

## Information om diagnosprogram i grupp vid Neuro- och strokerehabilitering i Umeå

Diagnosprogram i grupp riktar sig till vuxna personer med diagnoserna MS och Parkinsons sjukdom samt personer som haft stroke och där konsekvenser av denna kan ge svårigheter i samband med arbete eller studier.

För att få delta i ett diagnosprogram behöver du:

- Ha en fastställd diagnos.
- Vara motiverad till gruppbehandling.
- Ha möjlighet att tillgodogöra dig rehabilitering.
- Vara motiverad att utforma en rehabiliteringsplan tillsammans med teamet på mottagningen och därefter aktivt arbeta utifrån denna plan.
- Ha förmåga att fysiskt och psykiskt orka delta i rehabiliteringen och dagpendla till mottagningen eller att under rehabiliteringsperioden bo på patienthotell.

### Programmets upplägg

Programmet startar upp med tre introduktionsdagar och en rehabiliteringsvecka på dagtid mellan klockan 8.00–17.00. Därefter följer en hemmaperiod i 3 veckor innan det är dags för en andra rehabiliteringsvecka. Efter cirka 3 månader avslutas programmet med 1 dags uppföljning.

I varje program deltar 5–7 personer med samma diagnos.

### Vad kan jag förvänta mig av programmet?

Rehabiliteringsprogrammet ska ge dig:

- En fördjupad kunskap om din sjukdom.
- En ökad kännedom om sjukdomens konsekvenser och hur du kan hantera den i aktuella livsområden.
- Kunskap om vilken hjälp och vilket stöd du kan få från hälso- och sjukvård och samhället.
- Möjlighet att utbyta erfarenheter med andra i liknande situation.
- Möjlighet att vara delaktig i att utforma en individuell rehabiliteringsplan med mål och åtgärder som utvärderas vid uppföljningen.

### Hur är programmet upplagt?

Ett team ansvarar för innehållet i schemat med träffar både i grupp och individuellt. Fysiska aktiviteter och praktiska moment varvas med teori, diskussioner och erfarenhetsutbyten. Information ges av representanter från patientföreningar.

En digital närståendedag erbjuds under programmet för information om diagnosen och dess konsekvenser inom olika områden. Information om dagen ges senare.

### **Remiss för rehabilitering**

Remiss för rehabilitering kan komma från olika sjukvårdsinstanser i region Västerbotten eller andra regioner.

### **Egen vårdbegäran**

Det är också möjligt att som patient skriva egen remiss, en så kallad egen vårdbegäran. En egen vårdbegäran innebär att du kontaktar mottagningen och berättar hur du mår och varför du söker vård. Läs mer om [egen vårdbegäran](https://www.1177.se) på 1177.se.

### **Kostnader**

Du betalar regionens fastställda patientavgift per tillfälle upp till högkostnadsskydd. Om det är aktuellt med boende på patienthotell tillkommer kostnad för kost och logi och den kostnaden ingår inte i högkostnadsskyddet.

De som väljer att dagpendla till rehabiliteringen har tillgång till ett vilrum och måltider kan beställas och betalas på avdelningen. Det finns även flera restauranger inom sjukhusområdet.

### **Hitta hit**

Neuro- och strokerehabiliteringen har sina lokaler på Norrlands universitetssjukhus. Målpunkten heter UB 12 och den ligger i byggnad 26. Mer information om hur du hittar hit finns på 1177.se.

Välkommen!

Personalen på Neuro- och strokerehabiliteringen