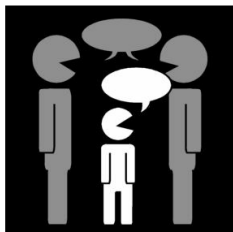


Qendra për mbipeshë · Obesitascentrum

Vizitë e re

Nybesök



Ti duhet të vijshë në Qendrën e mbipeshës bashkë me prindërit/kujdestarët tu. Nëse ti i ke dy prindër, që të dy do të shoqërojnë.

Du ska få komma till Obesitascentrum tillsammans med dina föräldrar/vårdnadshavare. Om du har två föräldrar så ska båda två följa med dig.



Te ne punojnë mjeku, infermierja, fizioterapeuti, dietisti, kuratori, psikologu dhe terapeuti i punës. Ne i takojmë fëmijët dhe adoleshentët me mbipeshë /majmëri.

Hos oss arbetar läkare, sjuksköterska, fysioterapeut, dietist, kurator, psykolog och arbetsterapeut. Vi träffar barn och ungdomar med obesitas/fetma.



Ti do të vijshë këtu dy ditë radhazi, por fle në shtëpi gjatë natës. Ty të jepet dreka në spital. Prindërit tu mund të sjellin ushqimin me vete ose të blejnë ushqim.

Du kommer att komma hit två dagar i rad men sova hemma på natten. Du får lunch på sjukhuset. Dina föräldrar kan ta med sig eller köpa mat.



Silli me vete rrobat për stërvitje, këpucët për ushtrime dhe një peshqir. Pasi të keshë qenë te fizioterapeuti, ti mund të bëjshë dush nëse ti dëshiron.

Ta med dig träningskläder, träningskor och en handduk. När du har varit hos fysioterapeuten kan du duscha om du vill.



Nëse ti nuk mund të vijshë, për këtë ju duhet të telefononi dhe të tregoni. Mund të duhen 2 ose 3 muaj para se të merrni një kohë të re. Tel: _____

Om du inte kan komma behöver ni ringa och berätta det. Det kan ta 2 eller 3 månader innan du får en ny tid. Tel: _____

Qendra për mbipeshë · Obesitascentrum

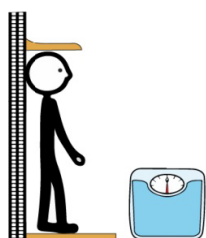
Vizitë e re

Nybesök



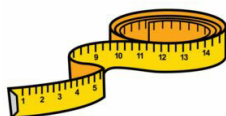
Së pari, ju takoni një infermiere dhe bisedoni për atë se çka do të ndodhë gjatë këtyre dy ditëve dhe ti mund të bëjshë pyetje.

Först träffar ni en sjuksköterska och pratar om vad som ska hända under de här två dagarna och du kan ställa frågor.



Ne e masim gjatësinë dhe peshën tënde.

Vi mäter och väger dig.



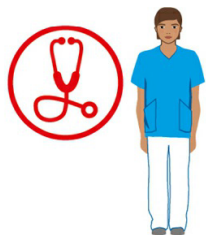
Ne gjithashtu masim perimetrin e qafës tënde, krahët, stomakun dhe prapnicën me një masë shiriti.

Vi mäter också runt din hals, arm, mage och rumpa med ett måttband.



Ne e masim tensionin tënd të gjakut dhe pulsin.

Vi mäter ditt blodtryck och puls.



Pastaj ti takon mjekun dhe infermieren.

Sedan får du träffa läkare och sjuksköterska.

Qendra për mbipeshë · Obesitascentrum

Vizitë e re

Nybesök



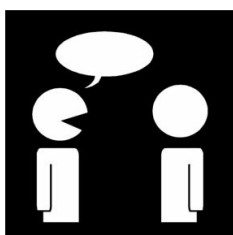
Prindërit e tu iu janë përgjigjur pyetjeve në një letër të cilën ata i japin mjekut. Mjeku bisedon me ju për atë që ndodhet në letër.

Dina föräldrar har svarat på frågor på ett papper som de ger till läkaren. Läkaren pratar med er om det som står på pappret.



Pastaj ti shkon te fizioterapeuti. Atje ti duhet t' i ndërrosh rrobat me rroba për ushtrime dhe prit në dhomën e pritjes.

