

Rødøy kommune: Linn Fløttkjær Krogh:
90123827

lffysio@hotmail.no

og Thomas Hoff: Tlf: 40194242

jektviking@yahoo.no

Brønnøy kommune, Anna Osen Byberg

anna.byberg@bronnøy.kommune.no

Telefon/sms: 947 83 946/ 75 01 29 50

og Marte Mardal: Marte.mardal@bronnøy.kommune.no

Helgelandssykehuset : Jennifer Asplund Michaelsen:

Tlf: 47631769

Jennifer.Asplund.Michaelsen@Helgelandssykehuset.no

Chang, Joon Young

Joon.Young.Chang@Helgelandssykehuset.no

Nettside:

Artrosekurs

**Et desentralisert kurs for deg som har fått
diagnosen artrose i store ledd**



Bilde fra colorbox



Sammen om mestring, læring for livet

Innhold i kurset

Dette er et kurs for deg med begynnende eller moderat artrose i hofte og/eller kne.

I kurset møter du tverrfaglig helsepersonell og en erfaren bruker som underviser om artrosesykdom, behandlingen av denne og hva du selv kan gjøre for å bedre symptomer og plager.

På artrosekurset er hovedmålet at du skal få kunnskaper og ferdigheter til å kunne vedlikeholde aktivitetsnivået, utsette eller eventuelt unngå operasjon og mulighet til å stille helsepersonell spørsmål hvis du lurer på noe.
Du vil møte lokale kursledere

Helsepersonell har faglig kunnskap og oversikt over aktuelle hjelpetiltak og gode «verktøy»

Brukerrepresentanter har kunnskap om det å leve med helseutfordringer og bidrar med egen kunnskap, erfaring og mestringskompetanse



Medisinsk ansvarlig for kurset er Ortoped fra Helgelandssykehuset, kurslederne er fysioterapeuter.

For å delta på kurset trenger du en henvisning fra lege, manuell terapeut eller fysioterapeut.

Henvisningsrutine for helsepersonell

Manuelt: Hvis man ikke har tilgang til å henvise i sitt eget digitale system så bruker man skjema

<https://www.helfo.no/skjema/Henvisning%20til%20spesialist-05-04.21-bokm%C3%A5l.pdf?download=false> som sendes til

Helgelandssykehuset ortopedisk klinikk

Mo i Rana

Postboks 601

8607 Mo i Rana.

Elektronisk: Man kan også henvise til kurset elektronisk hvis man har tilgang til dette i eget system.

Man henviser da til ortopedisk klinikk – tjenesteadresse ortopedisk kirurgi og desentralt artrosekurs, LMS Mo