

Hvad er KOL-rehabilitering?

KOL-rehabilitering er et tilbud til dig, der aktivt vil gøre noget for din sundhed og sygdom.

Rehabiliteringen vil give dig bedre mulighed for at kunne leve med KOL.

Fokus flyttes fra begrænsninger til at opdage muligheder, så din livskvalitet og sundhed øges gennem et aktivt liv.

Hvem kan deltage:

Tilbuddet henvender sig til dig, der har mild til moderat KOL eller svær KOL i stabil fase, som samtidig har fysiske og/eller psykiske begrænsninger som følge af din sygdom.

KOL-rehabiliteringsforløb:

KOL-rehabilitering er et individuelt tilrettelagt forløb, der kan bestå af træning og undervisning/vejledning, hjælp til rygestop og kostvejledning.

Pårørende inviteres med til dele af undervisningen og træningen.

Vi lægger stor vægt på, at de emner, som vi arbejder med, er relevante og meningsfulde for dig og kan anvendes i din hverdag.

Tilbuddet udbydes af rehabiliteringsteamet bestående af sygeplejerske, fysioterapeut, kostvejleder og rygestopvejleder og vil blive afviklet i Brovst og Pandrup.

Tilbuddet vil primært foregå i dagtimerne.

Hvordan kan jeg deltage i forløbet?

Deltagelse i forløbet sker ved henvisning fra egen læge eller efter endt sygehusophold.

Undervisningen foregår i umiddelbar tilslutning til træningen. Der kan aftales individuel undervisning, som kan tage udgangspunkt i følgende:

- Basal viden om KOL, afslapningsøvelse, brug af ilt
- Medicinforståelse og administration af medicin
- Hverdagsliv og kronisk sygdom
- Hjælpemidler
- Psykiske reaktioner og håndtering af disse
- Vejledning i kost
- Rygestop-instruktion.

Støtte og opfølgning:

Når du har gennemført forløbet, bliver du hjulpet i gang med fortsat træning i dit nærområde.

Du tilbydes en samtale efter 3 og 6 måneder.

Samtalen vil handle om din situation og om hvordan det går med de nye vaner og det opnåede funktionsniveau.

Der kan være mulighed for at genopfriske dele af rehabiliteringen.

Henvendelse kan ske til:

Violeta Cmiljanic

Sygeplejerske

Tlf. 7257 7646

Sundhedsteamet

Sygehusvej 6, 9460 Brovst

sundhedsafdelingen.jammerbugt.dk

sundhed@jammerbugt.dk

Tlf. 7257 8870