



Rehabilitering efter konstatering af en kronisk sygdom i Viborg Kommunes sundhedscenter

Når vi mennesker får en alvorlig sygdom, og sundhedspersonalet har „repareret“ patienten og patienten er udskrevet fra hospitalet, skal der ofte en vis form for genoptræning til, for at patienten kan få et godt liv og lære at leve med „sine skavanker“.

Genoptræningen sker dels på hospitalerne, dels i kommunerne.

Det sundhedsfaglige personale - fysioterapeuter, sygeplejersker og diætister gør en stor og meget professionel indsats, for at „lede“ patienterne igennem et genoptræningsprogram, eller sagt i det sundhedsfaglige sprog: Rehabiliteringen.

LEIF BERTELSEN, INGENIØR M. IDA, HD

Det at få en kronisk sygdom, er en alvorlig sag, som griber ind i personens hverdag, og laver om på en lang række faktorer, som personen må lære at leve med, for eksempel:

- daglige medicin,
- måske manglende førelighed,
- ændringer i personens psyke,
- ændringer i dagligdagen,
- ændringer i personens fysiske udfoldelser, etc.

Det er ikke en let opgave, at skulle leve med en lang række begrænsninger, begrænsninger som er helt nye for personen - og kan virke rigtigt træls!

Men der er hjælp forude: Hospitalerne og kommunerne har faglige personer, som kan råde og vejlede personen til et liv med en kronisk sygdom.

Bistanden er et flerstrengt tilbud, som - afhængig af den kroniske sygdom - for eksempel kan bestå af fysisk genoptræning, vejledning om kost, undervisning om den kroniske sygdoms påvirkninger og hvordan ordineret medicin virker.

Tilbudet strækker sig over en længere periode - for eksempel 2 - 3 gange ugentlig i 8 uger.

Patienten testes og måles ved forløbets begyndelse og afslutning, og så skal der helst være sket en forbedring, men vigtigst er nok, at patienten har fået bedre forståelse for sin sygdom, og fået nogle værktøjer til sit fremtidige liv.

Tilbudet gennemføres i hold - som er en virkelig god ide, da alle på holdet har en kronisk sygdom, så personen oplever at leve med en sygdom, som

også har ramt andre.

Der er gode muligheder for at tale ud med ligesindede - under ledelse af kyndige sundhedsfaglige personer. For mange på holdet „en øjenåbner“.

I forløbet drøftes også forholdet til pårørende, og der er også mulighed for at medtage en pårørende til denne seance.

Både personen og de pårørende kan blive noget overrasket over, hvordan psyken ændres for den person der har fået en kronisk sygdom. Det kan være en rigtig svær nød at knække for personen og for de pårørende.

Efter at jeg har deltaget i et par rehabiliteringsforløb, er jeg overrasket over, hvilke forbedringer jeg har oplevet. Jeg er også nået en grænse, hvor min fysik ikke bliver bedre!

Det må jeg så lære at leve med!

Efter gennemførelse af forløbet - hvor der ikke kan rejses kritik af fagligheden, har jeg dog et par forslag til forbedringer af rehabiliteringsforløbene i uprioriteret orden:

- *Få startet rehabiliteringsforløbet straks efter udskrivning og/eller et rehabiliteringsforløb på hospitalet. Hospitalet bør rette henvendelse til kommunen så tidligt som muligt.*
- *Inddrag de pårørende straks efter endt behandling af den kroniske sygdom og ved påbegyndelse af rehabiliteringsforløbet. Inddrag en psykolog.*
- *Tilpas kapaciteten til efterspørgslen!*