

Kontaktuppgifter

Umeå

Fysioterapeut: 090-785 18 94

Arbetsterapeut: 090-785 18 95

Kurator: 090 – 785 10 96

Av-/ombokning rehabiliteringsteambesök: 090 – 785 91 46

Skellefteå

Kurator: 0910-77 11 03

Sjuksköterska: 0910-77 11 05

Arbetsterapeut: 0910-77 11 06

Fysioterapeut: 0910-77 11 08

Lycksele

Fysioterapeut: 0950 - 396 10

Arbetsterapeut: 0950 - 390 65

Kurator: 090 – 785 10 96

Mottagningssjuksköterska, telefonrådgivning: 090 – 785 91 46

Du når oss även via webben genom att logga in på 1177.se.



Region Västerbotten

Norrlands universitetssjukhus, Akutvågen 5, 901 85 Umeå

Skellefteå lasarett, Lasarettsvägen 29, 931 41 Skellefteå

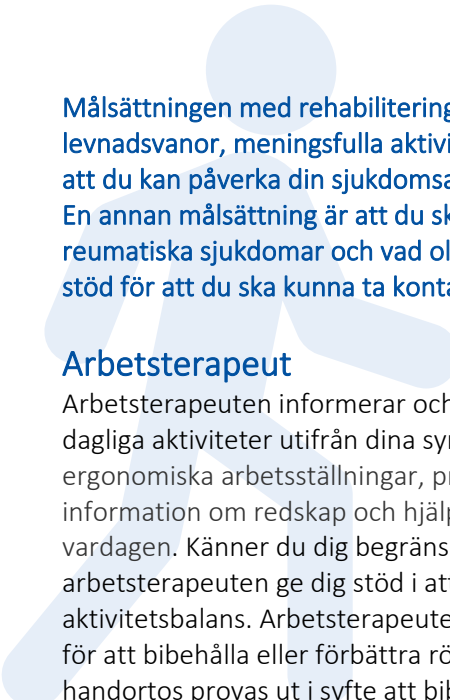
Lycksele lasarett, Hedlundavägen 20, 921 37 Lycksele

1177.se/Vasterbotten

Rehabilitering inom reumatologi

Reumatologisk mottagning Västerbotten





Målsättningen med rehabiliteringen är att du ska få stöd till goda levnadsvanor, meningsfulla aktiviteter och delaktighet i samhället så att du kan påverka din sjukdomsaktivitet och förbättra din livskvalité. En annan målsättning är att du ska få kunskap om rehabilitering vid reumatiska sjukdomar och vad olika yrkeskategorier kan erbjuda för stöd för att du ska kunna ta kontakt med oss när du behöver det.

Arbetsterapeut

Arbetsterapeuten informerar och ger råd om förhållningssätt i dagliga aktiviteter utifrån dina symtom. Det kan vara råd om ergonomiska arbetsställningar, praktiska råd i vardagsaktiviteter, information om redskap och hjälpmedel som kan underlätta i vardagen. Känner du dig begränsad på grund av din trötthet kan arbetsterapeuten ge dig stöd i att få till återhämtning och aktivitetsbalans. Arbetsterapeuten kan även ge råd om handträning för att bibehålla eller förbättra rörlighet och styrka. Vid behov kan handortos provas ut i syfte att bibehålla/öka möjligheten att vara aktiv i din vardag men också för att avlasta och smärtlindra handens leder.

Fysioterapeut

Fysioterapeuten har specialkunskap om hur fysisk aktivitet leder till rörlighet och hälsa utifrån din förmåga och hur detta kan påverka de symtom som den reumatiska sjukdomen kan medföra. Fysisk aktivitet och träning ger goda hälsoeffekter på sjukdomsaktivitet, kondition, muskelstyrka och på andra sjukdomsrelaterade symtom vid reumatisk sjukdom. Efter bedömning av led- och muskelfunktion hjälper fysioterapeuten dig att hitta övningar eller träningsformer anpassade efter dina behov och du får stöd att upprätthålla träningen över tid. Fysioterapeuten ger också råd hur du kan förhålla dig till fysisk belastning vid smärta eller ledsvullnad och arbetar med olika smärtlindringsmetoder och behandlingar för ökad funktion.

Kurator

Kuratoren inom reumatologi arbetar med att ge dig stöd i den livsomställning som en sjukdomsdiagnos kan innebära. Det psykosociala arbetet handlar om att utforska de psykologiska och sociala faktorer som kan påverka vilka konsekvenser dina sjukdomssymtom får i livet. Till kuratören kan du vända dig vid behov av råd och stöd angående ekonomi, arbete, utbildning, kommunala insatser och sjukförsäkring. Det finns även möjlighet att träffa kurator vid behov av samtalsstöd, krishantering och bearbetning efter sjukdomsbesked.

Sjuksköterska

Sjuksköterskan är ofta den som ger dig och din närstående information, råd och stöd kring diagnos, behandling och uppföljning samt om levnadsvanor. Du träffar sjuksköterskan när du startar med läkemedel och vid uppföljning av dessa. Om du blir ordinerad läkemedel i droppform så är det sjuksköterskan som ger det. Det är också sjuksköterskan som svarar på dina frågor när du ringer till telefonrådgivningen.

Team

Teambaserad rehabilitering erbjuds till dig med reumatisk sjukdom som behöver helhetssyn på dina symtom och vilka konsekvenser det får i vardagslivet. Vid ett rehabiliteringsteambesök får du ett enskilt besök med varje profession. Rehabiliteringsbehovet kartläggs och vid behov utformar teamet en rehabiliteringsplan i samråd med dig som är patient. Insatserna kan därefter vara individuella eller i grupp.

