

# Rehabiliteringstilbud for personer med MS Aure rehabiliteringssenter (ARS)



## Skreddersydd gruppebasert rehabiliteringsopphold for personer med MS, med et stort individuelt fokus

- Varighet: 5 døgn (man-fre) - hjemmeperiode på 2-4 uker - tilbake til ARS på et nytt 5-døgnsopphold
- Individuell, tverrfaglig behandling/oppfølging med blant annet trening og samtaler med fysioterapeut, ergoterapeut, sykepleier og vernepleier.
- Hver deltaker har sitt eget tverrfaglige rehabiliteringsteam
- Ulike aktiviteter, temaundervisninger og samtaler i gruppe



# Grupper og tematimer

## - fordelt på to 5-døgnsopphold

### TEMATIMER

- MS V/NEUROLOG
  - SPØRRETID V/NEUROLOG
  - FYSISK AKTIVITET OG TRENING VED MS V/FYSIOTERAPEUT
  - FATIGUE V/ERGOTERAPEUT
  - VANNLATINGSFORSTYRRELSER V/NEVROSYKEPLEIER
  - MS OG SØVN V/VERNEPLEIER
- GRUPPESAMTALE OM Å LEVE MED KRONISK SYKDOM V/PSYK.SYKEPLEIER ELLER SYKEPLEIER

### AKTIVE GRUPPER

- FOTGRUPPE V/PSYKOMOTORISK FYSIOTERAPEUT
- BALANSE OG KJERNESTABILITET V/FYSIOTERAPEUT
- MEDIYOGA/MINDFULNESS V/SYKEPLEIER
- BASSENGTRENING (for de som tåler det)
- TØYEGRUPPE V/SYKEPLEIER/VERNEPLEIER
- AVSPENNING V/SYKEPLEIER/VERNEPLEIER

# FØR OPPHOLD

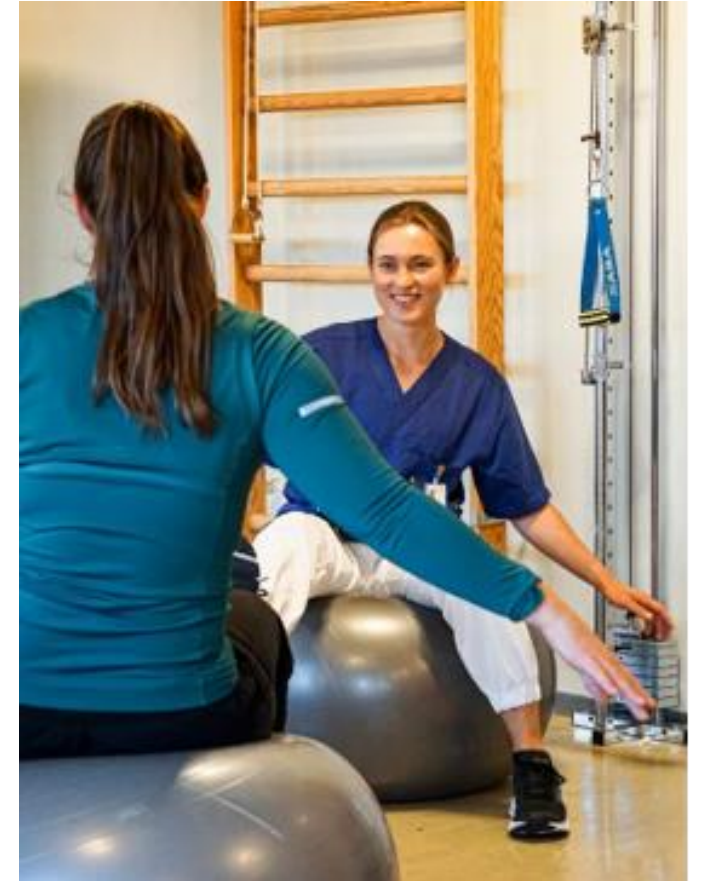
- Digital gruppetime "Muligheter, ansvar og mål"  
Starter prosessen med å tenke gjennom: Hva er viktig for deg ?  
Hvilke mål har du? Hva trenger du å jobbe med?
- Videokonsultasjon med rehab.koordinator, med kartlegging av  
personens ressurser og utfordringer etter ICF-modellen og  
diagnosespesifikke spørsmål

Rehabiliteringsprosessen starter allerede før innkomst



# UNDER FØRSTE OPPHOLD (5-døgn)

- Videre kartlegging (fysioterapiundersøkelse, fortsette kartlegginga sammen med rehab.koordinator, inkludert arbeidskartlegging ved behov)
- Individuell oppfølging og veiledning ift. trening/øvelser, samtaler med rehab.koord./psyk.sykepleier, time hos osteopat eller psykomotorisk fysioterapeut
- Undervisning, aktivitet og samtaler i gruppe
- Utarbeidelse av rehabiliteringsplan, med mål, delmål og tiltak sammen med teamet ditt. Avtaler individuelt den polikliniske digitale/fysiske oppfølgingen i hjemmeperioden



# HJEMMEPERIODE (2-4 uker)

- Rehabiliteringsplanen er styrende
- Digital oppfølging med evaluering av rehabiliteringsplanen
- Individuell, digital oppfølging med fysioterapeut, rehab.koordinator og psyk.sykepleier ved behov
- Oppfølging ved fysisk poliklinikk ved ARS (fysioterapeut, osteopat, basseng, rehab.koordinator, psyk.sykepleier)
- Digital balanse- og kjernestabilitetsgruppe
- Digital mediyogagruppe

# UNDER ANDRE OPPHOLD (5-døgn)

- Videre individuell oppfølging veiledning ift. trening/øvelser, samtaler o.s.v.
- Temaundervisninger og aktiviteter i gruppe
- Utreisemøte med justering av rehabiliteringsplanen og planlegging av videre poliklinisk oppfølging



# ETTER DET ANDRE OPPHOLDET

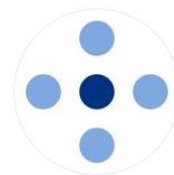
- Mulighet for digital poliklinisk oppfølging og deltakelse i digitale grupper i 3 mnd etter endt opphold.
- Mulighet for oppfølging ved fysisk poliklinikk ved ARS i 6 uker etter det andre ukesoppholdet (fysioterapi, samtaler med rehab.koordinator/fysioterapeut, psyk.sykepleier, timer til osteopat, bassengtrening m.m.



# Følg oss gjerne på instagram!

## Aurerehabilitering\_hmr

HELSE MØRE OG ROMSDAL



aurerehabilitering\_hmr

Følg

Send melding

28 innlegg

425 følgere

Følger 154

Aure rehabiliteringssenter, Helse Møre og Romsdal

Spesialisert rehabilitering med gruppeopphold for parkinson/parkinsonisme, MS og arbeidsretta rehabilitering, vurderingsopphold og poliklinisk forløp.

[helse-mr.no/avdelinger/klinnikk-for-kreftbehandling-og-rehabilitering/aure-rehabiliteringssenter](https://helse-mr.no/avdelinger/klinnikk-for-kreftbehandling-og-rehabilitering/aure-rehabiliteringssenter)



MS



Innblikk



Parkinson



Arbeidsretta



Informasjon



Spørsmål

INNLEGG

REELS

TAGGET

