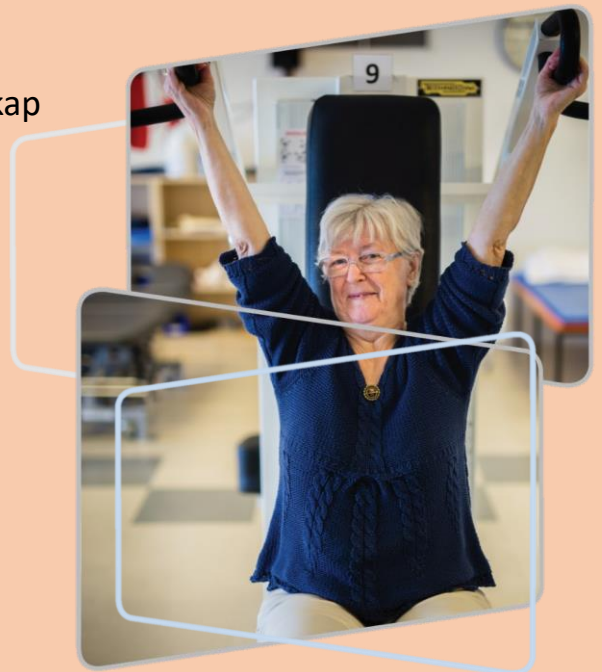


REHABILITERING ETTER COVID-19

Tilbudet er for pasienter som sliter med utfordringer etter Covid-19 sykdom med behov for rehabilitering, uavhengig av innleggelse på sykehus eller behandlingsform etter sykdommen.

Mange pasienter har utfordringer i etterkant av et sykdomsforløp. Dette kan typisk være nedsatt lungefunksjon, nedsatt energi, kognitiv funksjon, samt angst og depresjon. Gjennom en rehabilitering på Skogli vil du få opptrening, kostholdsveiledning og bistand til å takle de utfordringene som er aktuelle etter sykdommen. På Skogli er det tilgang til et bredt spekter av helsepersonell som kan bistå pasienter med komplekst og sammensatt sykdomsbilde. Det tverrfaglige teamet består av leger, fysioterapeuter, sykepleiere, ergoterapeuter og klinisk ernæringsfysiolog, samt sosionom og psykolog.

Innhold: I løpet av oppholdet vil du få økt kunnskap om egen helse og hvordan du kan møte dine utfordringer. Du får tildelt din personlige rehabiliteringskoordinator som vil hjelpe deg å sette mål for rehabiliteringen. Du vil få et individuelt tilpasset treningsopplegg etter en grundig kartlegging i av lege og fysioterapeut. I undervisninger og grupper vil du få kunnskap om kosthold, livsstil og sykdomsmestring, og mulighet til å delta på grupper som omhandler energiøkonomisering, søvnmestring, smerte-håndtering med mer.



Mål: Målsetning med oppholdet er å bli i bedre stand til å takle hverdagsliv og arbeidslivet gjennom bedre helse, økt sykdomsinnsikt og lære strategier for hvordan mestre symptomene. Vi har som mål om å redusere utrygghet og at pasientene får prøve ut egne grenser. Ved avslutning av oppholdet legger vi en plan sammen med deg om veien videre og bistår i kontakt med lokalt hjelpeapparat ved behov.



SKOGLI

Helse og rehabiliteringssenter AS

2614 Lillehammer, 61 24 91 00, skogli@skogli.no