Digital informationsbroschyr

Välkommen till rehabbassängen

Mölndals sjukhus



SAHLGRENSKA UNIVERSITETSSJUKHUSET VGR

Verksamhet Arbetsterapi och fysioterapi

Bassängen

Rehabbassängen är till för dig som behöver träna i bassäng. Bassängen är 13 m lång, 4,5 m bred och 110-130 cm djup. Vattnet är 34 grader varmt.

Det finns ledstänger och en trappa ner till vattnet och för dig som har svårt att gå finns en sittlift. Behöver du hjälp med omklädning och dusch måste du ha en medhjälpare med dig.

Vem får komma

För att få tillgång till träning i bassängen ska du vara patient på Fysioterapin, Sahlgrenska Universitetssjukhuset.

Uthyrning av bassäng sker även till fysioterapeuter inom Närhälsan eller privat verksamhet. Kvällstid hyr patientföreningar bassängen.

Träning sker i grupp eller enskilt under ansvarig fysioterapeut. Behandlingen är tidsbegränsad.

Ordningsregler

Omklädningsrum finns i anslutning till bassängen för damer och herrar. Du som ska bada, måste duscha och tvätta dig noga med tvål innan du går ner i bassängen. Du ska då duscha utan badkläder, detta för att vi ska ha en fortsatt bra kvalitet på vattnet.

Vi ber dig att respektera att inte gå i bassängen innan din gruppledare eller fysioterapeut kommit. Visa hänsyn till andra badande. Undvik parfym och andra starka dofter på grund av allergier.

Att tänka på

Vad ska jag ta med mig?

- Medtag badkläder, handduk och duschartiklar.

- Badskor eller badtofflor då golvet kan vara halt. Finns att köpa i exempelvis sport- och rehabaffärer

Varför har man klor i vattnet?

Det tar bort bakterier och smuts som inte fastnar i reningssystemet.

Varför luktar det ibland klor i bassängrummet?

Kloret i sig självt luktar inte, utan det är först när det reagerar med smuts som en lukt uppstår, därför är det viktigt att du tvättar dig noga över hela kroppen.

Hur gör jag efter badet?

Skölj bara av dig utan tvål för att undvika klorlukt.

Vad ska jag mer tänka på?

Visa hänsyn. Undvik parfym och andra starka dofter på grund av allergier.

Kan jag bada om jag har sår?

Det är inte tillåtet att bada med sår som kräver plåster eller andra förband.

Kan jag bada om jag har urinvägsinfektion?

Nej.

Kontakt

Kontakta oss i första hand på 1177.se, våra e-tjänster.

Logga in på 1177.se och lägg till mottagning:

- **Fysioterapi Mölndal**

Telefon vid behov
Fysioterapi Mölndal 031- 343 14 64

Besöksadress
Fysioterapi, Mölndals sjukhus
målpunkt E, vån 3
Länsmansgatan 28
431 30, Mölndal

Kostnad

Avgift följer gällande taxa.

Frikort gäller.

Levnadsvanor som rör mat, alkohol, tobak och fysisk aktivitet har stor betydelse för hur du mår. På 1177.se finns information, tester, råd och handlingsplaner för dig som vill veta mera om detta.

Version 2, 2026-10-16 Foto: Verksamhet Arbetsterapi och fysioterapi, Tryck: **VGR18330**

SAHLGRENSKA
UNIVERSITETSSJUKHUSET
VGR