

Regionalt rehabiliteringstilbud til din næste reumatologiske patient

Sano Gigtcenter rehabiliterer patienter med komplekse, reumatologiske problemstillinger ud fra en bio-psyko-social tilgang.





*Sano Gigtcenter har været altafgørende for, at jeg har
kunne beholde mit arbejde.*

- Charlotte, tidligere patient på Sano Gigtcenter

Evidensbaseret rehabilitering til mennesker med reumatologisk diagnose

Sano Gigtcenter er et privathospital ejet og drevet af Gigtforeningen efter Sundhedslovens §79, stk. 2, hvis forløb tilrettelægges med afsæt i kravene til specialiseret rehabilitering.

Formål med rehabilitering på Sano

Sano Gigtcenters rehabiliteringstilbud henvender sig til personer med komplekse reumatologiske problemstillinger.

Forløbene veksler mellem indlæggelse, ambulante dage og online interventioner, hvilket giver Sano Gigtcenters tværfaglige team mulighed for at støtte og følge patienten på forskellige måder.

Målet er at forbedre patientens fysiske funktion, styrke evnen til at håndtere hverdagens aktiviteter og arbejde samt skabe fundamentet for en mere aktiv hverdag med øget livskvalitet.

Under et rehabiliteringsforløb på Sano Gigtcenter tilegner patienten sig værdifulde redskaber og viden, der efterfølgende kan overføres direkte til hverdagen.

Indhold i et rehabiliteringsforløb

Forløbene veksler mellem samtale, undervisning, fysisk træning, aktivitetstræning og workshops med fokus på balancen mellem aktivitet, hvile og refleksion. Aktiviteterne foregår individuelt og på hold med fokus på læring og udvikling i fællesskab.

Patienten udfordres på et niveau, der bedst fremmer udviklingen.

Tværfaglighed med patienten i centrum

Et forløb på Sano Gigtcenter bliver varetaget af Sano Gigtcenters tværfaglige team, som kan bestå af en reumatolog, fysioterapeut, ergoterapeut, sygeplejerske, psykolog, ernæringsrådgiver og socialrådgiver.

Alle Sano Gigtcenters rehabiliteringstilbud er omkostningsfrie for patienterne og foregår på en af vores tre afdelinger i henholdsvis Skælskør, Middelfart eller Aarhus.

Læs mere om de enkelte forløb herunder eller på www.sanocenter.dk. Du er også altid velkommen til at ringe til os på telefon 7879 0000.



Henvisning til Sano Gigtcenter

Du kan henvise personer med komplekse, reumatologiske problemstillinger, der kræver et flerfagligt, intensivt tilbud.

Udvalgte henvisningskriterier

- Patienten har en afklaret reumatologisk diagnose (ryg-, led- og muskellidelser).
- Patienten er i stabil, smertestillende og sygdomsmodificerende behandling.
- Patienten har ikke en eller flere konkurrerende lidelser, der overskygger den reumatologiske diagnose (herunder psykiske lidelser, svær depression, selvmordsadfærd, kronisk træthedssyndrom, non-epileptiske anfald, hjerte/lunge lidelser eller neurologiske/cerebrale lidelser inkl. demens).
- Patienten skal kunne indgå socialt, reflektere over sig selv og bidrage til fælles læring, med egne erfaringer. Herunder give plads til medpatienters erfaringer, tanker og adfærd.
- Patienten er overvejende selvhjulpne (f.eks. kan gå og rejse sig evt. med hjælpemidler og kan klare sig selv ift. toilet/bad/påklædning).
- Patienten har afprøvet eller vurderes til ikke at kunne opnå tilfredsstillende effekt ved de eksisterende sundhedstilbud i primærsektoren.

Eksempler på diagnoser

- Autoimmune gigtsygdomme, fx reumatoid artrit, psoriasisartrit, ankyloserende spondylitis.
- Autoimmune bindevævssygdomme, fx lupus, sklerodermi, polymyositis.
- Rygsygdomme, fx degenerative rygsygdomme, uspecifikke rygmerter, skoliose.
- Arvelige bindevævssygdomme, fx Ehlers-Danlos, hypermobilitetssyndrom.
- Kroniske smerter, fx fibromyalgi, whiplash.

