

---

## Unicare Steffensrud: Nevrologisk sykdom/senskader etter Covid-19

---



**Unicare Steffensrud** har avtale med Helse Sørøst RHF om å gi tilbud på tverrfaglig spesialisert rehabilitering til personer over 18 år med nevrologisk sykdom (herunder rehabilitering i etterkant av Covid-19 sykdom med senskader/symptomer som punktet opp under) **Vi tilbyr individuelle opphold døgn eller dag.**

Dette tilbudet passer for deg som er rammet av senskader/symptomer som:

- nedsatt motorisk funksjon
- nedsatt kognitiv funksjon
- utmattelse
- nevromuskulære plager
- svelgevansker

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

### Innhold

- Oppfølging av et tverrfaglig team. Teamet består av legespesialist, sykepleier, fysioterapeut, treningsveileder/idrettspedagog og ergoterapeut. Ved behov kobles sosionom, logoped og ernæringsrådgiver inn.
- Du får tilbud om bevegelsesaktivitet med intensitetsnivå tilpasset ditt behov.
- Du får tilbud om avspenning og kan lære om kroppsbevissthet.
- I tillegg til gruppebaserte tilbud vil du bli fulgt opp i forhold til dine individuelle behov relatert til en rehabiliteringsplan
- Du vil få oppfølging i forhold til psykisk helse der dette er nødvendig
- Du vil kunne få tilrettelagt kost hvis du har spesielle behov

### Målsetting

- Bedring av funksjonsnivå og mestringsevne
- Stimulere til økt fysisk og sosial aktivitet
- Vi tilrettelegger et rehabiliteringsprogram for deg slik at du kan styrke og balansere nervesystemet.
- Målene du setter for deg selv avgjør i stor grad hva vi skal arbeide med iløpet av oppholdet ditt
- Økt kunnskap om riktig kosthold og betydningen av bevegelsesaktivitet
- Sikre god overføring til hjemstedskommune ved behov for videre oppfølging

**Du kan henvises direkte til oss fra legespesialist i sykehus eller fastlegen din sender søknad til Koorinerende Enhet (RKE)**

### Søknadsprosedyre

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