

OPHOLD FOR PATIENTER MED RYGSØJLEGIGT

Opholdet henvender sig til personer, som har behov for optimering af deres træning samt information og vejledning omkring rygsøjlegigt.

Formålet

Formålet med opholdet er at:

- optimere din træning
- forbedre dit funktionsniveau
- inspirere til videre træningstiltag hjemme
- give dig viden og færdigheder, så du bedre kan håndtere din gigtsygdom i hverdagen
- give dig forståelse for, hvordan sygdommen kan påvirke dig, din krop og dine omgivelser
- give dig indsigt, så du bedre kan tage stilling til behandlingstilbud
- give dig mulighed for at møde andre med samme sygdom

Opholdet

Opholdet strækker sig over ca. tre uger, hvor du er indlagt på Dansk Gigthospital. Opholdet er gratis.

Du vil komme på hold med ca. syv andre deltagere, der alle har rygsøjlegigt.

Første indlæggelsesdag vil du blive undersøgt af behandlingsteamet, og der afholdes et opstartsmøde med behandlingsteamet og de øvrige deltagere. På mødet lægges der op til forventningsafstemning og præsentation af faggrupperne.

Indlæggelsen foregår som oftest en mandag, og træningen begynder derfor først tirsdag.

Der vil dagligt være aktiviteter i tidsrummet kl. 8.00 – 16.00. Du har som udgangspunkt mødepligt til alle aktiviteter.

Medbring træningstøj, indendørssko og evt. badetøj.

Der tilbydes primært holdtilbud. Ved behov for individuelle tiltag kræves en individuel indlæggelse af kortere varighed.

Træningen

Træningen består som udgangspunkt af:

- Bassintræning om morgenen
- Holdtræning af ca. 1 times varighed om formiddagen
- Konditionstræning på kondicykler om eftermiddagen
- Varmebehandling / kuldebehandling
- Mulighed for selvtræning

Træningen kan medføre let ømhed og ubehag, det er helt naturligt. Du bør mærke efter og lytte til signalerne fra din krop. Hvis der opstår smerter, skal du fortælle det til fysioterapeuten – så kan vedkommende vejlede dig.

Undervisningen

Vi vil gennemgå:

- Sygdommen rygsøjlegigt – årsag, symptomer og forløb
- Behandlingsmuligheder
- Smertebehandling
- Reaktioner i forbindelse med en kronisk sygdom
- Muligheder inden for den beskæftigelsesmæssige og sociale lovgivning
- Hensigtsmæssig brug af kroppen
- Hjælpemidler, herunder tilretninger til bil
- Orientering om Foreningen for rygsøjlegigt og morbus Bechterew, evt. ved foreningsrepræsentant
- Evt. andre emner, som du og holdet finder relevante

Der vil være undervisning ved læge, plejepersonale, fysioterapeut, ergoterapeut og socialrådgiver.

Hver faggruppe vil bidrage med relevant undervisning inden for deres fagområde.

Derudover

Det tværfaglige team kan vurdere, at der er behov for ekstra undersøgelser, samtaler eller andre tiltag under opholdet.

Yderligere information

Fås ved henvendelse til 'Booking' med ansvar for indlæggelser:



Tlf. 73 65 40 88

Telefontid: Tirsdag og torsdag kl. 10.30–11.30



booking@danskgigthospital.dk