Sådan henviser du til Sano

Du henviser en patient til et forløb på Sano Gigtcenter ved at benytte MedCom pakkehenvielse/dynamisk henvisning og kan finde os på nedenstående lokationsnumre:

Sano Skælskør: 5790001989675

Sano Middelfart: 5790001989651

Sano Aarhus: 5790001989668

Såfremt det ikke kan lade sig gøre at sende en elektronisk henvisning, kan du hente et henvisningsskema på www.sanocenter.dk/henvisninger-til-reumatologiske-forloeb. Her finder du også alle henvisningskriterierne.

Sanos reumatologiske forløb

Formålet med vores rehabiliteringsforløb er at muliggøre et meningsfuldt liv med bedst mulig aktivitet, deltagelse og livskvalitet.

SmerteLIVET - Lær at håndtere dine smerter

Forundersøgelse efterfulgt af et 12 ugers forløb.

Forløbet er til patienter, hvis hverdag er påvirket af daglige smerter grundet gigtfibromyalgi, og som ønsker at lære at leve et meningsfuldt liv på trods.

Vi hjælper patienten med at identificere og arbejde med de udfordringer, der kan stå i vejen for at leve det ønskede liv.

Patienten kan blandt andet arbejde med at:

- Håndtere smerter med henblik på øget livskvalitet.
- Skabe nye vaner for bevægelse i dagligdagen.
- Energiforvalte i hverdagen.
- Genvinde tillid og lyst til at bruge egen krop.

ArbejdsLIVET - Arbejdsrettet rehabilitering

Forundersøgelse efterfulgt af et 12 ugers forløb.

ArbejdsLIVET er til patienten, som ønsker at blive på arbejdsmarkedet, men som oplever smerter og måske sygedage som følge af en skæv balance mellem ressourcer, privatlivet og arbejdsmarkedets krav.

Vi følger patienten tæt og arbejder målrettet med en forankret plan for patientens fremtidige arbejdsliv.

Patienten kan blandt andet arbejde med at:

- Fordele sin energi mellem arbejde og fritid.
- Balancere mellem fysisk aktivitet og hvile.
- Håndtere smerter, stress og træthed, som ikke forsvinder ved søvn og hvile – med fokus på mental sundhed.



Fundamental rehabilitering

Forundersøgelse efterfulgt af tre ugers indlæggelse.

Fundamental rehabilitering er et individuelt tilpasset forløb. Målet er at skabe et solidt fundament for en aktiv hverdag med højere livskvalitet ved at styrke patientens fysiske funktion, højne aktivitetsniveauet og øge evnen til at mestre sin situation.

Patienten får viden og hjælp til at øge sin funktionsevne, og hvor det er nødvendigt til at ændre adfærd og fastholde de gode vaner efter afslutningen på forløbet.

Patienten kan blandt andet arbejde med at:

- Øge styrke, mobilitet og udholdenhed.
- Forvalte sin energi og skabe balance i hverdagen.
- Håndtere mentale og fysiske udfordringer i hverdagen.
- Ændre uhensigtsmæssige vaner og skaber nye strategier.

Lær at leve med fatigue

Forundersøgelse efterfulgt af et 12 ugers forløb.

Forløbet er til patienten, der er påvirket af en usædvanlig træthed - fatigue -, som opleves som overvældende, påtrængende, stressende og drænende for både fysisk og mental energi.

Patienten får værktøjer og viden til effektiv fysisk og mental træning, energiforvaltning og genopladning til vigtige hverdagsaktiviteter.

Patienten kan blandt andet arbejde med at:

- Fordele sin energi i hverdagen.
- Balancere mellem fysisk aktivitet og hvile.
- Håndtere tanker og følelser, der påvirker fatiguen.
- Forbedre egen søvnkvalitet.
- Implementere nye vaner og strategier i livet.



Opfølgende rehabilitering

Forundersøgelse efterfulgt af en kort indlæggelse. Patienten har tidligere været på et forløb, men det er ikke lykkedes at implementere strategier og viden i hverdagen efterfølgende.

På opfølgingsforløbet bygger vi videre på det fundament, patienten allerede har opbygget og giver konkrete værktøjer til, at patienten kan forankre sin viden og skabe balance i sin hverdag.

96 %

er tilfredse med deres forløb som helhed

95 %

vil anbefale Sano Gigtcenter til andre



Sano Gigtcenter Skælskør
Sano Gigtcenter Middelfart
Sano Gigtcenter Aarhus

Telefon 7879 0000

www.sanogigtcenter.dk



Sano Gigtcenter er ejet og drevet af Gigtforeningen