

Kognitivt Öppenvårdsprogram

Rehabiliteringskliniken i Växjö



Allmän information om rehabiliteringskliniken

Rehabiliteringskliniken bedriver specialiserad rehabilitering för personer över 18 år efter somatisk sjukdom eller skada.

Rehabiliteringen bedrivs av team eller enskild profession i program, skolor/kurser eller vid mottagningsbesök. Det finns slutenvårds- och öppenvårdsrehabilitering. Vi tar årligen emot ca 750 patienter inom öppenvården och 140 patienter inom slutenvården.

Kliniken är belägen på Sigfridsområdet i Växjö ca två km från centrum. Miljön ute och inne är anpassad för personer med funktionsnedsättning. Parkliknande grönytor erbjuder rika möjligheter till promenader och friluftaktiviteter. Inom området finns även bibliotek, kafé och restaurang. På kliniken finns dagrum med pentry, matsal och samvarorum för patient och närstående. Träningslokalerna är välutrustade. Det finns bassäng, träningsträdgård, träningskök, datarum mm. Utrustning finns för att bedriva idrottsverksamhet i träningshall och utomhus.

Rehabiliteringen bedrivs med en individcentrerad filosofi och utgår från WHO:s ”Klassifikation av funktionstillstånd och funktionshinder” (ICF) och innefattar medicinska, sociala och psykologiska insatser.

Remiss

Remiss från legitimerad vårdpersonal behövs. Du kan också skicka en egenremiss som finns att hämta på 1177.se.

Kognitiva öppenvårdsprogrammets mål

Målet är att du ska kunna återuppta arbete eller studier, alternativt kunna minska din sjukskrivning.

Vem riktar sig programmet till

Programmet riktar sig till dig som efter sjukdom eller skada, har kognitiva nedsättningar* eller fatigue (mental trötthet/hjärntrötthet) som gör det svårt att återgå till arbete eller studier, eller minska sjukskrivningen.

*Exempel på kognitiva nedsättningar:

- Svårigheter att minnas det man tidigare kommit ihåg
- Bristande simultankapacitet
- Nedsatt koncentrationsförmåga
- Nedsatt uppmärksamhet
- Det tar ”längre tid” att tänka
- Svårigheter att hitta ord och förstå
- Nedsatt förmåga att planera, lösa problem och fatta beslut
- Svårigheter att hitta och att orientera sig

Mycket kan åtgärdas med stöd av primärvård eller företagshälsovård men ibland kan det behövas åtgärder inom specialiserad rehabilitering.

Team

Rehabiliteringen bedrivs av team där du och eventuellt någon närstående ingår. Teamets sammansättning avgörs av dina behov.

De professioner (med kort beskrivning), som kan ingå i teamet:

Läkare:

Medicinskt ansvarig och ansvarig för rehabiliteringsprocessen. Genomför neurologiskt status, psykosocial anamnes, kartläggning av levnadsvanor samt fatigue-utredning. Läkemedelsbehandling, sjukskrivning under rehabiliterings-perioden, arbetsförmågebedömning, information om sjukdom/skada.

Arbetsterapeut:

Bedömning av aktivitetsförmåga i relation till arbete med hjälp av intervju, bedömningsinstrument och observation i aktivitet. Kartläggning av aktiviteter över dagen samt arbetet och arbetsutförande. Strategier för att hantera t.ex. fatigue och nedsatt kognitiv förmåga.

Sjukgymnast/fysioterapeut:

Kartläggning av fysisk aktivitetsförmåga utifrån arbetskrav, hälsoprofilbedömning. Initiera egenvård för att skapa hållbara fysiska förutsättningar.

Rehabkoordinator:

Koordinerar klinikens rehabinsatser med t.ex. primärvård, arbetsgivare, Försäkringskassa, Arbetsförmedling.

Neuropsykolog/psykolog:

Kartläggning görs av hinder och resurser på arbetsplatsen och arbetsuppgifterna utifrån psykiska funktioner och personella faktorer, t.ex. screening av kognitiv förmåga/psykiska funktioner. Neuropsykologisk utredning sker före eller efter programmet. Stöd ges under rehabiliteringsperioden i form av t.ex. copingstrategier.

Logoped:

När de språkliga funktionerna har påverkats av sjukdom/skada så gör logopeden en bedömning av språklig förmåga. Kartläggning görs även av vilka språkliga aktiviteter som ingår i arbetsuppgifterna och vilka krav som ställs.

Åtgärder kan t.ex. vara att introducera och använda strategier som kan underlätta i samtal och vid läsning och skrivning.

Kurator:

Vid behov stöd med myndighetskontakter, ekonomiska frågor och stödsamtal.

Rehabiliteringen

Rehabiliteringen sker inom dagrehabiliteringen. Arbetsplatsbesök görs vid behov. Vanligtvis är det upp till nio veckors rehabilitering med träningsschema två dagar per vecka förlagt mellan kl 09.00 och 16.00. Träningen sker individuellt eller i grupp, ca fyra timmar per dag. Utöver detta tillkommer självträning och tillämpning i din hemmiljö.

Utredning

Perioden inleds med utredning av din funktionsförmåga i förhållande till arbetets krav. Tillsammans upprättar ni sedan en rehabiliteringsplan med mål och åtgärder samt en tidsplan.

Åtgärder

Åtgärderna kan vara att finna lämpliga strategier för att hantera arbetslivets krav samt att bl.a. genom egenvård skapa hållbara fysiska förutsättningar.

