

Revmakurs

Kurs for deg med leddgikt, Bechterevs sykdom og psoriasis artritt



Hvor kan jeg få mer informasjon?

Ring sentralbord 75 12 51 00. Be om å få kontakt med revmasykepleier eller revmatolog ved Helgelandssykehuset Mo i Rana. Inntakskontor eller sekretærer kan være behjelpelig med spørsmål om plass på kurs

Nettside: helgelandssykehuset.no/pasientkurs

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

Våre samarbeidspartnere

Psoriasis- og eksemforbundet
Rana Revmatikerforening



HELGELANDSSYKEHUSET
HELGELAANTEN SKIEMTJE-GÅETIE



”Det var svært nyttig å møte andre med samme sykdom for å dele erfaringer, likeså å møte alle spesialistene som kom med viktig informasjon”
(tidligere deltager på revmakurs)

Et mestringskurs for deg med leddgikt (revmatoid artritt), Bechterevs sykdom (ankyloserende spondylitt) og psoriasis artritt, og dine pårørende.

Målsettingen med kurset er å skape en møteplass mellom deg, pårørende og fagfolk for kunnskaps- og erfaringsutveksling. Målet er at du skal mestre og tilpasse hverdagen på best mulig måte for deg.

Kursets innhold:

- Mestring, hverdagserfaring og egenomsorg
- Aktivitetsveiledning, tekn. og ortoped. hjelpemidler
- Medisinsk informasjon og behandling
- Kosthold ved revmatisk sykdom
- Fysisk aktivitet og trening

Programmet er utviklet i et samarbeid med:

Erfarne brukerrepresentanter, tverrfaglig helsepersonell og lokallag av pasientorganisasjonene.

Kurset er gruppebasert med inntil ca 15 deltakere. Du får treffe andre som er i lignende situasjon som deg, og det blir mulighet til å stille spørsmål og dele erfaringer. Det er fint om pårørende også deltar.

Tid og sted

Kurset varer i to dager, og gjennomføres hvert år i Mo i Rana. Mer informasjon om kurset, sted og dato, se helgelandssykehuset.no/pasientkurs.



Påmelding / henvisning

Kurset er en del av oppfølgingen som gis ved Helgelandssykehuset og du som pasient settes opp på venteliste til kurs dersom du ber om det. Hvis du ikke er pasient ved sykehuset, kan du kontakte din fastlege og be om at en e-henvisning sendes til Helgelandssykehuset. Henvisningsårsak: Revmakurs.

Innhold i henvisningen

- Søkerens og evt. pårørendes navn og fødselsnummer
- Diagnose og diagnosetidspunkt
- Behandling

Du/dere vil få innkalling fra sykehuset noen uker før kursstart.

Kostnader

Egenandel for kurs tilsvarer egenandel for poliklinisk time. Reguleres av 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.

Pasienter og pårørende har rett til dekning av reiseutgifter ved opplæringskurs i sykehuset. Pasientens lege avgjør om det er nødvendig at pasienter og pårørende innkalles til opplæring. For mer informasjon ta kontakt med pasientreiser på telefon 91 50 55 15. Du kan lese mer om dine rettigheter på helgelandssykehuset.no/rettigheterlms