

## Langvarige muskel- og bløtdelssmerter Tverrfaglig kartlegging og vurdering - dagtilbud

### Hvem passer tverrfaglig kartlegging og vurdering for?

Dette tilbudet passer for deg som har langvarige muskel og bløtdelssmerter for en tverrfaglig kartlegging som skal ende i en konklusjon og føring for videre oppfølging.

### Informasjon om tverrfaglig kartlegging og vurdering

Gjennom en kartlegging av din funksjon, smertebilde, dine ressurser og muligheter, vil vårt tverrfaglige team i samarbeid med deg sammenfatte en epikrise med konklusjon og føring for videre oppfølging. Oppfølgingen vil foregå enten i primær- eller spesialisthelsetjenesten.

### Tilbudets varighet

1-2 uker. Ved behov for å innhente ytterligere opplysninger for at kartleggingen skal bli så god som mulig kan det ta noe lengre tid.

### Stikkord om tilbudet

- Legespesialist, fysioterapeut og psykolog
- Kartlegging av livskvalitet, fysisk og psykisk funksjon
- 1-2 uker
- Konklusjon med føring for videre oppfølging



## Mål med tverrfaglig kartlegging og vurdering

Det blir lagt vekt på at du er den viktigste aktøren i din rehabilitering. Din funksjon i hverdagen danner grunnlaget for målene du setter deg, med veiledning sammen med fra oss.

### Målet med tverrfaglig kartlegging og vurdering:

- Økt kunnskap om og forståelse for din situasjon
- Utvikle en realistisk plan for veien videre

## Hvordan er tverrfaglig kartlegging og vurdering lagt opp?

Tverrfaglig kartlegging starter med at du får tilsendt kartleggingsskjemaer på SMS som vi ber deg fylle ut. Det er viktig at du fyller ut skjemaene før første time. Samtidig får du innkalling til konsultasjoner hos lege (spesialist i fysikalsk medisin og rehabilitering), fysioterapeut og eventuelt psykolog. Konsultasjonene/timene foregår med oppmøte 3-4 dager over en periode på 1-2 uker. Etter siste konsultasjon vil det tverrfaglige teamet diskutere funnene. Funn og dine målsetninger vil legge grunnlag for videre føringer som sammenfattes i en epikrise. Epikrisen blir sendt til deg og henviser.

## Hvordan går du frem for å bli henvist

- Henvising fra fastlege og/eller privatpraktiserende avtalespesialister
- Du kan også henvises direkte fra sykehus

## Vurdering

- Fastlegen sender henvisningen elektronisk til Regional Koordinerende Enhet på Sunnaas som rettighetsvurderer henvisningen og videresender den til oss.
- Vårt inntaksteam vurderer henvisningen og du blir satt på venteliste
- Du vil motta et innkallingsbrev

## Oppstart på Unicare Friskvern

- Du vil motta innkallingsbrev via Digipost. Dersom du ikke har Digipost videresendes innkallingsbrevet automatisk i posten.
- Vi ber om at du kontakter oss på 66752300 eller friskvern@unicare.no for å bekrefte at du har mottatt tilbudet.

## Veien videre

Det utarbeides en tverrfaglig epikrise som sendes henviser og deg. Den inneholder konklusjon og plan for veien videre.

## Ventetider

Se våre ventetider [her link](#) til ventetider.