

Din rätt till rehabilitering





Varför behövs rehabilitering?

Neurologiska diagnoser, skador och symtom är ofta livslånga och berör livets alla områden. För en del diagnoser finns bra mediciner, för andra inte.

Med rehabilitering skapas förutsättningar att återfå så mycket som möjligt av förmågor och funktioner som fanns före sjukdomen eller skadan.

Rehabilitering är också viktig för att bevara och stärka de funktioner man har. När rehabilitering sätts in tidigt finns större möjlighet att behålla och utöka färdigheter för att utföra vardagliga aktiviteter. Rehabiliteringens mål är att uppnå bästa möjliga funktionsförmåga, självständighet och delaktighet socialt och i samhället.

Rehabilitering ska anpassas utifrån den enskildes behov och livssituation och det är viktigt att patienten är delaktig i planeringen med att sätta upp individuella mål. Insatserna varierar därför för olika personer. Tillsammans med olika kategorier av hälso- och sjukvårdspersonal skapas förutsättningar för att man ska klara sin vardag, utifrån sina förmågor och i relation till den omgivande miljön. Rehabiliteringen kan omfatta allt från information, utbildning, träning, hjälpmedelsutprovning, bostadsanpassning, arbetsplats- och hembesök samt medicinsk behandling.

Läs mer under avsnitten Individuell rehabiliteringsplan och Olika former av rehabilitering. ●

Din rätt till rehabilitering

I hälso- och sjukvårdslagen står det att vården ska vara god och det framgår bland annat att landstinget ska erbjuda rehabilitering till de som är bosatta inom landstinget. Du hittar mer specifik information om hur det fungerar i ditt landsting på internet.

Individuell rehabiliteringsplan

I hälso- och sjukvårdslagen står det bland annat att habilitering eller rehabilitering samt tillhandahållande av hjälpmedel ska planeras i samverkan med den enskilde. Av planen ska planerade och beslutade insatser framgå.

När din delaktighet i arbetslivet och aktiviteter i det sociala livet begränsas av din sjukdom eller skada, då är rehabilitering en väg tillbaka. Första steget är att du begär en rehabiliteringsbedömning. Nästa steg är att en individuell rehabiliteringsplan tas

fram tillsammans med professionen; din läkare, sjuksköterska, fysioterapeut, arbetsterapeut, kurator, neuropsykolog, logoped eller dietist.

Både kortsiktiga och långsiktiga mål bör formuleras. De kortsiktiga målen bör vara väl avgränsade och möjliga att nå ganska snabbt. De långsiktiga målen kan ha utgångspunkt i en eller flera aktiviteter som du önskar uppnå.

Målen bör kontinuerligt följas upp och revideras allt eftersom. ●

Mall för individuell rehabiliteringsplan

- Vem planen avser
- Datum för planens upprättande och datum för uppföljning
- Vem ansvarar för planens upprättande och sammanlagd uppföljning
- Vilka deltar i planeringen, exempelvis patienten, anhörig, sjuksköterska, fysioterapeut, logoped,
- arbetsterapeut, kurator, dietist, läkare, neuro-psykolog
- Diagnos och beskrivning av vilka funktioner planen avser att stärka
- Övergripande mål och delmål samt uppföljning av dessa, vem som har ansvar för varje del
- Tidplan



Olika former av rehabilitering

En skada eller sjukdom i nervsystemet ger ofta upphov till stora rehabiliteringsbehov under flera månader eller år, ibland hela livet. Vilken form av rehabilitering man får beror på skadan eller sjukdomen.

Rehabilitering kan ske på sjukhusens kliniker för neurologi, rehabiliteringsmedicin eller geriatrik för äldre och barnrehabilitering för barn. Det finns dessutom särskilda rehabiliteringsanläggningar med olika inriktningar.

Rehabilitering kan drivas i såväl öppenvård som slutenvård. De som arbetar med rehabilitering är arbetsterapeuter, fysioterapeuter, dietister och logopedier men även kuratorer och neuropsykologer. Dessa arbetar tillsammans i team med dig som är patient.

