
Unicare Friskvern

Langvarige muskel-og bløtdelssmerter



Unicare Friskvern tilbyr dagrehabilitering. Tilbudet passer for voksne over 18 år som ønsker et tverrfaglig, spesialisert rehabiliteringstilbud for hjelp mot langvarige muskel-og bløtdelssmerter.

Innhold

- Tverrfaglig kartlegging av spesialist i fysikalsk medisin og rehabilitering (lege) og fysioterapeut. Psykolog og manuellterapeut ved behov.
- Tilbudet gis individuelt eller i gruppe (7 eller 11 uker).
- Oppmøte 2- 3 ganger i uken på dagtid.
- Oppfølging av tverrfaglig team bestående av lege, fysioterapeut, psykolog og manuellterapeut .
- Individuelle samtaler med ansvarlig fysioterapeut med fokus på individuelle mål ved oppstart, midtveis og ved avslutning.
- Individuelt tilrettelagt rehabilitering bestående både av undervisning og trening med fokus på funksjon.

Målsetting

- Økt kunnskap og forståelse om din situasjon.
- Tilegne deg erfaring og verktøy for å gjennomføre endringsprosesser.
- Bedre funksjon og livskvalitet ut fra ditt ståsted.
- Motivasjon til videre yrkesaktivitet/ utdanning.
- Utvikle en bærekraftig plan for veien videre.

Oppstart

- Vi har løpende inntak. Oppstart av rehabilitering starter etter utredning.

Søknadsprosedyre

- Du kan henvises direkte fra sykehus ved at sykehuset henviser deg til oss.
- Henvisning fra fastlege og/eller privatpraktiserende avtalespesialister skal sendes elektronisk til Regional koordinerende enhet (RKE) ved Sunnaas sykehus HF for vurdering.

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