

Vårdgivarinformation

På Adaptus står vi beredda att välkomna de av era patienter som är i behov av en sammanhållen och intensiv smärtrehabilitering. Teamet här består av personer som har en lång och gedigen erfarenhet av smärtrehabilitering och också av yrkesinriktad rehabilitering. Det är:

Bodil Heijbel, leg läkare, spec. i allmänmedicin och rehabiliteringsmedicin,
Brita Larsson, leg sjukgymnast, sedan 1995 med inriktning på smärtrehabilitering,
Åsa Osberg, leg arbetsterapeut med flerårig erfarenhet av medicinsk rehabilitering
samt Glenn Rydberg, socionom och arbetslivscoach med mångårig erfarenhet av yrkesinriktad rehabilitering.

Programmet vänder sig till personer som lider av långvarig smärta sedan minst tre månader tillbaka. Målsättningen är att fånga in individerna så tidigt som möjligt i sin sjukdomsperiod. De ska dock vara tillräckligt utredda för att utesluta andra, behandlingsbara diagnoser. Personerna behöver inte vara sjukskrivna utan det räcker att man upplever en svikt i den nuvarande situationen som kan leda till sjukskrivning och ökad ohälsa.

Dem multimodala smärtrehabiliteringen ska betraktas som specialiserad primärvård. Patienter med svår och komplicerad problematik, som t.ex. WAD med uttalad kognitiv svikt ska kanske remitteras till sjukhusets specialistmottagning för smärtrehabilitering i stället?

Vi på Adaptus är måna om att bidra till bra kommunikation under programtiden. Med kursdeltagarens medgivande kommer vi att informera om rehabiliteringen tar en oväntad riktning. Vi kommer också att i god tid inbjuda aktuella rehabaktörer till ett avstämningsmöte vid programmets slut. Detta möte kan hållas på Adaptus eller på vårdenheten.

Vi vill påminna om att det är remitterande läkare som håller i sjukskrivning och receptförskrivning också under programtiden.

Läs mer om Rehabiliteringsgarantin och den multimodala smärtrehabiliteringen på Region Skånes hemsida. För mer information, vänligen se länkar under fliken "Aktuella länkar" på vår hemsida, www.adaptus.se.

Processbeskrivning

Det är läkaren på vårdenheten där patienten är listad som kan remittera till oss. Kom ihåg att det är patienten som väljer leverantör av sin rehabilitering, och hon/han ska därför också underteckna remissen. Ni använder Region Skånes gemensamma blankett. Länk till denna finns under rubriken "Aktuella länkar" på vår hemsida, www.adaptus.se.

När ansökan om rehabilitering inkommer till Adaptus blir individen kontaktad per telefon av samordnare eller utsedd kontaktperson som avtalar tid för ett personligt möte. Tillsammans med kontaktpersonen fattar man då beslut om fortsatt deltagande i programmet.

Smärthanteringskursen har två delar. De första fyra veckorna träffas gruppen med max 10 deltagare tre gånger i veckan.

Den andra delen av kursen innehåller en kursdag per vecka på Adaptus. Kursdeltagaren jobbar under dessa veckor också individuellt mot de personliga målen.

Kursen avslutas med ett avstämningsmöte. Till detta möte inbjuds också representant från vårdenheten, samt andra aktuella rehabaktörer.

Temadagar i kursen:

Smärtfysiologi.

Smärtlindring.

Stress och smärta.

Kris.

Energi och flow.

Rörelseorganens fysiologi.

Ergonomi i vardagen.

Balans mellan aktivitet och återhämtning.

Den kognitiva beteendeterapins grundpelare - tanke, känsla och handling.

Mina mönster.

Grupper, roller och normer.

Träning på nya villkor.

Vägval.

Min livsstil.

Språkkunskaper

Kursdeltagare med svenska som andraspråk måste kunna följa ett samtal i grupp på svenska. Man kan få tolkstöd vid individuella möten.

För ytterligare upplysningar om smärthanteringskursen kontakta gärna Brita Larsson.

Brita Larsson

Samordnare för multimodal smärtrehabilitering

Leg. sjukgymnast

Tel. nr. 044-18 85 89

brita.larsson@adaptus.se

