
Unicare Steffensrud: Brudd og slitasje-skader



Unicare Steffensrud har avtale med Helse Sør-Øst RHF om å gi tilbud på tverrfaglig spesialisert rehabilitering til personer over 18 år med brudd/slitasje.

Vi tilbyr individuelle opphold døgnet eller dag.

Vi setter fokus på å bedre ditt funksjonsnivå og bidra til at du blir selvhjulpent i din hverdag.

Det er en forutsetning at du kan delta aktivt i rehabiliteringsopplegget.

Rehabilitering for brudd og slitasjeskader passer for deg som:

- Er operert i hofta, kne, skulder eller rygg, eller har tilstander i muskel/skjelett som ikke skal opereres.
- Har behov for rehabilitering etter multitraumer eller andre brudd-skader og større ortopediske inngrep
- Har artrose eller osteoporose

Innhold

- Oppfølging av et tverrfaglig team. Teamet består av legespesialist, sykepleier, fysioterapeut, treningsveileder / idrettspedagog og ergoterapeut. Ved behov kobles sosionom og ernæringsfysiolog inn.
- Treningsterapi og funksjonsfremmende trening tilpasset ditt nivå
- Turaktiviteter
- Medisinsk oppfølging
- Individuelt målsettingsarbeid og veiledning
- Læring- og mestringsaktiviteter som undervisning relatert til helse og livsstil samt spesifikk undervisning for deg som er nyoperert

Målsetting

- Bedring av funksjonsnivå og mestringssevne
- Stimulere til økt fysisk og sosial aktivitet
- Øke kunnskapen om riktig kosthold og betydningen av bevegelsesaktivitet
- Reduksjon av symptomer relatert til sykdom og behandling
- Sikre god overføring til hjemstedskommune ved behov for videre oppfølging

Søknadsprosedyre

[Les mer om henvisning og inntak på hjemmesidene våre her.](#)