Föreningsdriven rehabilitering

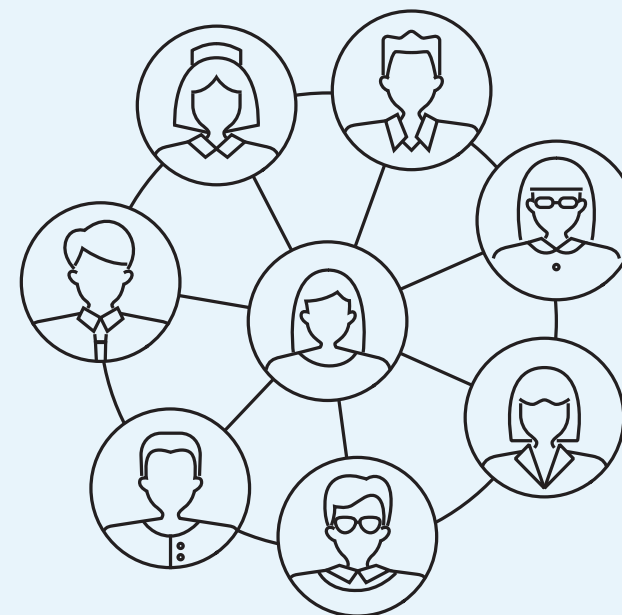
Många av Neuros föreningar och länsförbund arrangerar olika aktiviteter med rehabiliterande och fysiskt tränande inslag som exempelvis yoga, bassängträning, ridning och bowling. De ordnar även informationsmöten med exempelvis fysioterapeuter och arbetsterapeuter.

Rehabilitering i öppenvård

Om du behöver rehabilitering kan du kontakta en rehabiliteringsmottagning direkt för att få råd och stöd. För att träffa en fysioterapeut eller arbetsterapeut behövs oftast inte en remiss. Men det kan vara olika regler i olika landsting. På en rehabiliteringsmottagning kan du få undersökning, behandlingar och uppföljning. Hur ofta du får rehabilitering avgörs utifrån dina behov.

Det finns också fysioterapimottagningar som erbjuder fysioterapi (sjukgymnastik). En del mottagningar har fysioterapeuter med inriktning på neurologi.

Fler former av öppenvård med egen träning, träning på recept och rehabilitering i hemmet kan du läsa om på neuro.se/rehabilitering.



Inom rehabilitering arbetar flera experter tillsammans i team med dig som är patient. Det kan vara fysioterapeuter (sjukgymnaster), arbetsterapeuter, dietister och logopedier men även kuratorer och neuropsykologer.

Rehabilitering i slutenvård

Om insatserna inom öppenvård inte räcker till kan du få specialiserad rehabilitering i slutenvård. Det kan gälla dig som har en kronisk neurologisk sjukdom.

För att få specialiserad rehabilitering behövs en remiss från din läkare. Inneiggande sammanhållen rehabilitering innebär 2–4 veckor där du helt kan fokusera på dig själv och din träning. Man kartlägger vilka behov, resurser och aktivitetsmöjligheter du har. Utifrån det skrivs en rehabiliteringsplan med

tydliga mål för dig under din period på rehabiliteringsanläggningen.

I en del landsting/regioner kan du själv få välja mottagning/anläggning för din rehabilitering. I Sverige finns exempelvis Humlegården i Sigtuna, Valjeviken i Sölvesborg och Neurorehab i Sävar utanför Umeå.

För rehabilitering i varmt klimat med neurologisk kompetens finns exempelvis Vintersol på Teneriffa, vilket du kan läsa om på neuro.se/rehabilitering. ●

Neuro kämpar för din rehabilitering

Vi ser att tillgången till handledd rehabilitering minskar och att många av våra medlemmar upplever sig bortglömda och saknar information avseende rehabilitering från sjukvårdens sida. Landsting och regioner blir också mindre benägna att bevilja rehabili-

tering på specialistanläggning och i synnerhet om den är belägen utanför landstingsgränsen.

Neuro kämpar för rätten till rehabilitering, påverkar beslutsfattare och ger röst och inflytande åt våra medlemmar. ●

Bli medlem

Neuro är en intresseorganisation specialiserad på neurologi. Vi finns för att ge dig information, stöd och en framtidstro. Vårt mål är att personer som lever med neurologiska diagnoser ska få samma möjligheter, rättigheter och skyldigheter som alla andra.

Anmäl dig på: neuro.se/medlem
eller ring oss på **08-677 70 10**

Ge en gåva

Swisha valfritt gåvobelopp till nr **90 10 075**

Det går också bra att ge en gåva via **postgiro 90 10 07-5** eller **bankgiro 901-0075**

neuro.se/gava
neuro.se/manadsgivare



Neuro är en intresseorganisation specialiserad på neurologi. Vi finns för att ge dig information, stöd och framtidstro. Vårt mål är att personer som lever med neurologiska diagnoser ska få samma möjligheter, rättigheter och skyldigheter som alla andra. Tel: **08-677 70 10** Mejl: info@neuro.se Webb: neuro.se