med ledgångsreumatism.

Kunskap som underlättar din vardag

Syftet med behandlingsprogrammet är att förmedla kunskap och ge dig strategier som kan underlätta i din vardag.

Programmet utgår från dig och dina behov och är tänkt att ge stöd i en ny situation. Trots sjukdom kan du kunna ta kontroll över din situation.

Programmet är framtaget av reumatologimottagningen tillsammans med patienter.

Behandlingsprogram

Stöd och behandlingsprogrammet består av filmer, ljudklipp, bilder och läsmaterial.

Programmet innehåller bland annat:

- Tips på strategier för hur du kan göra för att själv påverka din kropp och ditt psykiska mående.
- Ökad kunskap så att du kan leva med sjukdomen utan att den tar alltför mycket fokus och energi i ditt liv.
- Information om vart du kan vända dig om du får problem med din reumatiska sjukdom eller om du får andra problem orsakade av sjukdomen.
- Information om vilket stöd du kan få:
 - Läkare – hjälp med medicinsk behandling.
 - Fysioterapeut – hjälp med kropp och träning.
 - Arbetsterapeut – hjälp med vardagsstrategier.
 - Dietist – hjälp med kost och hälsosamma matvanor.

- Kurator – stöd i känslomässiga reaktioner och egenvård vid kronisk sjukdom. (Både för dig och närstående.)

Ta del av programmet

Om du vill ta del av den digitala plattformen Reumatism kan du vända dig till reumatologimottagningen. Tala med din läkare eller annan vårdpersonal på mottagningen.

- Du får tillgång till den digitala plattformen via 1177 under 1 år.
- Du kan gå igenom materialet i din takt och när det passar dig.
- Du kan återgå till innehållet flera gånger.
- Du kan få påminnelse via 1177 om att gå in och ta del av innehållet.
- Det finns inte någon vårdpersonal som följer upp vad du tar del av om ni inte kommit överens om annat.

Så här når du programmet

När personal vid en vårdenhet startat ditt stöd- eller behandlingsprogram kan du nå programmet genom att logga in i e-tjänsterna. Här får du praktiska instruktioner för hur du kommer i gång.

[Så startar du ditt stöd- eller behandlingsprogram – 1177.se](https://www.1177.se)



Kontakt

Reumatologimottagning

Telefonnummer 033 - 616 14 49

[Reumatologimottagning SÄS](https://www.reumatologimottagning.sas.se)

