

KRONISKE SMERTER

LANGVARIG MUSKEL- OG BLØTDELSSMERTER

Dagbasert rehabiliteringstjeneste for Helse Sør-Øst og Helse Midt



Målsetting

Styrke personens mestringsevne i hverdag og arbeidsliv, reduksjon i opplevde smerter, bedret funksjon og allmenn helsetilstand. Hindre sykmelding eller bistå i tilbakeføring til arbeid

Kompetanseteam

Et tverrfaglig spesialistteam bestående av bl.a. lege, psykolog, fysioterapeut, sykepleier, ernæringsfysiolog, idrettspedagog og jobbkonsulent følger opp pasienten med fokus på muligheter og ressurser

Innhold

Vi vektlegger tverrfaglighet og kunnskapsbasert, helhetlig oppfølging med individuell tilpasning. Eksempel på innhold kan være mestringfokuset undervisning, veiledning med kognitiv tilnærming, tilpasset fysisk aktivitet, smertemestring, kosthold, søvnkvalitet, yrkesveiledning, samhandling med andre involverte aktører

Varighet

Inntil 12 uker – 2-3 dager pr uke

Eller 14 dagers kartlegging- & vurderingsopphold (kun Oslo og Hamar)

Henvisningsinformasjon

Personer med smertetilstander; f eks langvarige rygg/nakke/skuldersmerter, fibromyalgi. Aktuelt for pasienter med behov for lokalt dagbasert rehabiliteringstilbud. Ingen krav til sykepengerettigheter

For utfyllende informasjon om henvisninger - se hjemmesidene til Helse Sør-Øst og Helse Midt.

Du finner oss

Oppfølgingsenheten Frisk leverer tjenesten Kroniske smerter ved følgende avdelinger:

KONGSVINGER

ELVERUM

HAMAR

OSLO - SENTRUM

TRONDHEIM - fra jan. 2018

Vi ser fram til et positivt samarbeid. Ta gjerne kontakt dersom spørsmål!

Hovedkontor:

Postboks 14 | 2391 Moelv | Tlf: 62 33 01 33 | post@oppfrisk.no | oppfrisk.no

OPPFØLGINGSENHETEN
frisk

LAGSPILLER INNEN ARBEID OG HELSE