

Pasienter med Parkinson og deres pårørende

Et tverrfaglig mestringkurs med brukeren i sentrum



Hvor kan jeg få mer informasjon?

Tlf: 75 12 51 00. Be om å få kontakt med nevrologisk avdeling

Nettside: helgelandssykehuset.no/pasientkurs

Du kan også ringe til Lærings- og mestringssenteret
Helgelandssykehuset Tlf: 75 12 57 18 / 75 12 53 22

Våre samarbeidspartnere

Vefsn kommune

Rana Parkinsonforening

Helgeland Parkinsonforening



Et mestringskurs for deg med Parkinson og dine pårørende.

Mål med kurset

Kurset skal være med på å gi økt kunnskap om behandling og mestring av hverdagen med Parkinson sykdom, for både pasient og pårørende.

Kurset gir mulighet til å møte andre i lignende situasjon, høre andres spørsmål og svar, stille egne spørsmål og å dele erfaringer

Innhold

- Pasienthistorie
- Medisinsk informasjon om Parkinson
- Behandling og kostholdets innvirkning.
- Samarbeid mellom pasient/pårørende/lege
- Fysisk aktivitet, hva kan du gjøre selv.
- Aksept, motivasjon og mestring.
- Energiøkonomisering/Tekniske hjelpemidler
- Tale og stemmebruk
- Informasjon fra lokal parkinsonforening/ Norges parkinsonforbund

Programmet er utviklet i samarbeid med:

Erfarne brukerrepresentanter, tverrfaglig helsepersonell, Helgeland Parkinsonforening og Rana Parkinsonforening

Kurset er gruppebasert med inntil 15 deltagere.

Du vil treffe andre som er i lignende situasjon som deg, og det blir mulighet til å stille spørsmål og dele erfaringer.

Tid og sted

Kurset varer i to dager, og gjennomføres hvert halvår.

Mer informasjon om kurset, sted og dato, se:

helgelandssykehuset.no/pasientkurs



Henvising

Kurset inngår som en del av oppfølgingen ved Helgelandssykehuset og du som pasient settes opp på venteliste til kurs via poliklinikken dersom du ber om det. Hvis du ikke er pasient ved sykehuset, kan du kontakte din fastlege og be om at en e-henvising sendes Helgelandssykehuset nevrologisk avdeling.

Henvisningsårsak: LMS-kurs Parkinson.

Innhold i henvisningen

- Søkerens og evt. partners navn og fødselsnummer
 - Diagnose og diagnosetidspunkt
 - Behandling: kjemoterapi, stråleterapi, eller kirurgi
- Du/dere vil få innkalling fra sykehuset noen uker før kursstart

Kostnader:

Egenandel for kurs tilsvarer egenandel for poliklinisk time.

Reguleres av til enhver tid gjeldende takst. Pårørende og de som har frikort betaler ingen egenandel.

Utgifter til lunsj må påregnes, eventuelt ta med matpakke.

Kaffe, te og frukt serveres på kurset.

Du har rettigheter i forhold til reise og opphold. Les mer om dette her :

<https://helgelandssykehuset.no/rettigheterlms>

Eller ring [pasientreiser: 05515](tel:05515).

Snakk også med egen lege dersom du ha spesielle behov som må dokumenteres