

## REHABILITERINGSPERIOD

En **tre veckors rehabiliteringsperiod** syftar till att stärka dina färdigheter att hantera din problemställning. Långvarig smärta ger oftast negativa konsekvenser på de flesta livsområden, man tappas ofta aktiviteter och får förändrade livsroller som påverkar livskvaliteten.

Smärtans konsekvenser, i form av förändrade aktiviteter, kan senare bidra till att smärtan upplevs som ännu värre. Vid rehabiliteringen fokuseras därför, utöver den rent fysiska behandlingen och träningen, också på att du skall lära dig mera om smärtmekanismerna i ditt fall och hur du kan påverka dessa.



## KONTAKTUPPGIFTER

### Postadress

Staden Jakobstad  
Social- och hälsovårdsverket  
Smärtrehabilitering /  
Fysiatriska polikliniken  
Pb 111  
68601 Jakobstad

### Besöksadress

Bottenviksvägen 1  
Jakobstad, gamla sjukhuset

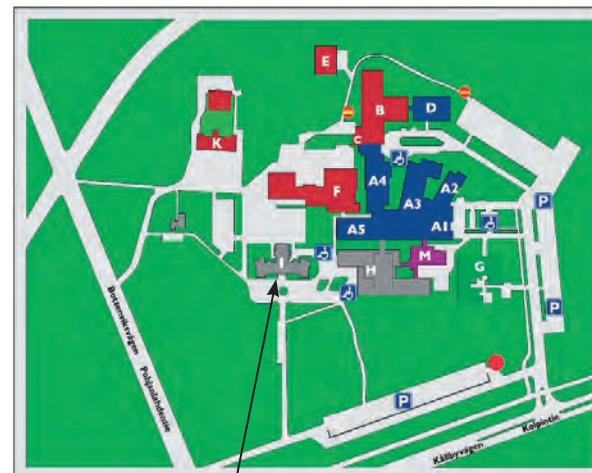
### Smärtrehab

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

### Fysiatriska polikliniken

Tel. (06) 786 2590 (mån - fre kl. 12 -14)

E-post: [fyspkl.smartrehab@jakobstad.fi](mailto:fyspkl.smartrehab@jakobstad.fi)



**I = Smärtrehab / Fysiatriska polikliniken**

## FYSIATRISKA POLIKLINIKEN



## SMÄRTREHAB



Social- och hälsovårdsverket  
Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus

Smärta är den vanligaste orsaken till att vi uppsöker sjukvården. Smärta orsakar stora förändringar i vårt tankemönster, beteende och känsloliv.

Hos oss görs utredningar av långvarig smärta från stöd- och rörelseorganen och tillsammans gör vi upp en behandlingsplan för dig.

Rehabiliteringsprogrammet baseras på en helhetssyn som innebär att människan ses i ett sammanhang där fysiska, sociala och psykologiska faktorer samverkar.

Huvudmålet är att tillsammans återskapa funktion och tillfredsställelse; livskvalitet.

Remittering till oss sker oftast från företagsläkaren eller allmänläkaren och dessa är mycket viktiga samarbetspartners i den fortsatta vården. Utöver dessa kan din hälsovårdare eller fysioterapeut utgöra viktiga stödpersoner i hur du skall sköta din hälsa.

Remitteringsfrågan handlar ofta om utredning av långvarig smärta, bedömning av arbetsförmåga och rehabiliteringsbehov.

Remittering kan ske till fysiatrika polikliniken eller till rehabiliteringsutredning i team.

Nödvändiga undersökningar eller konsultationer görs vid behov.



**Rehabiliteringsutredningarna som görs i team** syftar till att få en så bra helhetsbild av ditt problem som möjligt.

Vid teamutredning möter du enskilt varje teammedlem som gör en bedömning utifrån sin synvinkel. Teamet jobbar tätt tillsammans och har gemensamma diskussioner. Tillsammans med dig gör vi upp en behandlingsplan för att nå dina mål.

Ifall ditt problem inte kan skötas enbart med **poliklinisk rehabilitering**, övervägs intensivare rehabiliteringsmöjligheter.

En **rehabiliteringsperiod** hos oss föregås av en tre dagars rehabiliteringsutredning.