Avslut

Teamet planerar tillsammans med dig - och i samverkan med försäkringskassa och arbetsgivare - hur och när arbetsåtergången ska ske. Samverkan sker även med arbetsförmedling vid behov. Kontakt etableras med och överlämning sker till rehabkoordinator och andra berörda inom primärvården. Du kan t.ex. ha behov av fortsatt stöd och hjälp av primärvården i att använda de strategier som initierats under programmet.

Information om konsekvenserna av skadan/sjukdomen ges till närstående och andra intressenter (t.ex. på arbetsplatsen) utifrån dina önskemål och behov.

Uppföljning

Cirka tre månader efter avslut kontaktar kliniken dig för uppföljning av hur det gått efter utskrivningen. Uppföljningen görs vanligtvis via telefon.

Övrig information

DAGREHABILITERING

Kostnad: Högkostnadsskydd och sjukreseersättning gäller. Anmäl dig vid första besöket i receptionen. Därefter kan du använda självskanningen.

Måltider: Måltid ingår inte. Det finns enkel fika på för- och eftermiddagar. Lunch finns att köpa på restaurang Helgonet. Undersköterska kan vid behov följa med till restaurangen. Kylskåp och mikrovågsugn för medtagen lunch finns i klinikens lokaler.

Rehabteamet: Finns att tillgå vardagar, kontorstid. Läkaren är medicinskt ansvarig endast under träningsdagarna på kliniken, övriga tider kontaktas t.ex. vårdcentral.

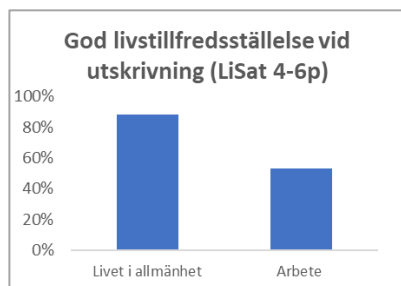
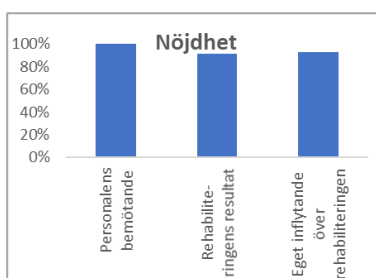
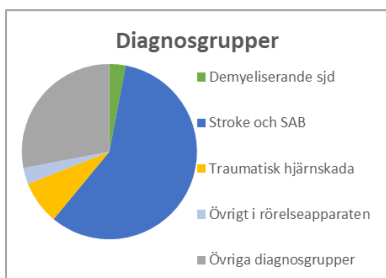
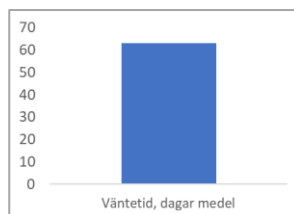
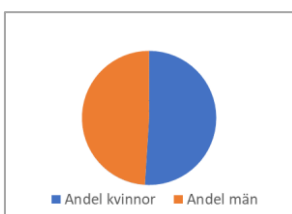
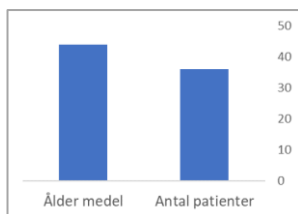
Kläder: Ta med träningskläder, gymnastikskor eller liknande, beroende på vad som planerats i tränings schemat.

Hjälpmedel: De hjälpmedel som behövs under träningsdagarna på kliniken, tillhandahålls som lån av kliniken. Träningen kan underlättas av att t.ex. egna gånghjälpmedel och hjälpmedel för påklädning och måltider, tas med.

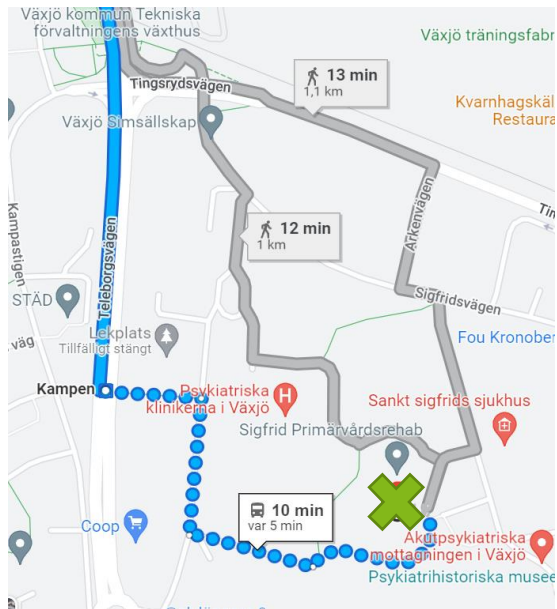
Besök: Närstående är välkomna att delta vid träningar om du vill det, men meddela gärna innan.

Beskrivning 2022

36 patienter deltog i kognitivt öppenvårdsprogram under 2022. Medelåldern var 44 år och 51% var kvinnor. Övervägande del (36%) kom efter stroke. Väntetiden var i medel 63 dagar. Patienterna var överlag nöjda med personalens bemötande, rehabiliteringens resultat och möjligheten till eget inflytande över rehabiliteringen. 88% upplevde vid utskrivningen god tillfredsställelse med livet i allmänhet och 53% var tillfredsställda med sin arbetsituation.



Hitta hit



Buss: Lämpliga busslinjer från stationen är 1, 5 eller 7 mot Teleborg, hållplats Simhallen eller Kampen.

Bil: Från Stortorget kör Storgatan öster ut. Sväng höger i första rondellen. Sväng vänster i andra trafikljuset. Efter 300 m sväng höger in på Sigfridsområdet.

Rehabiliteringskliniken
JF Liedholms väg 12
352 57 Växjö
Tel: 0470-59 22 50
www.regionkronoberg.se