Sedan går du till fysioterapeuten. Där får du byta om till träningskläder och vänta i väntrummet.



Kur të vijë fizioterapeuti ju mund të flitni pak me te.

När fysioterapeuten kommer får ni prata en stund.



Ti duhet ta bëjshë një test në shkallë ku ti shkon lart e poshtë në një shkallë.

Du får göra ett trapptest där du går upp och ner i en trappa.



Ti gjithashtu duhet ta testoshë shpejtësinë, shkathtësinë dhe forcën tënde.

Du får också testa din snabbhet, smidighet och din styrka.

Qendra për mbipeshë · Obesitascentrum

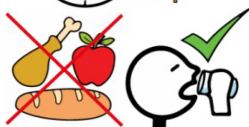
Vizitë e re

Nybesök



Ti dhe kujdestarët e tu takoheni me një psikolog dhe kurator. Ju bisedoni së bashku ose edhe ti flet vetë me psikologun.

Du och dina vårdnadshavare träffar psykolog och kurator. Ni pratar tillsammans eller så pratar du själv med psykologen.



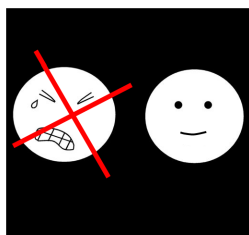
Tani ti mund të shkoshë në shtëpi. Pas orës 22:00 sonte ti nuk mund të hash asgjë. TI mund të pinjshë ujë të thjeshtë.

Nu får du åka hem. Efter kl 22 ikväll får du inte äta någonting. Du kan dricka vanligt vatten.



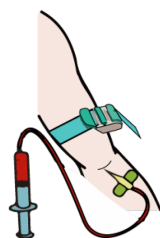
Të nesërmen në mëngjes ti mund t' i vendosësh leukoplastët anestetikë në të dyja leqet e duarve 1 - 2 orë para marrjes së provave, nëse ti dëshiron.

Nästa morgon kan du sätta på bedövningsplåster i båda armvecken 1-2 timmar före provtagningen, om du vill.



Infermierja e heq leukoplastin. Tani krahu është i mpirë.

Sjuksköterskan tar av plåstret. Nu är armen bedövad.



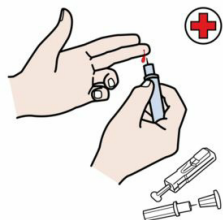
Ne marrim provë të gjakut nga krahu.

Vi tar blodprov från armen.

Qendra për mbipeshë · Obesitascentrum

Vizitë e re

Nybesök



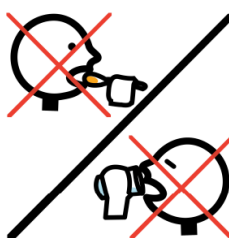
Ne e marrim një pikë gjak nga gishti.

Vi tar en droppe blod från fingret.



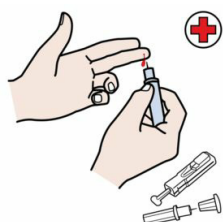
Ti duhet t' i pijshë dy gota ujë me sheqer.

Du får dricka två glas vatten med socker i.



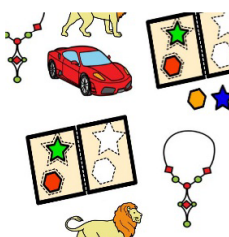
Ti duhet të jeshë i qetë dhe të pritësh dy orë pa ngrënë e pa pirë ndonjë gjë.

Du får ta det lugnt och vänta två timmar utan att äta eller dricka något.



Pastaj ne e marrim një provë të re të gjakut nga gishti.

Sedan tar vi ett nytt blodprov från fingret.



Ti mund ta zgjedhësh një dhuratë të vogël.

Du får välja en liten present.

Qendra për mbipeshë · Obesitascentrum

Vizitë e re

Nybesök



Dietetisti do të ju bëjë pyetje për ushqimin dhe pijet.

Dietisten kommer ställa frågor om mat och dryck.



Para se të shkoni në shtëpi, ju mund ta takoni përsëri mjekun dhe të merrni propozime se si ne mund t'u ndihmojmë.

Innan ni går hem får ni träffa läkare igen och får förslag på hur vi kan hjälpa er.