

Kolmen viikon kuntoutusjakson tavoitteena on vahvistaa valmiuksiasi ongelmiesi käsittelyssä. Pitkäaikaisella kivulla on yleensä kielteisiä vaikutuksia useimpiin elämänalueisiin. Usein toimintakyky kärsii ja arjen roolit muuttuvat, mikä heikentää elämänlaatua.

Toimintakyvyn muuttuminen kivun seurauksena saattaa vaikuttaa ajan mittaan siten, että kipu koetaan entistä pahemmaksi. Sen vuoksi kuntoutuksessa keskitytään fyysisen hoidon ja harjoittelun lisäksi myös siihen, että saat lisää tietoa kivun mekanismeista omassa tapauksessasi sekä siitä, miten niihin voi vaikuttaa.

Postiosoite

Pietarsaaren kaupunki
 Sosiaali- ja terveystoimi
 Kipukuntoutus /
 Fysiatrien poliklinikka
 PL 111
 68601 Pietarsaari

Käyntiosoite

Pohjanlahdentie 1
 Pietarsaari, vanha sairaala

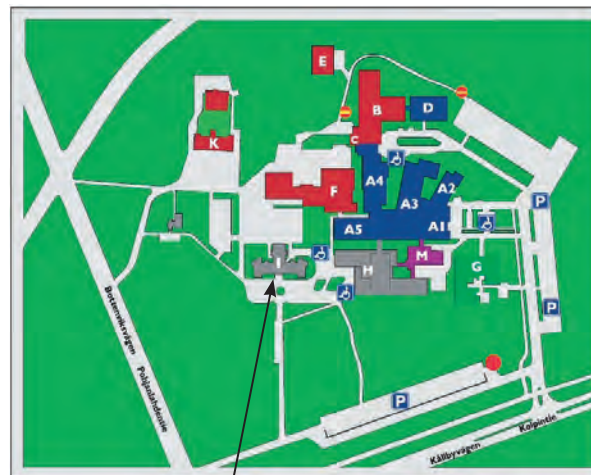
Kipukuntoutus

Puh. (06) 786 2521
 Fax (06) 786 2524

Fysiatrien poliklinikka

Puh. (06) 786 2590 (ma - pe klo 12 -14)

S-posti: fyspkl.smartrehab@jakobstad.fi



I = Kipukuntoutus / Fysiatrien poliklinikka



KIPUKUNTOUTUS



Sosiaali- och hälsovårdsverket
 Sosiaali- ja terveystoimi

Kipu on yleisin sairaanhoitoon hakeutumisen syy. Kipu aiheuttaa suuria muutoksia ajattelumalleihimme, käyttäytymiseemme ja tunne-elämäämme.

Me selvittelemme tuki- ja liikuntaelinten pitkäaikaisia kiputiloja ja yhdessä laadimme Sinulle hoitosuunnitelman.

Kuntoutusohjelma perustuu kokonaisvaltaiseen näkemykseen. Ihminen nähdään kokonaisuutena, johon vaikuttavat fyysiset, sosiaaliset ja psykologiset tekijät.

Päätavoitteena on toimintakyvyn ja tyytyväisyyden - elämänlaadun - palauttaminen yhdessä.

Lähetteen antaa yleensä työterveyslääkäri tai yleislääkäri, ja he ovat erittäin tärkeitä yhteistyökumppaneita hoidon aikana. Lisäksi terveydenhoitajasi tai fysioterapeutti voi olla tärkeä tukihenkilö, joka neuvoo Sinua terveytesi hoidossa.

Lähetete koskee usein pitkäaikaisen kivun selvittelyä sekä työkyvyn ja kuntoutustarpeen arviointia.

Potilas voidaan lähettää fysiatrian poliklinikalle tai tiimimuotoiseen kuntoutuspalveluun.

Tarvittaessa tehdään jatkotutkimuksia tai konsultaatioita.



Tiimissä tehtävien kuntoutuspalvelusten pyrkimyksenä on saada mahdollisimman hyvä kokonaiskuva ongelmastasi.

Tiimiselvityksessä tapaat erikseen tiimin kunkin jäsenen ja jokainen heistä laatii arvioinnin omasta näkökulmastaan käsin. Tiimi tekee tiivistä yhteistyötä ja käy yhteisiä keskusteluja. Yhdessä kanssasi laadimme hoitosuunnitelman juuri Sinun tavoitteidesi saavuttamiseksi.

Ellei ongelmaasi kyetä hoitamaan pelkän **polikliinisen kuntoutuksen** avulla, harkitaan tehokkaampia kuntoutusmahdollisuuksia.

Yleensä **kuntoutusjaksoa** edeltää kolme päivää kestävä kuntoutusselvittely.

