



Hjärtskola- inbjudan

Digitalt stöd och behandlingsprogram

Du kommer bjudas in till att delta i digital hjärtskola via e-tjänsterna på 1177.

Kunskap ökar förmågan att påverka den egna situationen, bidrar till att öka välbefinnandet och främja återhämtningen.

Hjärtskolan är kostnadsfri och du har tillgång till programmet under tolv månader.

Innehåll

Programmet består av tolv moduler. Den tolfte och avslutande modulen innehåller information och kontaktuppgifter till patientföreningen för hjärt- och lungsjuka. Moduler i programmet:

1. Inledande information
2. Om kranskärlssjukdom
3. Riskfaktorer
4. Återbesök vid hjärtmottagningen
5. Läkemedel
6. Fysisk träning
7. Fysisk aktivitet
8. Matvanor
9. Tobak
10. Alkohol
11. Känslomässiga reaktioner
12. Hjärt- och lungföreningen

Har du frågor kring innehållet i programmet finns möjlighet att skicka meddelande till oss. Observera att meddelandefunktionen **inte** är till för medicinska frågor av personlig karaktär.

Så startar du ditt stöd- eller behandlingsprogram

När personal startat ditt stöd- eller behandlingsprogram kan du nå programmet genom att logga in i e-tjänsterna på 1177. Det gör du med hjälp av e-legitimation till exempel mobilt BankID. Här får du praktiska instruktioner för hur du kommer i gång.

[Så startar du ditt stöd- eller behandlingsprogram](#)



Återbesök

Din tid för återbesök på mottagningen.

.....

Kontaktuppgifter

Hjärtsvikt rehabmottagning, Södra Älvsborgs sjukhus Borås

Sjuksköterska, telefonnummer: 033 - 616 41 53

Telefontid: måndag-fredag 9.00-10.00

1177 – tryggt om din hälsa och vård

På 1177.se kan du få mer information om sjukdomar, undersökningar, behandlingar och läkemedel samt få råd om hälsa. Du kan även läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. www.1177.se