

Till dig med behov av arbetsterapi och fysioterapi i primärvården

Arbetsterapi och Fysioterapi

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN
SAHLGRENSKA UNIVERSITETSSJUKHUSET

I samband med sjukdom, skada eller operation kan du behöva hjälp för att komma igång med aktiviteter och att återfå funktioner. Denna hjälp kan du få av Arbetsterapeuter och Fysioterapeut inom primärvården.

Remissfrihet

Du behöver ingen remiss för att boka tid hos en arbetsterapeut eller fysioterapeut i primärvården.

Valfrihet

Du kan själv välja vilken arbetsterapeut eller fysioterapeut som du vill kontakta. För att lättast hitta en mottagning som passar dig, går du in på www.1177.se. Gå in på Hitta vård och sök på arbetsterapeut eller fysioterapeut. Du får då fram förslag på mottagningar dit du kan vända dig. Du kan även gå in via denna länk på Vårdval Rehab och söka på rehabenheter som ligger i närheten där du bor. Mottagningarna kan ha varierande inriktningar, så det är viktigt att du hittar en mottagning som har den kompetens som du behöver.

Patientavgifter

Avgifter till arbetsterapeut och fysioterapeut följer regionens gällande taxa. Du kan läsa mer om vad som gäller i din region på 1177.se
När du har kommit upp till gränsen för högkostnadsskyddet får du ett frikort. Detta gäller i hela landet.
Gränsen för högkostnadsskydd hittar du under informationen om patientavgifter på ***1177.se***

Hjälpmedel

Om du har behov av gånghjälpmedel eller hjälpmedel som underlättar livets dagliga aktiviteter, är du välkommen att kontakta arbetsterapeut eller fysioterapeut inom primärvården. Efter en bedömning av dina behov kan du få hjälpmedel förskrivet för en längre eller kortare tid. När du inte längre behöver dem lämnar du tillbaka hjälpmedlen. Detta kan du göra till valfri primärvårdsmottagning eller till Hjälpmedels-centralen.

Arbetsterapi

Arbetsterapeut kan du träffa om du har svårt att klara dina dagliga aktiviteter, oavsett orsak. Det är inte ovanligt att sjukdom eller skada begränsar dig, och då kan du behöva stöd för att återgå till en fungerande vardag.

Arbetsterapeuten undersöker aktiviteter som du har svårt att genomföra och om det finns ett annat sätt att göra som fungerar bättre. Det handlar om att hjälpa dig att vara så självständig som möjligt så att du kan delta i de aktiviteter som är meningsfulla och viktiga för dig. Det gör man bland annat genom att skapa struktur och aktivitetsbalans. Ibland behövs anpassning av bostaden, utprovning av hjälpmedel, ergonomisk rådgivning eller handrehabilitering. Du kan även erbjudas rådgivning i samband med hjärntrötthet, stress eller smärta.

Fysioterapi

Ibland behövs hjälp för att komma igång efter en skada, sjukdom eller operation. Fysioterapeuten undersöker dig och hjälper dig att hitta orsaker till det som skapar hinder eller gör ont. Du får förslag på åtgärder som exempelvis kan vara träning för att förbättra din balans, koordination, kondition, styrka och andningsfunktion. Det kan också vara smärtlindrande behandling eller metoder för att hantera stress och sömnsvårigheter.



Egna anteckningar

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.

Bildkälla: Marie Ullnert, fotograf

Broschyr nummer: 103

Ansvarig utgivare: Sahlgrenska Universitetssjukhuset
Arbetsterapi och Fysioterapi
Hus S, plan 4, 431 80 Mölndal

Version 2, 2020-12-15